

De opkomst van de islamitische psychologie in Nederland

Een onderzoek naar wat de opkomst van de islamitische psychologie ons kan vertellen over de geloofsbeleving van moslims in Nederland.

Masterscriptie Religie en Samenleving

Utrecht Universiteit

Auteur: Laura F. Metwally (6543367)

Begeleider: dr. Margreet van Es

Tweede beoordelaar: prof. dr. Christian Lange

Juli 2021

Inhoud

Dankwoord	4
Samenvatting.....	5
Summary.....	6
Hoofdstuk 1 Inleiding.....	7
1.1 Probleemstelling.....	7
1.2 Wetenschappelijke relevantie	9
1.3 Maatschappelijke relevantie	10
1.4 Onderzoeksmethoden	11
1.5 Leeswijzer	14
Hoofdstuk 2 Theoretisch kader	15
2.1 Secularisatie en de post-seculiere samenleving.....	15
2.2 Een nieuwe nadruk op de therapeutische werking van religie	17
2.3 Het (authentieke) zelf.....	18
2.4 Islamitische reveilbewegingen	20
Hoofdstuk 3 De opkomst van de islamitische psychologie in Nederland.....	24
3.1 De literatuur	24
3.2 Het Nederlandse veld	27
3.3 Een competitie tussen pioniers	32
3.4 Conclusie.....	35
Hoofdstuk 4 Wat maakt islamitische psychologie ‘islamitisch’?	36
4.1 Psychologie als intrinsiek onderdeel van de islam	36
4.2 De therapeutische bijdrage van de islam	38
4.3 Zorgen voor jezelf: cultuur versus religie	46
4.4 Conclusie.....	50
Hoofdstuk 5 Houdingen ten aanzien van de reguliere psychologie.....	51
5.1 Een gevoel van gemis bij de reguliere psychologie	51
5.2 De reguliere psychologie in cursussen of behandelingen	54

5.3 Conclusie..... 57

Hoofdstuk 6 De aantrekkingskracht van de islamitische psychologie..... 58

6.1 Conclusie..... 63

Hoofdstuk 7 Discussie..... 65

Bibliografie..... 70

Bijlagen 73

Vragenlijsten..... 73

Dankwoord

Ontzettend gezegend heb ik me gevoeld toen ik na een sparsessie samen met mijn begeleider Margreet van Es uitkwam op het onderwerp islamitische psychologie. Hierin kon ik mijn passie voor religiewetenschap kwijt, in combinatie met mijn interesse voor mentaal welzijn. Een onderwerp wat dicht bij mijn hart ligt en waar meer over gesproken moet worden. Ik hoop dan ook dat dit onderzoek daaraan bijdraagt. Ik wil daarom graag allereerst Margreet van Es bedanken voor alle prikkelende gesprekken die mij vooruit hebben geholpen in mijn onderzoek, voor alle feedback, maar ook voor haar openheid, steun en begrip. Ik heb de begeleiding zowel persoonlijk als academisch als heel prettig ervaren. Ook dank ik mijn tweede beoordelaar Christian Lange voor zijn tijd en expertise bij het beoordelen van mijn scriptie.

Dit onderzoek was niet mogelijk geweest zonder de respondenten die ik heb mogen interviewen. Ik wil hen graag speciaal bedanken voor de tijd die ze hebben uitgetrokken om bij te dragen aan dit onderzoek. Hun inzichten waren ontzettend waardevol en hebben dit onderzoek gevormd.

Naast dit onderzoek moest ik soms veel ballen hoog houden. Om die reden gaat in het bijzonder mijn dank uit naar mijn man. Hij heeft mij gesteund, gemotiveerd en toegejuicht tijdens deze periode. Zijn doorzettingsvermogen heeft mij geïnspireerd en zijn ondersteuning was onmisbaar. Ook mijn familie en vrienden wil ik bedanken voor hun steun en aanmoediging. Daarnaast wil ik mijn werkgever bedanken die mij aannam op grond van mijn masterdiploma en mij de flexibiliteit bood om deze nog af te ronden naast mijn werk. Ook mijn collega's wil ik bedanken voor hun steun en begrip.

Ik kijk terug op mijn masterperiode met een gevoel van voldoening en gelukzaligheid. De transformatie die ik heb ondergaan tijdens mijn pre-master en mijn master *Religie en Samenleving* is van ongekennde waarde voor mij. Alle kennis heeft mij intellectueel geprikkeld, uitgedaagd en heeft mij doen groeien als persoon. Om die reden bedank ik oprecht mijn cursusleiders bij wie ik het genoeg heb gehad om vakken te mogen volgen, maar ook mijn medestudenten voor alle interessante gesprekken en het bijdragen aan mijn persoonlijke ontwikkeling.

Samenvatting

In dit onderzoek kijk ik naar de opkomst van de islamitische psychologie (IP) in Nederland en wat dit ons kan vertellen over de geloofsbeleving van moslims in Nederland. Dit is een religiewetenschappelijk onderzoek waarbij ik voornamelijk gebruik maak van methoden en theorieën uit de sociologie. Ik heb semigestructureerde diepte-interviews afgenomen met vier psychologen die de term islamitische psychologie hanteren en twee cursusleiders die een cursus aanbieden in islamitische psychologie. Ik heb aanvullend een discoursanalyse toegepast op boeken en web pagina's, deels geschreven door mijn respondenten. Verder heb ik me nog gevoegd bij een leesgroep over islamitische psychologie die is opgezet door professionals vanuit verschillende vakgebieden. Met dit onderzoek wil ik een bijdrage leveren aan theoretische debatten over secularisatie en een post-seculiere samenleving, de zoektocht naar het authentieke zelf en religieuze reveilbewegingen.

Uit de onderzoeksresultaten blijkt dat islamitische psychologie een groeiend fenomeen is en nog zeer in ontwikkeling is. Zo zijn de respondenten het niet eens over de definitie of invulling van IP. Binnen deze competitie van pioniers is men het wel eens over de toegevoegde waarde die islam zou leveren aan de psychologie. Er is een genuanceerde kritiek op de reguliere psychologie die niet geheel verworpen wordt maar wel een gemis zou hebben. Psychologie, als informatiebron over de psyche maar ook als geestelijke gezondheidszorg, zou onderdeel zijn van de islam en enkel herontdekt moeten worden. Er is een zoektocht gaande naar balans tussen het zorgen voor het zelf en het zorgen voor de gemeenschap en tussen het centraal stellen van het zelf en het centraal stellen van Allah. Volgens de respondenten is deze tegenstelling enkel aanwezig door cultuur, maar zou er balans zijn tussen deze begrippen binnen de religie. Het belang van het zorgen voor het zelf en het vinden van het zelf binnen IP lijkt aan te sluiten bij de bredere zoektocht naar het 'authentieke' zelf. Ook zijn er bepaalde onderdelen van de secularisatiethese terug te zien in het fenomeen IP. Zo lijkt IP aan te tonen dat religie meer privatiseert en individualiseert. De ontplooiing van een nieuw religieus fenomeen zoals IP past verder bij het idee van een post-seculiere samenleving waarin religie blijft bestaan maar zich ook aanpast. Daarbij verbreedt IP ook het idee van islamitische reveilbewegingen. IP is namelijk niet enkel een vorm van *self-care* maar ook een vorm van herontdekking van de 'ware' islam en een poging om ruimte te maken voor religie in het persoonlijk leven in een seculariserende samenleving.

Summary

In this thesis I look at the emergence of Islamic psychology (IP) in the Netherlands and what this can teach us about the religious experience of Muslims in the Netherlands. This research is carried out within the discipline of religious studies and I primarily used methods and theories from the discipline of sociology. I conducted semi-structured, in-depth interviews with four psychologists who apply the term Islamic psychology and with two teachers who offer courses in Islamic psychology. In addition, I have conducted a discourse analysis on books and web pages. Many of these texts were written by my respondents. I have also joined a reading group on Islamic psychology that was initiated by professionals from different disciplines. With this research I want to contribute to the theoretical debates around secularisation and the post-secular society, the search of the authentic self and religious revival movements.

The results of this study showed that Islamic psychology is a growing and still developing phenomenon. There is no consensus among the respondents on the contents or the definition of IP. Within this competition of pioneers there does seem to be an agreement on the added value of Islam to psychology. There is a nuanced criticism on mainstream psychology, which is not entirely refuted but seen as limited in certain ways. Psychology, as a source of information about the psyche and as a form of mental healthcare, is seen as an intrinsic part of Islam which only needs to be rediscovered. There is a search for balance between caring for the self and caring for the community. Similarly, there is a search for placing the self in the centre or placing Allah in the centre. According to the respondents this contrast is only present due to culture, but a balance would exist between these concepts within the religion. The importance of caring of for the self and finding the self within IP seems to fit within the broader search for the 'authentic' self. Some secularisation processes can also be perceived in the phenomenon of IP. IP seems to show that religion gets more privatized and individualized. The development of a new religious phenomenon such as IP fits with the idea of a post-secular society in which religion continues to exist but also adapts. In addition IP broadens the idea of the Islamic revival movements. IP is not just a form of self-care but also a rediscovery of the 'true' Islam and the creation of a personal religious space in a secularised society.

Hoofdstuk 1

Inleiding

1.1 Probleemstelling

Binnen de islamitische traditie houdt men zich al eeuwenlang bezig met het mentale welzijn van de mens. Het begrip ‘islamitische psychologie’ is echter vrij nieuw en was niet eerder bekend binnen de islamitische traditie (Mohamed 1995). Vooral eind jaren zeventig kwam er binnen de wetenschappelijke literatuur, met name vanuit het perspectief van de geestelijke gezondheidszorg, een groeiende nadruk te liggen op de relatie tussen islam en psychologie en zo ook op de term ‘islamitische psychologie’. Ik hanteer in deze scriptie de term ‘islamitische psychologie’ omdat dit een emic term is en wordt gebruikt door verschillende professionals en cliënten binnen de moslimgemeenschap. Een belangrijke kanttekening hierbij is dat niet alle professionals die zich bezighouden met de relatie tussen islam en psychologie ook expliciet de term ‘islamitische psychologie’ hanteren (Kaplick en Skinner 2017). Deze bredere interesse in de relatie tussen islam en psychologie en daarmee ook de term IP, leeft inmiddels ook onder moslims in Nederland. Naar deze ontwikkeling in Nederland is echter nog nauwelijks of geen onderzoek gedaan. Het doel van dit religiewetenschappelijke onderzoek is om inzicht te creëren in hoe een nieuw fenomeen zoals IP opkomt en wat deze ontwikkeling ons kan vertellen over de geloofsbeleving van moslims in Nederland. Hier vloeit de volgende hoofdvraag uit voort:

Wat verklaart de recente opkomst van de ‘islamitische psychologie’ onder moslims in Nederland, en wat zegt dit over ontwikkelingen in de geloofsbeleving van moslims in de hedendaagse post-seculiere Nederlandse samenleving?

Dit onderzoek richt zich op de perspectieven van zorgprofessionals zoals psychologen en cursusleiders. Ik wil hiermee een duidelijke focus aanbrengen in het onderzoek. Daarbij waren er ook pragmatische overwegingen. Cliënten zijn moeilijker vindbaar in tegenstelling tot zorgprofessionals of cursusleiders die vaak een website hebben en zich openlijk met het onderwerp bezighouden. Ook het taboe rondom het zoeken van mentale hulp zou een barrière kunnen zijn voor cliënten om zich uit te spreken. Verder spelen er ook ethische

overwegingen mee wanneer je het gesprek aangaat met mensen die mentale problemen kunnen ervaren. Om antwoord te kunnen geven op de hoofdvraag zijn de volgende deelvragen geformuleerd:

1. Hoe geven professionals zoals cursusleiders en psychologen invulling aan het begrip islamitische psychologie?

Hiermee schets ik een beeld over hoe er naar IP gekeken wordt en hoe het wordt gevormd. Welke concepten zouden centraal staan binnen IP of waar is men het wel of niet over eens? En wat zegt dit over de ontwikkeling van een nieuw religieus fenomeen?

2. Welke legitimatiestrategieën gebruiken professionals om islamitische psychologie neer te kunnen zetten als 'echt islamitisch'?

Bij een nieuw fenomeen wat opkomt binnen een religieuze traditie kunnen er vragen ontstaan over hoe dit fenomeen onderdeel is van de traditie. Hoe wordt IP neergezet als 'echt' islamitisch? En wat vertellen deze legitimatie strategieën over hoe sommige moslims omgaan met een nieuw fenomeen zoals IP?

3. Hoe verhouden de reguliere psychologie en islamitische psychologie zich tot elkaar volgens professionals?

Hoe islamitische psychologie zich verhoudt tot de reguliere psychologie laat zien welke verschillen of overeenkomsten er zijn met de reguliere psychologie. Wat zou de islam toevoegen aan de psychologie volgens de professionals? Dit geeft ook een beeld van hoe sommige moslims naar hun religie kijken en wat zij verwachten dat de islam hen biedt.

4. Wat zegt de ontwikkeling van de islamitische psychologie over grotere sociologische vraagstukken aangaande secularisatie, de zoektocht naar het authentieke zelf en religieuze reveilbewegingen?

Aan het einde van mijn scriptie reflecteer ik op welke inzichten het fenomeen islamitische psychologie ons biedt op bovengenoemde theorieën uit de sociologie.

1.2 Wetenschappelijke relevantie

Hoe islamitische psychologie in de praktijk vorm krijgt is nog een onontgonnen gebied. In mijn analyse van de literatuur over islamitische psychologie zie ik dat er vooral vanuit het perspectief van de geestelijke gezondheidszorg wordt geschreven. De nadruk ligt vooral op welke islamitische concepten belangrijk zouden zijn binnen IP en hoe het vorm zou moeten krijgen als een op zichzelf staande discipline. Daarnaast wordt er ook gekeken naar hoe IP zich de afgelopen jaren heeft ontwikkeld binnen de literatuur of binnen verschillende organisaties die zich bezighouden met IP. Echter, wat ik niet tegenkwam was de analyse van veldwerk waarbij er wordt gekeken naar de ontwikkeling van IP in de praktijk bijvoorbeeld onder professionals. Dit onderzoek richt zich op hoe IP in de dagelijkse praktijk vorm krijgt en biedt dus een mooie aanvulling op de huidige literatuur. Bovendien biedt het inzichten in grotere sociologische thema's.

Een nieuw religieus fenomeen zoals islamitische psychologie is een goed onderwerp om de secularisatiesthese en het idee van een post-seculiere samenleving te bestuderen. Welke concepten uit de secularisatiesthese zijn terug te zien binnen IP en wat vertellen deze uitkomsten ons over de theorie? Hoe past een fenomeen als IP daarbij binnen het idee van een post-seculiere samenleving? Is er een volledige aansluiting of werpt het een nieuw licht op deze theorie? IP biedt inzicht in hoe deze theoretische ideeën of voorspellingen over religie vorm krijgen in de praktijk. Aan de hand van deze kennis kunnen deze theorieën kritisch geanalyseerd worden.

Het onderzoek biedt verder ook inzichten in bredere religiewetenschappelijke onderwerpen. Omdat islamitische psychologie ook gezien kan worden als het creëren van een ruimte voor religie in het persoonlijke leven en in de bredere seculariserende samenleving lijkt het aan te sluiten bij de islamitische reveilbeweging. Dit onderzoek kan dan ook een inkijkje bieden in een mogelijk onbekend onderdeel van de oplevingsbeweging, of een onbekende uitkomst van de bredere reveilbeweging die al decennia lang gaande is onder moslims in Nederland en in de rest van de wereld. Het geeft een nieuw perspectief op hoe sommige moslims vorm proberen te geven aan hun religie en aan maatschappelijke trends in een gesecculariseerde samenleving.

1.3 Maatschappelijke relevantie

De definitie van psychologie volgens het Van Dale woordenboek¹ is wetenschap van de bewustzijnsverschijnselen, van de belevingen en gedragingen. Therapeutische kennis is niet enkel meer professioneel. Door middel van allerlei culturele industrieën wordt deze kennis weid verspreid en inmiddels heeft het ook een bredere populariteit verworven binnen onze Westerse samenlevingen. Met alle bezigheden en prikkels in onze hedendaagse samenleving is mentale gezondheid een belangrijk en groeiend onderwerp. Het taboe op het bezoeken van een psycholoog of het hulp zoeken bij mentale problemen lijkt daarbij steeds meer te verdwijnen. Het zorgen voor jezelf op een mentaal, emotioneel en spiritueel vlak lijkt meer vanzelfsprekend te worden. Dit populaire therapeutische gedachtegoed is inmiddels de landsgrenzen overschreden. Of het nu gaat om zelfhulp boeken, een New Age workshop over lichaam en geest, een assertiviteitstraining binnen je organisatie, of een psychoanalytische zelfanalyse (Illouz 2008). Er lijkt een hele markt te ontstaan rondom het concept *self-care*.

Tegenwoordig lijken ook religieuze groepen in te spelen op deze vraag rondom *self-care*. Een voorbeeld hiervan zijn katholieke kloosters die retraites aanbieden.² Als we kijken naar de islam, zien we bijvoorbeeld bezinningsweekenden gericht op gebed, stilte en ‘islamitische’ meditatie of retraite weekenden om een ‘*mindful* moslim’ te zijn en te focussen op thema’s zoals zielsreiniging en bewustzijn. In sommige gevallen is een yogadocent aanwezig voor het uitvoeren van bewegingsoefeningen.³ Op talloze manieren ontmoeten religie en de *self-care* beweging elkaar – ook binnen de islamitische psychologie. De bestudering van dit onderwerp in Nederland zal dan ook inzicht bieden in hoe vooral professionals met een islamitische achtergrond, maar ook andere moslims in Nederland zich verhouden tot mentaal welzijn, mentale problemen en eventuele taboes rondom deze onderwerpen. Een bekend geluid is dat het zorgaanbod niet zou aansluiten op de zorgbehoeften van moslims. Om een passender zorgaanbod te leveren wordt er soms gesproken over het toepassen van een cultuur sensitieve aanpak tijdens behandelingen. Kennis over IP zal een inkijkje bieden in de zorgbehoeften van sommige moslims en informatie bieden over waar het reguliere aanbod niet aansluit op deze zorgbehoeften.

¹ <https://www.vandale.nl/gratis-woordenboek/nederlands/betekenis/PSYCHOLOGIE#.YOJKFugzY2w>
Laatst bekeken op 5 juli 2021.

² <https://www.kloosterhuissen.nl/programmas/> Laatst bekeken op: 3 juli 2021.

³ <https://fahminstituut.nl/cursussen/> Laatst bekeken op: 3 juli 2021.

Hierdoor kan het handvatten bieden om het zorgaanbod zo af te stemmen dat het beter aansluit bij de zorgbehoeften van moslims.

1.4 Onderzoeksmethoden

In dit onderzoek maak ik voornamelijk gebruik van theorieën en methoden uit de sociologie. Ik heb semigestructureerde diepte-interviews afgenomen en deze data heb ik ondersteund met een discours analyse van verschillende boeken en webpagina's over islamitische psychologie. De geselecteerde professionals waarmee ik het gesprek ben aangegaan bestaan uit vier psychologen en twee cursusleiders. Allen identificeren zichzelf als moslim en zijn actief bezig met de term islamitische psychologie. De psychologen hanteren de term in hun werk en zijn er actief mee bezig door middel van onderzoek uitvoeren naar de term of cursussen volgen over IP. Alle vier de psychologen hebben een eigen praktijk⁴ en sommige van hen zijn of waren ook actief als GGZ-psycholoog. Ze geven daarbij allen aan minimaal de opleiding psychologie te hebben afgerond. De twee cursusleiders die ik heb gesproken geven beide een cursus in islamitische psychologie. Qua studie hebben ze allebei andere achtergronden. Eén van hen heeft een achtergrond in de filosofie en religiewetenschap met een focus op islam en de ander heeft een achtergrond in de islamitische geestelijke verzorging en islamstudies. Beide geven aan veel te hebben gedaan aan zelfstudie door bijvoorbeeld het volgen van cursussen, het lezen van boeken of door een studie in het buitenland te volgen. De cursusleiders waren allebei mannen en de groep van geïnterviewde psychologen bestond uit drie vrouwen en een man. Vanwege de kleine omvang van het veld islamitische psychologie in Nederland en de competitie die komt kijken bij een nieuw fenomeen, is ervoor gekozen om de respondenten een pseudoniem te geven en de namen van hun praktijken, boeken en artikelen weg te laten.

Ik heb de respondenten via verschillende kanalen benaderd. Ik heb de respondenten vooral zelf online opgezocht en ben een enkele keer doorverwezen via een andere respondent. Ik heb hen via de e-mail, via sociale media, of telefonisch benaderd. De respondenten zijn willekeurig gekozen op basis van het feit dat zij islam en psychologie met elkaar verbinden in hun werk en gericht op het gebruik van de term islamitische psychologie. Alle respondenten claimen of islamitische psychologie geheel of deels toe te passen in hun werk als psycholoog of les te geven over islamitische psychologie in hun cursussen.

⁴ Inmiddels is een psychologenpraktijk opgeheven.

Ik heb in totaal vijf gesprekken gevoerd. Omdat twee psychologen samenwerken in een praktijk en dezelfde werkwijze en methode hanteren heb ik op hun verzoek een gesprek gevoerd met beide psychologen samen in de psychologenpraktijk. Dit was het eerste en ook het enige gesprek dat fysiek op locatie plaatsvond. Op het verzoek van één van deze respondenten heb ik dit gesprek niet opgenomen. Vanwege de COVID-19 pandemie zijn de overige gesprekken online of via de telefoon verlopen. Deze vier gesprekken heb ik wel kunnen opnemen, met toestemming van de respondenten. Ik heb tijdens de interviews gebruik gemaakt van vragenlijsten en deze net wat anders ingericht voor de psychologen dan voor de cursusleiders, vanwege hun verschillende functies. Het semigestructureerde interview gaf de mogelijkheid om af te wijken van de vragenlijsten wanneer interessante informatie naar bovenkwam waar ik op wilde doorvragen. Ik heb mij gefocust op de invulling die de respondenten gaven aan islamitische psychologie, hoe zij islamitische psychologie legitimeren en hoe zij de verhouding zien tussen de reguliere psychologie en islamitische psychologie. Daarbij heb ik ook gelet op wat volgens hen de aantrekkingskracht is van islamitische psychologie voor cliënten of cursisten. De interviews duurden ongeveer een uur met een uitschieter naar twee uur. Alle interviews zijn in het Nederlands gevoerd, wel werden er veel Arabische termen tussendoor gebruikt. Dit gebeurde vooral bij het benoemen van islamitische concepten. In totaal heb ik vier interviews grotendeels letterlijk getranscribeerd. Enkele delen die geen betrekking hadden op het onderwerp zijn deels of niet opgenomen in de transcriptie. Omdat het eerste gesprek niet is opgenomen heb ik tijdens het interview geschreven aantekeningen gemaakt en deze later verder uitgewerkt.

Naast de interviews heb ik een discoursanalyse toegepast op websites, online artikelen, sociale media pagina's en boeken die deels van mijn respondenten afkomstig waren. Ik heb hierbij vooral gelet op het gebruik van de term islamitische psychologie en hoe zij dit begrip profileren en legitimeren. Daarnaast heb ik ook contact proberen te krijgen met een bekende organisatie en psychologenpraktijk rondom islamitische psychologie⁵. Ondanks dat ik wel contact kreeg met hen, heb ik helaas geen interview af kunnen nemen met iemand van deze organisatie. Echter, deze organisatie stelt veel materiaal online beschikbaar via hun website, sociale media en e-books. Deze teksten vormden een goede aanvulling op de interviews en de teksten die geschreven zijn door mijn interviewrespondenten.

⁵ Omdat mijn respondenten geanonimiseerd worden is ervoor gekozen om de naam van deze organisatie niet te benoemen in het onderzoek.

Verder ben ik via een kennis en collega gevraagd om onderdeel te zijn van een leesgroep islamitische psychologie. Deze leesgroep bestaat totaal uit negen mensen die zich allen identificeren als moslim en is samengesteld uit twee psychotherapeuten, twee psychologen, een masterstudent psychologie, een filosoof/religiewetenschapper, een arbeids- en organisatiepsycholoog, een arts, een onderzoeker binnen het medische veld en ikzelf. Allen zijn geïnteresseerd in het onderwerp islamitische psychologie en zijn zoekende naar een invulling en betekenis voor het begrip. Door het lezen van literatuur over IP en door deze samen onder de loep te nemen en te bespreken hopen deze professionals meer grip te krijgen op het onderwerp vanuit hun professionele interesse, maar ook vanuit hun persoonlijke belangstelling. Ondanks dat ik om ethische redenen geen citaten of specifieke informatie uit de leesgroep deel in dit onderzoek, heeft deelname aan deze leesgroep mij wel meer inzicht gebracht in hoe professionals omgaan met het fenomeen islamitische psychologie.

De gesprekken met de respondenten verliepen soepel en vonden plaats in een vertrouwelijke sfeer. Ik heb in het eerste contact met de respondenten mijn intenties en onderwerp van het onderzoek helder gecommuniceerd. Voor de interviews begonnen, was er altijd een moment voor een persoonlijk gesprek. Mijn achtergrond in de communicatie kwam van pas in het voeren van de gesprekken. Daarbij maakte mijn kennis van de Arabische taal ook een wezenlijk verschil bij het begrijpen van de vele Arabische concepten die aan bod kwamen. Ik denk dat mijn eigen islamitische achtergrond en eventueel mijn migratieachtergrond hebben bijgedragen aan de vertrouwensband tussen mij en de respondenten. Het was voor mij dan ook makkelijk om het perspectief van de respondenten te begrijpen. Tegelijkertijd heb ik er bewust voor gekozen om met een kritische afstand naar de islamitische psychologie te kijken, om dit fenomeen beter te kunnen doorgronden. Ik denk dat het in mijn voordeel heeft gewerkt dat ik nog niet veel wist van het onderwerp. Hierdoor kon ik open het onderzoek ingaan. Ik voelde wel een speciale affiniteit met het onderwerp, niet alleen vanuit mijn religiewetenschappelijke achtergrond of eigen islamitische achtergrond maar ook vanuit mijn interesse in de psychologie. Dit onderzoek heeft voor mij extra benadrukt dat ik interesse heb in het mentaal welzijn in het algemeen en dat deze overlap tussen religie en mentale gezondheid mij erg aanspreekt.

1.5 Leeswijzer

In het hierop volgende hoofdstuk wordt het theoretisch kader uiteengezet. Daarin beschrijf ik de theorieën en concepten die ik hanteer bij de analyse van islamitische psychologie. Zo ga ik in op de secularisatiethese en het idee van een post-seculiere samenleving, de therapeutische werking van religie, het ‘authentieke’ zelf en de islamitische reveilbeweging. In hoofdstuk drie maak ik de overstap naar de invulling van het begrip islamitische psychologie. Ik ga hier deels in op de academische literatuur (uit de geestelijke gezondheidszorg) over islamitische psychologie om vervolgens de overstap te maken naar mijn eigen veldwerk. Hier belicht ik hoe er binnen het Nederlandse veld invulling wordt gegeven aan dit begrip. In de hoofdstukken hierna zal de nadruk blijven liggen op mijn veldwerk. Zo gaat hoofdstuk vier over de legitimatiestrategieën die worden gebruikt om islamitische psychologie neer te zetten als ‘echt islamitisch’. Vervolgens kijk in hoofdstuk vijf naar hoe islamitische psychologie zich verhoudt tot de reguliere psychologie. In hoofdstuk zes bespreek ik de aantrekkingskracht van islamitische psychologie voor cliënten en cursisten. Als laatste vat ik mijn bevindingen samen in hoofdstuk zeven en reflecteer ik op mijn werk door mijn bevindingen terug te koppelen aan de beschreven theorieën. Ik sluit af met aanbevelingen voor mogelijk vervolgonderzoek.

Hoofdstuk 2

Theoretisch kader

In deze scriptie gaat het over het fenomeen islamitische psychologie. In dit hoofdstuk behandel ik de belangrijkste wetenschappelijke theorieën uit de geestelijke gezondheidszorg over IP. Deze theorieën bieden context aan islamitische psychologie. Daarnaast biedt kennis over IP ook een kritische reflectie op deze theorieën. Ik bespreek de term secularisatie en het idee van post-seculiere samenleving. IP zou in een seculariserende context opkomen en kan inzicht bieden in hoe een religieus fenomeen zich hierbinnen vormt en in hoeverre dit overeenkomt met de theorieën rondom secularisatie. Ook kijk ik naar de literatuur over het groeiend belang van het (authentieke) zelf, een aspect wat mogelijk terug te zien is in IP. IP kan ook meer licht werpen op hoe dit groeiende belang vorm krijgt binnen een religieus fenomeen. Als laatste behandel ik de islamitische reveilbeweging om te zien hoe islamitische psychologie zich hiertoe verhoudt. Zou islamitische psychologie binnen deze beweging passen, waar liggen de verschillen en overeenkomsten en hoe kan het nieuwe inzichten bieden in hedendaagse islamitische reveilbewegingen?

2.1 Secularisatie en de post-seculiere samenleving

Binnen de sociologie van religie is de term secularisatie opgepakt in de twintigste eeuw. Vele sociologen dachten in deze tijd dat Europa steeds meer zou seculariseren. Zij bedoelden hiermee dat religie steeds minder belangrijk zou worden. De secularisatiethese hield van oorsprong in dat modernisering per definitie zou leiden tot secularisatie. In de loop van de twintigste en eenentwintigste eeuw werd dit idee steeds genuanceerder. Twee belangrijke onderdelen van de sociologische theorie over secularisatie zijn de individualisering en privatisering van religie (Furseth en Repstad 2016). Deze onderdelen waren vooral heel belangrijk in de theorieën rond secularisatie die ontwikkeld werden in de jaren zestig en zeventig. Eén van de belangrijkste werken uit deze tijd komt van de socioloog Peter Berger. Hij beschreef secularisatie in één van zijn vroege werken, genaamd *The Sacred Canopy* (1967), als: “het proces waarbij sectoren van de samenleving en van de cultuur worden onttrokken aan het gezag van religieuze instituties en symbolen.” Als we zijn werk analyseren zien we dat ook bij hem de individualisering en de privatisering van religie centraal staan in zijn ideeën

over secularisatie. Religie zou uiteindelijk alleen nog belangrijk zijn in de privésfeer waar familie en sociale relaties een rol spelen. Zo zou religie bijdragen aan het vormgeven van iemands persoonlijke overtuigingen en beweegredenen en hoe hij of zij zichzelf identificeert. Deze geprivatiseerde religie zou de keuze en de voorkeur zijn van het individu of het gezin. Berger trekt hierbij een duidelijke scheidslijn tussen de privésfeer en de publieke sfeer. Zo zegt hij dat de religieuze waarden in de privésfeer irrelevant zijn binnen de institutionele context. Hij gaat verder door te zeggen dat secularisatie ertoe leidt dat de potentie die religie heeft om de wereld vorm te geven voor mensen nu beperkt wordt tot kleine sub-werelden of soms enkel speelt binnen de eigen familie (Berger 1967).

Het idee dat religie meer zou privatiseren en individualiseren lijkt tot uiting te komen in het fenomeen islamitische psychologie. Psychologie wordt zowel geassocieerd met het individu als met de privésfeer (Illouz 2008). De term IP impliceert dan ook dat religie hierbij een functie zou vervullen op een zeer persoonlijke en individuele manier in de privésfeer. Ondanks dat deze connecties duidelijk aanwezig lijken te zijn en waardevol zijn voor de analyse van islamitische psychologie, is het belangrijk om een nuance aan te brengen. De secularisatiethese is inmiddels herzien door verschillende sociologen waaronder Berger zelf (Berger 1999).

Het post-seculiere als begrip gaat over een herziening van de seculiere blik (Harrington 2007). Het publieke bewustzijn van Europa zou volgens socioloog en filosoof Jürgen Habermas (2008) beschreven kunnen worden als postseculier, omdat de dominante meerderheid van ontkerkelijkte, post-christelijke mensen in Europa tot op heden bezig zijn met het aanpassen aan de aanhoudende aanwezigheid van religieuze gemeenschappen in een seculariserende omgeving. Habermas haalt in zijn stuk ook socioloog Jose Casanova aan (Habermas 2008, 19). De laatstgenoemde socioloog brengt een belangrijke nuance aan bij het idee van de individualisering van religie welke Berger beschreef. Zo geeft hij aan dat de trend richting individualisering en het verlies van bepaalde functies niet impliceert dat religie minder invloedrijk of belangrijk wordt, zowel in de politiek, in de cultuur van een gemeenschap of in gedrag in het dagelijks leven. Religieuze gemeenschappen kunnen nog steeds hun plek opeisen in een grotendeels gesecculariseerde samenleving (Casanova 1994 in Habermas 2008). Deze nuance is belangrijk. Islamitische psychologie kan echter ook gezien worden als het maken van ruimte voor een religieuze plek binnen deze seculariserende samenleving. De opkomst van de islamitische psychologie toont een bepaalde zoektocht naar ruimte voor een

eigen religieuze plek. Deze recente ontwikkeling lijkt dan ook te passen bij het idee van een post-seculiere samenleving, waarbij religie een weg vindt in een seculariserende omgeving.

2.2 Een nieuwe nadruk op de therapeutische werking van religie

Een ander belangrijk onderdeel van de secularisatietheorie van Berger (1967) gaat over de toenemende nadruk die religieuze organisaties leggen op de therapeutische werking van religie. Berger claimt dat binnen samenlevingen waar verschillende systemen getolereerd worden die betekenis geven aan de wereld, er een soort marktcompetitie ontstaat binnen het religieuze landschap, maar ook tussen religies en niet-religieuze overtuigingen. Religie wordt meer een eigen vrijwillige keuze. De marktcompetitie zorgt ervoor dat religieuze instanties zich steeds meer richten op de lekenbevolking. Door het pluralisme is religie niet vanzelfsprekend meer, maar moet het worden 'verkocht' aan 'consumenten'.

De voorkeuren van deze 'consumenten' zijn hierbij belangrijk en de positionering van religie wordt onderhevig aan mode, hetgeen wat populair is op dat moment in een gemeenschap. Welke voorkeuren de consumenten hebben hangt volgens Berger onder andere af van de mate van secularisatie van de wereld om hen heen. Zij zullen religieuze 'producten' prefereren die samengaan met hun gesecculariseerde bewustzijn. Berger geeft hier verschillende voorbeelden van. Zo schrijft hij bijvoorbeeld dat bovennatuurlijke elementen binnen religie minder nadruk krijgen en dat morele waarden worden benadrukt die samengaan met een seculier bewustzijn. Verder geeft Berger aan dat, omdat religie zich steeds meer zou beperken tot de privésfeer, religie makkelijker aan de man zou kunnen worden gebracht als het een duidelijke functie heeft binnen het privéleven. Daarom zal er volgens Berger een grotere focus liggen op de morele en therapeutische behoeftes van het individu in zijn of haar privéleven. Religie blijft op dit gebied volgens Berger relevant, zelfs onder erg gesecculariseerde lagen binnen de samenleving. Op andere gebieden, zoals politiek en economie, zou religie volgens Berger zijn relevantie verliezen. Inmiddels is gebleken dat dit laatste veel genuanceerder ligt. Bergers' voorspellingen over de nadruk op de therapeutische behoeftes van het individu lijken toch erg waardevol om mee te nemen bij een analyse van het fenomeen islamitische psychologie, omdat de psychologie inspeelt op de individuele therapeutische behoeftes.

Een interessant hedendaags onderzoek waarin de therapeutische werking van religie naar voren komt is het onderzoek van Beekers (2018). Hij kijkt hier naar de uitdagingen die jonge moslims en christenen tegenkomen in de moderne Nederlandse samenleving. Beekers claimt door het drukke leven met alles stress en drukte binnen het kapitalistische systeem men opzoek is naar 'rust'. Deze rust vinden de respondenten dan ook in hun gebed bij het maken van een connectie met God. Volgens Beekers was onze huidige kapitalistische cultuur niet alleen een uitdaging voor gelovige om hun religies te belijden, maar gaf het ook een extra impuls en een hernieuwde waarde aan aanbidding. Het gebed had een therapeutische werking gekregen door te helpen bij het vinden van rust, vrede en zoals Beekers het neerzet leek het gebed een rol te vervullen die voor andere wordt vervuld door yoga, bewustwordings- (mindfulness) oefeningen of gezondheids- (welfare) retraites (Beekers 2018).

Religies moeten zich tegelijkertijd, door de marktcompetitie waarin zij zich bevinden, onderscheiden van elkaar. Dit doen ze onder andere door de meerwaarde van confessionele erfgoed, oftewel de religieuze nalatenschap te benadrukken (Berger 1967). Het verenigen van islam en psychologie kan worden gezien als een extra nadruk op de nalatenschap van de islamitische traditie. Het lijkt erop dat deze traditie voor sommigen een bepaalde rijkdom aan informatie bevat die toegevoegde waarde heeft voor de psychologie. Naast het benadrukken van de meerwaarde van het religieuze nalatenschap, richt IP zich ook op leken en voorziet het in een therapeutische behoefte. IP lijkt dus aan te sluiten bij de secularisatietheorie van Berger (1967). Een vraag die hierbij opkomt zetten is in hoeverre IP dan ook een symptoom is van secularisatie zoals beschreven door Berger en in hoeverre er andere zaken een rol spelen.

2.3 Het (authentieke) zelf

Filosoof Charles Taylor beschrijft in zijn boek *'A Secular Age'* de verschillende fase van secularisatie. Doordat de kerk minder grip heeft op de samenleving en op individuen zou in de achttiende eeuw secularisatie zich voordoen door een exclusief alternatief te bieden voor het christelijke geloof. In de negentiende eeuw zou dit zich voort zetten doordat verschillende alternatieven zich zouden presenteren voor het christelijke geloof. Het uiteindelijke gevolg van secularisatie zou zich voordoen onder alle lagen van de bevolking als een 'cultuur van authenticiteit' of het 'expressief individualisme' (Taylor 2007). Taylor beschrijft in zijn boek *'Varieties of Religion Today'* een culturele revolutie in het midden van de twintigste eeuw die

heeft geleid tot het 'expressief individualisme'. Taylor spreekt over een consumentenrevolutie, waarbij datgene wat voorheen als luxe werd gezien, voor grotere groepen bereikbaar werd en men minder hulp nodig heeft van anderen. Het leven wordt ingericht met zo veel mogelijk nieuwe producten en diensten die het leven vrijer en individualistischer maken. De focus verschuift meer naar de directe familie en het opzoek gaan naar het eigen geluk krijgt meer ruimte. Het expressieve individualisme omschrijft dit als het opzoek gaan naar een 'authentieke' manier van leven of het 'uiten' van jezelf. Hierbij heeft ieder van ons een eigen manier van het realiseren van onze menselijkheid en is het belangrijk om onze eigen weg te vinden en hiernaar te leven. Uitspraken zoals: 'doe je eigen ding', of 'wees jezelf in de wereld van vandaag' zijn voorbeelden. Ook therapieën waarbij wordt beloofd dat je jezelf vindt, jezelf wordt, of je ware zelf realiseert zijn voorbeelden. Dit streven naar 'je eigen weg vinden' zou ingaan tegen de conformiteit die wordt opgelegd door de buitenwereld, door vorige generaties of door religieuze en politieke autoriteiten (Taylor 2002).

Religiewetenschapper Katja Rakow beargumenteert dat het 'vinden van je eigen weg' niet in hoeft te gaan tegen de conformiteit van onder andere religieuze politieke autoriteiten. Deze verhoudingen zouden minder zwart wit zijn. Zij laat in haar onderzoek zien dat de psychologie en therapieën juist zouden worden aangepast naar de doelen die de religieuze volgelingen hebben. In haar onderzoek komt naar voren dat bij het Amerikaans Protestantisme psychologische concepten en praktijken geen religieus protestantse cultuur vervangen, maar het pastorale werk en de manier waarop wordt geadviseerd beïnvloeden. Zo vindt er bijvoorbeeld een overgang plaats van het idee over verlossing in het hiernamaals naar het realiseren van het zelf als een ethiek van individuele groei en wordt er gesproken over 'psycho-religieuze' programma's. De nadruk binnen deze programma's zou liggen op geloof in plaats van ongeloof, gemeenschap in plaats van afzondering en het nastreven van dat wat ethisch correct is in plaats van genotzucht. Rakow laat zien dat religie en psychologie elkaar kunnen versterken, bijvoorbeeld bij het helen van de ziel en de psyche. Rakow spreekt dan ook niet over een vervanging van- maar over een ingewikkelde onderlinge verbinding en verstrengeling tussen de twee (Rakow 2013). Rakow's beschrijving van deze verbinding of verstrengeling lijkt te duiden op een dynamiek en interactie tussen de twee. Deze dynamiek kan van twee kanten bekeken worden. Enerzijds dat de psychologie invloed heeft op religie, waardoor de therapeutische kant van religie steeds belangrijker wordt en meer wordt

benadrukt. Anderzijds dat religie invloed uitoefent op de psychologie wat dit seculiere fenomeen steeds religieuzer maakt.

2.4 Islamitische reveilbewegingen

Islamitische psychologie kan niet alleen gezien worden als een nieuwe vorm van zelfhulp in een tijd waarin het 'zelf' nieuwe waarde krijgt. Dit fenomeen kan ook worden gezien als het integreren van religie in het leven en is dan ook een vorm van hoe de islam tot uiting komt. Om die reden is de islamitische reveilbeweging het analyseren waard. Deze beweging is een moderne ontwikkeling, maar wordt ook gezien als een reactie op globale veranderingen en moderniteit. Vele van deze reacties of confrontaties lijken een link te hebben met de seculariserende samenleving. De reveilbeweging is een brede beweging die op zoek is naar een 'zuivere' vorm van de islam. Vaak wordt er teruggegaan naar de bronteksten uit de koran en de soenna (de traditie van de profeet Mohammed en zijn metgezellen) om zo tot een authentieke vorm van de islam te komen. Dit gaat vaak gepaard met kritiek op de traditionele religiositeit van de bijvoorbeeld de grootouders of ouders die niet reflexief genoeg zou zijn. Om tot een authentieke vorm van de islam te komen probeert men de islam los te koppelen van de culturele gebruiken afkomstig uit landen met een islamitische meerderheidsbevolking, die invloed gehad zouden hebben op de ontwikkeling van de islam door de eeuwen heen. De beweging probeert terug te keren naar de moraliteit die wordt onderwezen in de koran en de soenna en probeert vroomheid na te streven in een samenleving waarin dit niet meer vanzelfsprekend is. Het doel is vooral om vanuit islamitische kennis of een islamitische ethiek te kunnen reageren op maatschappelijke vraagstukken waar men mee te maken krijgt. Het gaat hierbij ook om pogingen van moslims om de islam een belangrijke plaats te geven in het persoonlijke leven (Lapidus 1997 en Jouili 2015).

De islamitische reveilbeweging is ontstaan in landen waar de islam prominent aanwezig is, vooral in de MENA-regio (Midden-Oosten en Noord-Afrika) in het begin van de 20^e eeuw. Verschillende aspecten hadden invloed op deze herleving, zowel demografisch, cultureel als politiek (Hefner 2011). De koloniale en postkoloniale geschiedenis van deze regio vormde een belangrijke factor bij het ontstaan van de reveilbeweging. Zowel de koloniale heerschappij als het opkomende nationalisme en secularisme in deze regio werden door sommige moslims gezien als een bedreiging voor de islamitische identiteit en het islamitische

moraal in de regio. We weten nu dat deze dimensies niet per se zijn verdwenen, maar zich eerder hebben getransformeerd, waarbij de basis werd gelegd voor de heropleving van de islam richting het eind van de twintigste eeuw (Abu-Rabi 1996 en Voll 2011).). Eind twintigste eeuw waren er ook transnationale invloeden op de reveilbeweging vanuit verschillende landen. (Hefner 2011). Deze invloed heeft zich verder uitgebreid en we kunnen nu spreken van een brede transnationale beweging die ook leeft in Europa en in Nederland.

Deze reveilbeweging was in Nederland in de jaren negentig vooral terug te zien onder moslimjongeren. Velen van hen ervoeren het Nederlandse islamdebat als een aanval op hun religie. Dit debat bracht vragen met zich mee over identiteit. Hierdoor is men gaan nadenken over wat de islam nu echt is en wat het nu betekent om moslim te zijn. Dit vergroete bewustzijn van de religieuze identiteit leidde jongeren tot een zoektocht naar de 'ware' islam. Een 'pure' vorm die niet meer wordt beïnvloed door de cultuur in het land van herkomst en die niet te veel wordt aangepast om het Westen tevreden te stellen. Om tot deze 'zuivere' vorm te komen vindt een purificatie plaats om de islam te ontdoen van al deze invloeden. De vele interpretaties van de islam zijn ieder ontstaan in een specifieke context waarbij traditie, geschiedenis en cultuur meespeelden. Om bij een 'authentieke' vorm van de islam uit te komen worden er vele discussies gevoerd over wat dan wel de juiste interpretatie is. Moslims die zich in deze discussie mengen komen tot hele verschillende conclusies waardoor er grote onenigheid bestaat over wat de 'zuivere' islam is of zou moeten zijn.

Een bekende islamitische purificatiebeweging is het salafisme. Centrale aspecten aan het salafisme zijn een sterke nadruk op de eenheid van God (*tawhīd*⁶) en het volgen van de vrome voorgangers (*al-salaf al-sālih*) die zich bevinden onder de eerste drie generaties moslims. De beweging is de afgelopen jaren de meest succesvolle islamitische vernieuwingsbeweging geweest in Nederland onder moslimjongeren. Salafistische organisaties creëren sociale ruimtes voor moslimjongeren om samen te komen en bezig te zijn met hun religie. De transnationale beweging heeft daarbij een sterke netwerkstructuur (Roeland, Aupers, Houtman, de Koning en Noomen 2010).

⁶ Ik gebruik het ALA-LC transcriptiesysteem voor Arabische woorden. Zoals beschreven op de website van de Universiteit van Amsterdam: <https://uba.uva.nl/zoeken-in-de-collectie/demos-en-handleidingen/transcriptie.html?cb>.

De salafistische beweging is niet de enige groep die zich bezighoudt met de zoektocht naar een zuivere islam. Een islamitische reveilbeweging kan verschillende vormen aannemen. Het leven in overeenstemming met het geloof, de zoektocht naar de ware islam en vanuit daar kunnen reageren op, of om kunnen gaan met maatschappelijke uitdagingen kan op verschillende manieren (Roeland, Aupers, Houtman, de Koning en Noomen 2010). We kunnen ons afvragen of islamitische psychologie onderdeel zou kunnen zijn van deze zoektocht, of op zijn minst raakvlakken heeft met islamitische reveilbewegingen.

In de voorgaande paragrafen over secularisatie en het authentieke zelf wordt het duidelijk dat de zoektocht naar persoonlijke authenticiteit en zelfrealisatie binnen de sociologie vaak gekoppeld wordt aan secularisatie. Echter, blijkt uit recent antropologisch onderzoek (Beekers 2014 en Buitelaar 2020) dat die zoektocht soms ook kan samengaan met, en zelfs past binnen islamitische reveilbewegingen. Buitelaar (2020) kijkt naar hoe moslimvrouwen hun bedevaart naar Mekka ervaren en hoe aspecten uit hun dagelijkse leven invloed hebben op het vormgeven van deze ervaring. De beschrijvingen die deze moslimvrouwen geven over de bedevaart lijken samen te gaan met de zoektocht naar persoonlijke authenticiteit en zelfrealisatie. De vrouwen hebben het bijvoorbeeld over: 'het opnieuw in contact komen met God en met zichzelf', 'de persoonlijke identiteit', 'persoonlijke ontwikkeling', 'het vinden van een nieuwe balans' en 'een les over wat er echt toe doet in het leven'. Beekers (2014) onderzocht hoe christenen en moslims vormgeven aan hun religie in de hedendaagse Nederlandse context. Ook bij zijn respondenten lijkt er een duidelijke zoektocht naar persoonlijke authenticiteit en zelfrealisatie naar voren te komen. De jonge respondenten vinden allereerst dat zij meer zelfreflectie uitvoeren, meer onderzoekend zijn en meer persoonlijk betrokken zijn bij- of actief bezig zijn met hun religie dan hun ouders. Beekers stelt ook dat onderzoekers hebben opgemerkt dat er onder jonge moslims in Europa een nadruk ligt op persoonlijke reflectie, keuze en zelfrealisatie. De focus op persoonlijke overtuiging en authenticiteit, het zijn van een 'echte' en 'oprechte' gelovige, sluit aan bij de breder erkende uitdrukking van authenticiteit in de Westerse samenleving. Hierbij zouden de respondenten instituties en sociale netwerken nuttig vinden en niet ervaren als onethisch richting deze authenticiteit. Volgens Beekers leerden zij juist reflexief te denken binnen deze structuren. In het werk van Jouili (2015) onderzoekt zij welke moeilijkheden vrome moslimvrouwen ervaren wanneer zij streven om te leven in overeenstemming met hun religieuze principes in Europese seculiere gemeenschappen. Wat zij onder andere tegenkwam

was een zoektocht naar 'authentieke' kennis van de islam met een belangrijke persoonlijke laag en een focus op zelf-transformatie. Hierbij speelt het concept van de *jihād al-nafs* (strijd tegen het lagere zelf) een rol. Daarnaast staan concepten, zoals het maken van keuzes, besef en zelfkennis centraal waarmee zelfontwikkeling kan worden gerealiseerd. Zowel in orthodoxe reveilbewegingen (zoals het salafisme) als in soefi reveilbewegingen zijn deze begrippen populair. Ze worden ondersteund door islamitische geleerden in het verleden die een nadruk legden op zelfontwikkeling (Jouili 2015).

Bovenstaande theorieën laten zien dat het fenomeen islamitische psychologie vanuit verschillende invalshoeken bekeken kan worden. Het roept de vraag op waar IP geplaatst zou moeten worden. Kan IP gezien worden als een logisch gevolg van secularisatie onder moslims? Is IP een bijeffect van een brede islamitische reveilbeweging? Of bevindt het fenomeen islamitische psychologie zich op het snijvlak tussen secularisatie en religieus reveil?

Hoofdstuk 3

De opkomst van de islamitische psychologie in

Nederland

Dit hoofdstuk gaat in op de vraag hoe therapeuten en cursusleiders in Nederland invulling geven aan de islamitische psychologie. In het eerste deel van dit hoofdstuk ligt de nadruk op de ontwikkeling van islamitische psychologie binnen de wetenschappelijke literatuur vanuit de geestelijke gezondheidszorg. Hoe heeft het begrip islamitische psychologie zich ontwikkeld in de literatuur in de afgelopen jaren? Hoe wordt het gedefinieerd en welke invulling wordt eraan gegeven? Na de bestudering van de literatuur wordt de overstap gemaakt naar het veldonderzoek. In dit gedeelte wordt vooral gekeken naar de term islamitische psychologie in de praktijk. Hoe definiëren therapeuten en cursusleiders het begrip islamitische psychologie? Hoe gebruiken ze het in de praktijk? Wat valt wel en wat valt niet onder islamitische psychologie en zijn de respondenten het met elkaar een over de invulling van IP?

3.1 De literatuur

Volgens klinische neuropsycholoog Kaplick en psycholoog en antropoloog Skinner (2017) kwam er eind jaren zeventig een groeiende nadruk te liggen op de relatie tussen islam en psychologie in de academische literatuur (vanuit de geestelijke gezondheidszorg). Hierop volgde een decennialange ontwikkeling van debatten en publicaties over islam en psychologie. Volgens Kaplick en Skinner is de islamitische psychologie grotendeels ontwikkeld door psychologen en psychiaters die zelf moslim zijn. Skinner bespreekt het volgende in een artikel dat hij geschreven heeft over islamitische psychologie:

De afgelopen jaren ben ik er steeds bewuster van geworden dat andere moslims die psychologie of aanverwante studies studeren, ook een dissonantie hebben ervaren door wat ze hebben geleerd vanuit de westerse traditie en hun eigen gevoel voor wat juist en wat echt is – maar zonder dat ze precies kunnen uitleggen waar die dissonantie zit (Skinner 2019, 1088).

Skinner geeft aan dat wetenschap niet ontstaat in een vacuüm. Dit geldt volgens hem ook voor de psychologie. Het culturele milieu en de context waarin het ontstaat zou invloed hebben op hoe een wetenschapper naar de wereld kijkt, welke vragen hij stelt, welke methodologie hij gebruikt en ook hoe hij empirische data interpreteert. Volgens Skinner is het dan ook logisch om terughoudend te zijn bij claims van universaliteit als de psychologie doordrenkt zou zijn met Westerse, christelijke culturele invloeden. Om een vorm van psychologie te ontwikkelen die aansluit bij de behoeften en de belevingswereld van moslims, zouden psychologen terug moeten naar de koran en naar de werken van klassieke islamitische geleerden zoals al-Ghazālī, Ibn Sīnā en Ja'far As-Sādiq (Skinner 2019).

Kaplick en Skinner (2017) spreken over een 'islam- en psychologiebeweging' in hun onderzoek, waarbij ze drie verschillende aanpakken onderscheiden binnen de literatuur over IP. Islamitische psychologie is er daar een van en zou volgens hen psychologie zijn volgens de islam, dus ontwikkeld vanuit de islamitische bronnen (de koran, de profetische tradities en de werken van vroege islamitische geleerden). De 'islam- en psychologiebeweging' is echter breder en gaat over alle ontwikkelingen binnen het veld van psychologie en islam (Kaplick en Skinner 2017). Naast 'islamitische psychologie' zien ze ook de 'islamitische filter aanpak' terug. Bij deze aanpak wordt de moderne psychologie kritisch geanalyseerd vanuit een islamitisch perspectief om zo universele concepten eruit te filteren en cultureel beïnvloedde aspecten die haaks staan op de islam weg te laten. Een bekend boek met deze aanpak is: 'The Dilemma of Muslim Psychologists' van psycholoog Malik Badri (1979). Kaplick en Skinner zeggen ook de 'vergelijkingsaanpak' terug te zien in de literatuur. Hierbij gaat men op zoek naar overeenkomsten tussen de moderne psychologie en de islamitische bronnen. Een belangrijk kritiekpunt op deze aanpak is dat het islamitische concepten kan verzwakken, doordat het verschillen misschien uit de weg gaat en probeert te conformeren aan de reguliere psychologie (Kaplick en Skinner 2017).

Ook al-Karam, psycholoog en president van het Al-Karam instituut dat als doel heeft islamitische psychologie te ontwikkelen, sluit zich hierbij aan. Zij verwijst naar Kaplick en Skinner (2017) en de door hen vastgestelde 'islam- en psychologiebeweging'. Zij claimt dat vele werken die de naam islamitische psychologie bevatten niet onder deze term vallen, maar horen bij de bredere 'islam- en psychologiebeweging' die Kaplick en Skinner beschreven. Al-Karam beschrijft verschillende bouwstenen die volgens haar fundamenteel zouden zijn bij het ontwikkelen van de islamitische psychologie en die terug te zien zijn in de literatuur. Zo zou

een belangrijk aspect van de islamitische psychologie het conceptualiseren van het zelf zijn, oftewel het duidelijk beschrijven waar een persoon uit bestaat, vanuit een islamitisch perspectief. Denk hierbij aan islamitische begrippen zoals de *rūḥ*, *qalb* en *nafs*. Deze kunnen vrij vertaald worden naar ziel, hart en ego. Zo zien we in een artikel van Rothman en Coyle (2018) een uitgebreid model van de ziel binnen een islamitisch kader. Daarnaast benoemt Al-Karam (2018) nog andere mogelijke bouwstenen zoals *fitrah*, *tawhīd* en *taqwa*, die volgens haar vertaald kunnen worden naar: de menselijke natuur, eenheid van God en bewustzijn van God. Ook wordt er gesproken over het vertrouwen hebben op God als kernonderdeel van islamitische psychologie (Bonab en Kooshar 2011). Al deze bouwstenen zouden onderdeel moeten zijn van de islamitische psychologie. Echter, Al-Karam merkt ook op dat er wel onderzoek plaatsvindt naar islamitische psychologie maar dat islamitische psychologie als discipline nog geen vastomlijnde definitie heeft (2018 Al-Karam).

Haque, Khan, Keshavarzi en Rothman (2016), allen actief vanuit het vakgebied van de psychologie, deden onderzoek naar de trends die zich voordeden in de vakliteratuur van de geestelijke gezondheidszorg rond de integratie van islamitische tradities in de moderne psychologie in de afgelopen tien jaar. Uit hun onderzoek komen vijf verschillende thema's naar voren: (1) de vereniging van westerse psychologische modellen met islamitische overtuigingen en gebruiken, (2) historische voorlopers van de islamitische psychologie en de 'wedergeboorte' hiervan in de moderne tijd, (3) de ontwikkeling van theoretische modellen binnen de islamitische psychologie, (4) de ontwikkeling van interventies en technieken binnen de islamitische psychologie als behandelingsmethode, en (5) de ontwikkeling van beoordelingsinstrumenten en schalen die zijn aangepast om te gebruiken bij de behandeling van moslims. In dit bredere onderzoek spreken zij ook over de term islamitische psychologie. Ze halen vijf stukken aan die zouden gaan over islamitische psychologie. Kijkend naar deze stukken wordt het duidelijk dat zij historische verslagen van islamitische psychologie definiëren als: 'de vertaling, analyse en psychologische interpretaties van werken van vroegere moslimdenkers'. Een voorbeeld is het werk van Malik Badri uit 2013, waar hij het werk van de islamitische geleerde al-Balkhi (*Sustenance for Body and Soul*) vertaalt naar het Engels en daarmee vroegere inzichten aan het licht brengt over klinische psychologie daterend uit de negende eeuw. In de literatuur komen ze ook nog theoretische modellen- en de ontwikkeling van interventies binnen de islamitische psychologie tegen. Verschillende begrippen die naar boven komen bij theoretische modellen van IP zijn *qalb* (hart), ziel of geest

(*rūḥ*), verstand (*‘aql*) of *nafs* (ego). Concepten zoals *‘aqīdah*, *‘ibādah* en *ākhlāq*, los vertaald naar overtuigingen, aanbidding en karakter komen voor bij het vormen van een kader of model voor IP. Om een basis voor IP te bouwen wordt ernaar deze begrippen gekeken vanuit de islamitische traditie door de koran en soenna te raadplegen. Ook bij de ontwikkeling van interventies en technieken van IP, gebeurt hetzelfde. Islamitische concepten zoals *dhikr* (herinneren van God) of *tafakkur* (bezinning) worden uit de traditie gehaald en toegepast (Haque, Khan, Keshavarzi en Rothman 2016).

Vanuit het vakgebied van de psychologie worden er verschillende pogingen gedaan om de islam en psychologie te verenigen. De vele ontwikkelingen binnen de literatuur tonen onder andere een behoefte om de psychologie of concepten binnen de psychologie te bekijken vanuit een islamitisch licht. Dit gaat onder andere gepaard met een kritische blik op de reguliere psychologie. Onderzoekers vanuit de geestelijke gezondheidszorg houden zich vooral bezig met het toepassen van islamitische concepten als bouwstenen van islamitische psychologie. Wat duidelijk wordt is dat er geen consensus is over een definitie van islamitische psychologie binnen de literatuur en men nog erg zoekende is naar de definitie en invulling van islamitische psychologie als wetenschappelijk veld en als behandelmethode.

3.2 Het Nederlandse veld

Uit de gesprekken die ik heb gevoerd met professionals valt duidelijk op te maken dat ook zij het lastig vinden om islamitische psychologie te definiëren. Het onderwerp blijkt wel erg te leven en mijn respondenten lijken actief bezig te zijn met het begrip islamitische psychologie. Ieder heeft zijn eigen ideeën bij wat islamitische psychologie is of zou moeten zijn en wat het zou moeten doen in bijvoorbeeld een behandeling. Dit bleek niet alleen uit de interviews, maar kwam ook naar voren toen ik werd gevraagd om mee te doen aan een leesgroep over islamitische psychologie. De zoektocht van de deelnemers ging over het geven van een invulling aan het begrip islamitische psychologie en wat dit voor hen betekende op persoonlijk en professioneel vlak. Hun zoektocht lijkt overeen te komen met de zoektocht in de literatuur. Opmerkelijk is wel dat er onderliggende overeenkomsten lijken te zijn in de beschrijvingen die mijn respondenten geven over IP. Naast deze overeenkomsten blijft de islamitische psychologie echter nog gekenmerkt door vele vraagtekens.

Deze zoektocht komt onder andere naar voren in het gesprek met Sarah Hadid. Op de website van haar eigen psychologenpraktijk schrijft Hadid dat zij werkt vanuit een islamitische levensvisie. Zij neemt even een moment om de vraag over de definitie van IP goed te beantwoorden. Een kernelement dat naar voren komt in haar uitleg, is dat zij haar cliënt wil begrijpen als een compleet persoon; dus iemand zien als een geheel met alles wat daarbij hoort. Zij noemt dit ook wel een holistische benadering:

Vanuit islamitisch perspectief weet ik als moslima zijnde dat geloof en religie eigenlijk niet weg te denken zijn uit je dagelijks leven. Dus dat het in alle onderdelen van je bestaan meedoet en meespeelt en invloed heeft. Dus als je het dan hebt over islamitische psychologie dan is het eigenlijk niet meer dan dat je de persoon ziet in zijn geheel en de klachten probeert te begrijpen vanuit de context waaruit iemand leeft.

Nadat ik al was overgegaan naar een andere vraag, bleef de eerder gestelde vraag nog hangen bij Hadid en vulde zij haar eerdere antwoord aan. Zij beschreef islamitische psychologie hierin als tweeledig:

Dus islamitische psychologie heeft eigenlijk twee kanten, aan de ene kant het zien van en het meenemen van de islamitische identiteit van de persoon, en daarnaast ook de islamitische visie gebruiken om een ander licht te werpen op die klachten, en een andere uitleg eraan te geven. Ik hoop dat ik het zo goed uitleg.

Hiernaast gaf ze nog aan gebruik te maken van voorbeelden van verhalen van de profeten. Deze metaforen en voorbeelden worden aangereikt aan de cliënt om vergelijkingen te trekken en daarmee troost te bieden, of om er lering uit te trekken. Ondanks dat Hadid een uitgebreid antwoord kon geven over de inhoud van de islamitische psychologie, kwamen er ook nog vragen op. Wanneer iemand zich namelijk islamitisch psycholoog zou mogen noemen vond ze moeilijk te zeggen:

Kijk, ik beschouw mezelf niet als een islamitisch psycholoog trouwens, ik noem mezelf niet zo. Ik ben moslima maar niet per se een islamitisch psycholoog. En ik noem mijn praktijk ook bewust niet een islamitische praktijk. Want nou ja, blijkbaar heb ik daar dan toch wel

een beeld van. Ik vind niet dat ik mezelf zo kan noemen, omdat ik niet die achtergrondkennis heb om vanuit de islamitische fiqh een bijdrage te kunnen geven, snap je wat ik bedoel?

Ze geeft aan in ontwikkeling te zijn en kennis op te doen en die te integreren in haar behandelingen. Maar wanneer je jezelf islamitisch psycholoog kan noemen, is iets wat wij volgens haar nog aan het ontwikkelen zijn en waar dus ook nog geen eenduidig antwoord op is.

De definitie van Hadid kwam gedeeltelijk overeen met die van Nora Al Hafiza. Al Hafiza heeft net zoals Hadid haar eigen psychologenpraktijk. Ze zijn beide opgeleid tot GGZ-psycholoog. Al Hafiza definieert islamitische psychologie als behandelingen of advies vanuit de islamitische geloofsleer of kijkwijze. Hierbij verwijst zij ook naar 'de geneeswijze van de profeet': gebruiken van de profeet Mohammed die door moslims worden verbonden aan het mentale of fysieke welzijn van de mens. Zij zegt islamitische psychologie slechts gedeeltelijk toe te passen, aangezien zij ook andere vormen van therapie toepast die gebaseerd zijn op de wetenschap. Ook zij vindt het lastig om aan te geven wanneer iemand zich islamitisch psycholoog mag noemen:

Ik ben er niet helemaal over uit wat het [de islamitische psychologie] precies betekent. Ik denk dat het een heel losstaand begrip is. Ik denk niet dat iedere moslim-behandelaar ook standaard een islamitisch psycholoog is. Soms zijn mensen toch wat meer op zoek naar een soort van theologische insteek, of islamitische geneeswijze in de zin van ruqīyah⁷ of van hijāmah⁸, dat soort dingen die ze dan ergens in de behandeling willen opnemen, ja dat dat is het natuurlijk niet.

Iemand die wel degelijk vindt dat *ruqīyah* onderdeel kan zijn van de islamitische psychologie, is docent Mohammad Kamil. Kamil heeft islamitische geestelijke verzorging gestudeerd, maar heeft uiteindelijk zijn master behaald in de islamologie. Daarnaast heeft hij veel zelfstudie

⁷ *Ruqīyah* is het gebruik van verzen uit de Koran of invocaties om genezing teweeg te brengen. Vaak in relatie tot het weghalen van negatieve invloeden van bijvoorbeeld de duivel of van andere mensen.

⁸ Het woord *hijāmah* verwijst naar een alternatieve geneeswijze waarbij er een vacuüm wordt gecreëerd op de huid. Door kleine incisies die voorafgaand zijn gemaakt op de huid, wordt er bloed uit de huid gezogen wat zou moeten leiden tot het genezen van verschillende klachten.

gedaan in de richting van sociologie en psychologie. Vanuit zijn instituut geeft hij een cursus islamitische psychologie. Zijn definitie heeft hij afgeleid van de term psychologie zelf, wat hij vertaalt naar 'kennis van de ziel'. De islamitische psychologie is in zijn optiek dan ook kennis van de ziel maar dan vanuit de islamitische bronnen. Ook hij vindt het ingewikkeld om te zeggen wanneer iemand zich een islamitisch psycholoog zou mogen noemen:

Ja dat is eigenlijk mijn vraag, een soort wedervraag die hieruit voortvloeit. Wanneer mag men zich hier psycholoog noemen?

Kamil geeft verder aan dat als iemand ook advies aan cliënten wil geven en daarvoor uitspraken doet die begeleiding of sturing bieden, of eventueel corrigerend zijn, het een noodzaak is om de islamitische psychologie helemaal grondig onder de knie te hebben. Volgens Kamil is het daarbij belangrijk dat de persoon een hele goede basis heeft in het islamitisch recht, in de islamitische doelenleer, in de fundamenten van islamitische rechtsprincipes en ook in de islamitische gedragsleer. Al deze onderdelen zouden volgens Kamil heel belangrijk zijn bij het beoefenen van islamitische psychologie, omdat al deze onderdelen volgens hem verweven zijn in de islamitische psychologie.

Youssef Ahmed geeft een cursus in de islamitische psychologie vanuit een islamitische organisatie in Nederland. Hij heeft een achtergrond in filosofie en religiestudies met een focus op de islam. In het buitenland heeft hij de islam, koran en *fiqh* (islamitische jurisprudentie) bestudeerd en daarnaast heeft hij veel zelfstudie gedaan. Hij bespreekt in zijn cursus welke bronnen belangrijk zijn om te raadplegen en welke drie algemene beginselen, zoals hij dat noemt, belangrijk zijn binnen de islamitische psychologie. Voor de bronnen noemt hij: (1) de koran en *hadīth* (overleveringen van de profeet Mohammed), (2) *falsafah*: filosofische teksten, werken van soefi's, klassieke interpretaties van volgens hem 'klassieke islamitische psychologen' zoals al-Ghazālī en Ibn Qayyim, en (3) de moderne psychologie en aanverwante wetenschappen. Wat betreft de basisbeginselen maakt hij een onderscheid in drie onderwerpen. Allereerst de mens-God relatie die hij weer onderverdeelt in drie subonderdelen. Volgens hem zou deze relatie bestaan uit: *tawhīd* (eenheid van God) en het godsbeeld dat men heeft. Daarnaast zou het doel van de creatie belangrijk zijn bij deze relatie en als laatste zou het hiernamaals, het leven na de dood, en ook de betekenis van de dood, onderdeel zijn van deze mens-God relatie. Het tweede beginsel is het geopenbaard

perspectief op de mens, oftewel wat er in de koran staat of wat de profeet heeft gezegd over de mens en het menselijke gedrag. Als derde beginsel noemt hij het werken in kaders. Hierbij gebruikt hij de koran en *ḥadīth* als kaders om te kijken naar bepaalde problematiek. Denk hierbij bijvoorbeeld aan *amrād al-qulūb* (ziektes van het hart) wat voorkomt in de koran en wat Ahmed dus aanhaalt als kader voor IP. Na de inhoudelijke uitleg van zijn cursus islamitische psychologie en de basisbeginselen van islamitische psychologie vroeg ik naar de definitie van islamitische psychologie:

Ik heb eigenlijk nooit helemaal een definitieve definitie gegeven aan islamitische psychologie, maar ik heb wel het een en ander gezegd over bepaalde onderdelen ervan. Ik heb nog niet een vastomlijnde definitie van wat dat nu precies is. Maar wel wat je ermee kunt!

Hiernaast heb ik nog een gesprek gehad met Walid Ismail en Nada Zahra, die beiden behandelaar zijn in dezelfde praktijk van Ismail. Zahra heeft daarnaast ook nog haar eigen praktijk. Ismail is hoofdbehandelaar en psychoanalyticus. Hij heeft psychologie en filosofie gestudeerd. Zahra is psycholoog en is afgestudeerd in klinische- en gezondheidspsychologie. Zowel Ismail als Zahra werken vanuit een islamitische psychologie⁹ die ontwikkeld is door Ismail en die hij heeft onderwezen aan Zahra. In een artikel op de website van zijn praktijk legt Ismail uit wat islamitische psychologie is en wat het niet is. Volgens Ismail heeft hij de islam en psychologie verenigd in de zijn ontwikkelde islamitische psychologie. Ismail noemt zijn ontwikkelde variant niet 'islamitische psychologie' maar heeft een variant bedacht op deze naam om een aan te geven dat het enerzijds naar een specifieke variant van de psychoanalyse verwijst. Anderzijds dient het om verwarring te voorkomen en het te kunnen onderscheiden van andere varianten van 'islamitische psychologie' die volgens Ismail onterecht deze benaming krijgen:

⁹ Ismail heeft een naam gegeven de islamitische psychologie die hij heeft ontwikkeld. Echter, omdat mijn respondenten geanonimiseerd worden is deze naam weggelaten uit het onderzoek.

De islamitische psychologie¹⁰ is een op God en Zijn Genezing gegronde psychologie die ruimte maakt voor het onbegrijpelijke, het Verborgene en onze verhouding tot God en de ander.

Ismail zegt deze vorm van islamitische psychologie te hebben ontwikkeld, omdat hij zoekende was binnen de psychologie en terecht kwam bij de psychoanalyse. Hier haalde hij veel inspiratie uit. Ismail is daarbij ook altijd bezig geweest met spiritualiteit en zegt: ‘de genezing te willen openen van een persoon naar Allah toe’. Dit is volgens hem ook de kern van de psychoanalyse. Wie zichzelf islamitisch psycholoog mag noemen was voor Ismail dan ook niet zo moeilijk. Hij en Zahra mochten zich zo noemen aangezien zij de enigen waren die goed opgeleid zijn binnen zijn ontwikkelde islamitische psychologie.

Alle respondenten lijken uitgebreid uitleg te kunnen geven over de inhoud van islamitische psychologie en welke islamitische concepten erin centraal staan of belangrijk zijn. De uitleg blijft echter vrij algemeen en het concreet afbakenen van het begrip islamitische psychologie lijkt nog lastig. Alle respondenten lijken zoekende te zijn naar de definitie van IP en ook wanneer iemand zich in dat veld islamitisch psycholoog mag noemen. Alleen Ismail lijkt hier wat stilliger in te zijn. Wat opviel waren de uitgebreide antwoorden die aanduiden dat het begrip islamitische psychologie veel ideeën oproept die vaak gekoppeld zijn aan islamitische concepten vanuit islamitische bronnen. Zo worden de koran, de soenna, *ḥadīth*, islamitische geleerden, de geneeswijze van de profeet en de relatie met God genoemd. Het gesprek met de respondenten toont dat islamitische psychologie een levendige zoektocht is. De respondenten lijken het erover eens te zijn dat de islam een bepaalde toegevoegde waarde heeft binnen de psychologie en binnen een behandeltraject. Hoe IP afgebakend moet worden of vorm moet krijgen is echter nog in ontwikkeling.

3.3 Een competitie tussen pioniers

Bij de ontwikkeling van een nieuw veld of een nieuw religieus fenomeen zijn er logischerwijs diverse interpretaties aanwezig en is er ruimte voor discussie. Dit leidt ook tot een kritische blik op andere interpretaties. Ook bij IP is dit te zien wat ertoe leidt dat veel van mijn

¹⁰ Ismail verwijst naar de islamitische psychologie die hij zelf ontwikkeld heeft.

respondenten ook een duidelijk idee hebben van wat islamitische psychologie vooral *niet* is, niet zou moeten zijn of niet zou moeten doen.

Dit komt duidelijk naar voren in het artikel van Ismail, waarin hij een definitie geeft van zijn zelf ontwikkelde islamitische psychologie. In dit artikel vertelt Ismail dat er twee vormen van islamitische psychologie bestaan die volgens hem de titel ‘islamitische psychologie’ niet verdienen. De eerste vorm betreft kennis vanuit de koran en soenna over de mens, het gedrag van de mens, over de ziel en over het ego, de *nafs* (het ego) en de strijd van de *nafs*. Ondanks dat Ismail deze kennis als nuttig acht, claimt hij dat dit geen psychologie is. Ismail geeft aan dat deze kennis eerder ‘islamitische kennis over mens en ziel’ zou moeten heten. Ismail doet hier sterke uitspraken over. Zo zegt hij dat wanneer je deze kennis ‘psychologie’ noemt, er slechts ‘kennisfragmenten aan elkaar gepraat worden’ en ‘dat het een pretentieuze verhaal wordt zonder diepgang’:

Door deze samengesteldheid ‘Koranische psychologie’ of ‘Islamitische psychologie’ te noemen komt feitelijk neer op een belediging van Allah (سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى)¹¹, onze Profeet en ons geloof. Ook als de bronnen juist geciteerd worden is het verhaal zelf dat verteld wordt volledig ondoordacht, ongegrond en doorspekt met kortzichtigheden en traditionele domheden. De uiteindelijke visie op de mens van zo’n ‘psychologie’ komt niet veel verder dan die van de eerste de beste leek.

De tweede vorm van islamitische psychologie die Ismail tegenkomt is volgens hem de gewone reguliere psychologie, maar dan met een islamitisch jasje. Hierbij wordt de moderne psychologie gezien als een neutrale wetenschap en alle elementen die met de islam onverenigbaar zijn worden verwijderd:

*De eerstgenoemde wijze van ‘Islamitische psychologie’ is dus **wel** Islamitisch maar **geen** psychologie en de tweede wijze is **wel** een psychologie, maar **niet** Islamitisch¹².*

¹¹ Hier staat: *subhānahu wa-ta’āla* wat vertaald kan worden naar: Geprezen en verheven is Hij (AllahAllāh). Dit is een verwijzing die moslims vaak maken na het benoemen van de naam Allah.Allāh.

¹² Om de integriteit van de originele tekst te behouden worden dikgedrukte gedeeltes tekst ook dikgedrukt neergezet in de citaten.

Ismail is zeer uitgesproken over wat wel en niet islamitische psychologie is. Maar deze kritische noot is niet alleen bij hem te merken. Al Hafiza vertelt dat zij het niet altijd eens is met de artikelen die zij leest over het onderwerp. Deze zijn volgens haar soms vergezocht. Een voorbeeld dat zij gaf was een artikel over Freud en zijn theorie over het bewustzijn, het ego en het alter ego. In het artikel wat zij las werd uitgelegd hoe zijn theorie aansloot op de islam en hierin werd vanuit een islamitisch perspectief uitgelegd hoe zijn theorie werd ondersteund door de islam:

Je hoeft het niet altijd te kunnen verklaren. Freud was natuurlijk ook geen moslim, zijn gedachtegang hoeft niet altijd te passen bij wat de islam daarover zegt. Maar goed, het is wel interessant om te lezen hoe anderen daarover denken.

Een andere soortgelijke kritische noot betrof een cursus die Al Hafiza had gevolgd over islamitische psychologie. Zij vond dat de cursus te veel gericht was op westerse filosofie en de hereniging daarvan met een islamitisch perspectief. Ook vond ze dat het te veel ging over de oorspronkelijke grondleggers van de psychologie:

Ik miste misschien wat meer gewoon de psychologie in het hier en nu en op welke manier dat dan islamitisch is zeg maar.

Ook Ahmed had bepaalde kritiek rondom het gebruik van het begrip:

Ja, dan denk ik bij mezelf, dan kun je je wel islamitisch psycholoog noemen en zeggen: ik ben islamitische psycholoog, maar als je daar niet bedreven in bent, maar je beoefent dat wel, ja, dan vind ik dat je heel lastig kunt zeggen: ik ben islamitisch psycholoog. Dus dat is mijn opvatting. Ik weet dat heel veel mensen cursussen 'islamitische psychologie' noemen en sommige noemen ook hun praktijk 'islamitische psychologiepraktijk' of zeggen al 'islamitische psycholoog', maar dan vraag ik me toch sterk af, heel veel mensen missen toch iets daarin. Ja.

Ahmed benoemde hierbij zowel het belang van de koran en de soenna maar ook kennis over gedragstherapie, angststoornissen, gesprekstechnieken en huwelijks therapie. Het zou

belangrijk zijn om kennis te hebben en bedreven te zijn in al deze onderwerpen om jezelf islamitisch psycholoog te mogen noemen. Ahmed vertelde nog enkele professionals in het Nederlandse veld te kennen en benoemde twee van mijn andere respondenten:

Het is geen kritiek ofzo maar wat hij [Kamil] doet is meer vanuit een theologische benadering, dus ik mis een beetje verklaringen van bepaald gedrag en ook moderne inzichten die je uit empirische benadering kunt verklaren. Dat mis ik wel een beetje, maar ik heb zijn cursus nog nooit gevolgd. Je hebt ook Walid Ismail die was veel kritischer als mensen islamitische psychologie gaven. Ik denk ook enerzijds omdat hij psychologie zelf heeft gestudeerd als vak en hij is erg gecharmeerd van Freuds psychoanalyse. Ik persoonlijk, maar ook heel veel christelijke psychologen vinden dat allang achterhaald. Kijk Freud is wel heel belangrijk en invloedrijk geweest, omdat hij met name de gesprekstherapie op de kaart heeft gezet. [...] hij [Freud] heeft veel goede dingen, maar heel veel dingen zijn ook achterhaald.

3.4 Conclusie

Deze kritieken lijken te horen bij de opkomst van een nieuw veld waarin men nog de mogelijkheid heeft om vorm te geven aan de definitie, de invulling of de uitvoering van een nieuw begrip of fenomeen. Het zou daarom gezien kunnen worden als een gezonde discussie over een nieuw veld waarbinnen men nog zoekende is en pioniert. We hebben hier echter ook te maken met een religieuze component. De diversiteit en complexiteit binnen religieuze tradities, zoals ook binnen de islam, is enorm en meningsverschillen of verschillende interpretaties zijn dan ook gebruikelijk over verschillende onderwerpen. Een vraag die hierbij opkomt is of de religieuze component binnen IP ervoor zorgt dit fellere of ingewikkeldere competitie wordt. Het religieuze aspect zorgt er namelijk voor dat IP niet alleen als wetenschappelijk veld een basis moet krijgen, maar dat het ook past binnen de islamitische traditie en wordt gezien als 'echt' islamitisch.

Hoofdstuk 4

Wat maakt islamitische psychologie ‘islamitisch’?

Zoals we hebben gelezen heeft islamitische psychologie nog geen vastomlijnde definitie. Tijdens mijn onderzoek heb ik meermaals de vraag gekregen, van moslims en niet-moslims, wat islamitische psychologie is. Een vraag die daarbij opkomt is: wat is ‘islamitisch’ aan islamitische psychologie? In het hoofdstuk drie hebben we ook al kunnen lezen dat meerdere respondenten kritiek hadden op wat er gebeurde onder het mom van islamitische psychologie: wanneer ging het nu om echte *islamitische* psychologie en niet bijvoorbeeld om een islamitisch jasje of een islamitische aanvulling. Wat de islamitische psychologie islamitisch maakt, is een vraag die dan ook erg leeft bij de respondenten. In dit hoofdstuk bespreek ik hoe verschillende professionals de islamitische psychologie legitimeren als ‘echt islamitisch’.

4.1 Psychologie als intrinsiek onderdeel van de islam

Een opvallend element dat sterk naar voren komt in mijn onderzoek, is het idee dat psychologie een inherent onderdeel is van de islam. De islamitische bronnen zouden de bron vormen van informatie voor het vormgeven van islamitische psychologie. Kamil spreekt over de verhouding van psychologie ten opzichte van de islam:

Zo merk ik steeds meer waarom ik eigenlijk het idee heb dat de vroegere moslimgeleerden niet specifiek over dit onderwerp [psychologie] hebben geschreven, dat is omdat psychologie zo verweven is met alle islamitische takken.

Hij vulde dit aan door te zeggen dat hij bij islamitische takken het heeft over de islamitische leer zoals de jurisprudentie of de doelenleer. Ook Hadid geeft aan dat het onderwerp psychologie een hoofdonderdeel is van de religie:

Allah subhānahu wa-ta’āla zegt ook dat we ons lichaam hebben gekregen als een amānah¹³ dus we moeten ook heel goed voor ons lijf zorgen. Goed voor je lijf zorgen

¹³ Het woord *amānah* komt van de Arabische stam *amn* wat veiligheid betekent. *Amānah* kan vertaald worden naar: dat wat je toevertrouwd hebt gekregen. Dus dat wat je veilig moet houden of waar je zorg voor draagt.

bestaat niet alleen uit niet roken, niet drinken, niet in jezelf snijden, maar bestaat ook uit op tijd slapen, bestaat ook uit ontspanning nemen voor jezelf, bestaat ook uit stress hanteren, zodat je lijf daar niet aan onderdoor gaat, gezonde voeding et cetera.

Hier zien we hoe het zorgen voor het zelf een inherent onderdeel zou zijn van de islam. Ahmed verwees bijvoorbeeld naar klassieke of islamitische geleerden zoals al-Ghazālī en Ibn Qayyim door hen islamitische psychologen te noemen. Kamil geeft verschillende voorbeelden van hoe islamitische concepten overeenkomen met concepten uit de psychologie:

Bijvoorbeeld obsessie, compulsieve stoornis, die kun je ook heel goed vergelijken met de stoornis van al-waswās¹⁴, dat is de koranische, Arabische of islamitische term al-waswās en compulsie, compulsieve stoornis is de westerse term. Zo zijn er natuurlijk ook andere dingen.

Volgens Kamil zijn er vertaalslagen te maken van concepten uit de reguliere psychologie naar concepten uit de islamitische traditie, en andersom. Dit laat zien dat de islam en de psychologie op een intieme manier verweven zouden zijn met elkaar. Hij gaat hierin nog een stapje verder. In een van zijn boeken¹⁵ spreekt hij over het belang van de islam in de therapie:

Een therapeut kan de islam niet uit het oog verliezen in zijn therapie. Als hij niet het islamitische gebied betreedt zal hij niet slagen in zijn therapie.

In een van de artikelen van Ismail gaat hij in op de relatie of verbondenheid tussen psychologie en de islam:

Het is niet zo dat wij leven in een op zichzelf en buiten ons vaststaande werkelijkheid en dat we daarnaast ook nog ons geloof 'hebben'. Wij zijn als gelovigen open voor het wonder dat wij zijn, het wonder dat wij bestaan. Deze openheid is ons geloof. In het

¹⁴ *Al-waswās* wordt doorgaans vertaald naar fluisteringen. Het gaat hierbij om negatieve fluisteringen of gedachten van het slechte of de duivel. Het kan ook vertaald worden naar twijfels of verleidingen.

¹⁵ De naam van het boek is weggelaten vanwege de anonimiteit van mijn respondenten.

wonder van ons bestaan ligt namelijk besloten in het gesprek van waaruit wij zijn en dit is het gesprek met God.

Het begrijpen van de psyche van de mens lijkt niet losgekoppeld te kunnen worden van degene die de mens heeft gemaakt en de religie die daarbij hoort. Ditzelfde zien we terug bij de organisatie en psychologenpraktijk die zich bezighouden met IP. In een bericht op hun Facebookpagina staat het volgende: 'islamitische Psychologie is [...] volledig leven voor Allah.'

De voortdurende nadruk op de intrinsieke verbondenheid tussen islam en psychologie kan gezien worden als een legitimatiestrategie. De islam lijkt kennis te bieden over de psyche van de mens, de werking ervan, over psychische aandoeningen maar ook over behandelingen of hoe men moet zorgen voor zijn of haar psychische gezondheid. Het zorgen voor je mentale gezondheid zou horen bij het zijn van een moslim. Deze nadruk op de samenhang tussen de twee is dus een strategie om te laten zien dat islamitische psychologie 'echt islamitisch' is. Bij 'echt islamitisch' komt ook de vraag op over welke islam het gaat. Er zijn diverse stromingen, wetscholen en interpretaties en vanuit welk perspectief spreken mijn respondenten? Toen ik in de gesprekken vroeg vanuit welke stroming of richting de respondenten werken waren de reacties beperkt en wat terughoudend. Dit lijken geen onderwerpen te zijn die leven bij mijn respondenten binnen IP. Zoals in de citaten is terug te lezen is, spreken mijn respondenten op een hele brede en algemene manier over de islam. Deze bredere kijk naar de islam liep als een rode draad door de gesprekken heen.

4.2 De therapeutische bijdrage van de islam

Alle respondenten zijn het erover eens *dat* de islam waarde toevoegt aan de psychologie of binnen een behandeltraject. Respondenten verschillen van mening over *hoe* de islam waarde toevoegt. De islam zou inspelen op specifieke persoonlijke problemen en handvatten bieden om om te gaan met verschillende klachten. Een eerste overkoepelend thema is zingeving: een woord dat vaak terugkomt in de gesprekken of waar anders indirect naar wordt verwezen.

Een directe verwijzing naar deze zingeving kwam onder andere van Al Hafiza in de vorm van een 'waarom-vraag'. Wat zij vooral meeneemt in haar behandelingen is het concept van zingeving vanuit de islam. Dit betreft ze bij de behandeling wanneer cliënten bijvoorbeeld somber zijn:

Waarom zijn we hier op aarde, wat is ons doel? Op het moment dat er suïcidale gedachtes zijn is religie ook weer een beschermende factor.

Volgens haar kun je de vraag stellen: wat zegt het geloof hierover? De islam sijpelt overal wel doorheen volgens Al Hafiza. Zij maakt hier wel een belangrijke kanttekening bij:

Want iedereen gelooft natuurlijk op een eigen manier, beleeft en praktiseert [...] En hoe dat [religie] dan precies terugkomt in de behandeling dat stem je eigenlijk een beetje met elkaar af.

De cliëntbehoefte lijkt hier centraal te staan. Het toepassen van de islam wordt door Al Hafiza dan ook specifiek afgestemd op het individu en wat hij of zij nodig heeft. Deze persoonlijke aanpak is ook merkbaar bij Hadid. Zo geeft Hadid aan dat het gebruik van de islam heel erg afhankelijk is van de persoon: wat hij of zij meebrengt, om welke klacht het gaat en welk verband die persoon zelf legt met de religie. Vandaaruit kies je volgens Hadid een ingang. De aanpakken die je kiest binnen een behandeling kun je volgens Hadid niet op een hoop gooien, omdat er niet één manier waarop je de behandeling aangaat. Verder benoemt ook zij verschillende concepten rondom de waarom-vraag in combinatie met het concept van zingeving:

Nou als we kijken naar bijvoorbeeld zingeving. Wat is het doel van het bestaan of waarom ben ik hier? Nou dan heb je vanuit de islam daar een heel duidelijk kader voor. Als je het hebt over de waarom vraag, waarom overkomt mij dit, waarom gebeurt dit of waarom is dit zo gegaan? De islam leert ons ook heel erg een stukje verdragen van dingen die ons overkomen en dingen die in ons leven gebeuren. En wat ik heel mooi vind en wat je met cliënten eigenlijk altijd probeert te doen is te kijken naar welke aspecten binnen jouw klachten kun je de eigen regie in pakken en kun jij zelf iets aan veranderen. En welke aspecten heb je eigenlijk simpelweg hele dikke vette pech mee en kan je niks aan doen en dan komt het neer op acceptatie. En voor beide aspecten heb je vanuit een islamitisch perspectief een heel mooi aangrijpingspunt of leidraad.

Ze noemt deze islamitische kaders waarbinnen je klachten kan plaatsen extreem waardevol in een traject en geeft aan dat dit andere perspectief, een hele positieve bijdrage levert aan het verlichten van klachten. Zowel Hadid als al-Hafiza lijken een rationele insteek te benadrukken. De islam zou antwoorden bieden op waarom-vragen en deze antwoorden zouden de client zingeving bieden. Deze zingeving zou de cliënt ondersteunen en een verlichting bieden van de klachten. Ook de kaders waar Hadid over spreekt lijken hele concrete handvatten met een rationele insteek. De islam zou kunnen laten zien in welke gevallen een cliënt de regie in handen moet nemen en iets kan veranderen aan zijn of haar situatie en wanneer een cliënt niks kan doen en moet leren verdragen en accepteren.

Ook een onderdeel van deze waarom-vraag lijkt de mens-God relatie te zijn. Er zou een intieme relatie van mens tot God zijn, waarbij God een persoonlijke boodschap zou hebben voor ieder individu om in te spelen op zijn of haar leven. Een onderdeel hiervan is het begrijpen van deze boodschap. Deze relatie is ook terug te zien in de opbouw van de cursus van Ahmed waar in het eerste basisbeginsel, *tawhīd* (eenheid van Allah) maar ook de mens centraal staan. Hij spreekt van een verhouding van schepping versus schepper waarbij het doel van de creatie een belangrijk element is:

Die relatie heeft te maken met aanbidding, met ibādah en tegelijkertijd moeten we ook niet vergeten dat een mens volwaardig is als hij begrijpt wat het doel is van zijn schepping.

Bij deze mens-God relatie staat enerzijds dus een intieme en persoonlijke connectie centraal en anderzijds is het begrijpen van de schepping en het doel van creatie ook een essentieel onderdeel. Hier zien wordt de waarom-vraag weer zichtbaar. Waarom ben ik hier of wat is het doel van mijn bestaan? Deze kennis zou volgens Ahmed onderdeel zijn van IP en essentieel zijn als mens om volwaardig te zijn. Er ligt een sterke nadruk op het belang van deze kennis en daarmee ook op de toegevoegde waarde die deze kennis zou hebben voor een mens, binnen IP en dus ook op het gebied van mentaal welzijn. Dit sluit aan bij het boek wat Kamil heeft geschreven voor zijn cursus islamitische psychologie. De titel insinueert dat het begrijpen van het zelf en de lagen van diepgang binnen het zelf centraal staan bij het begrijpen van God en de connectie met God.

In bovengenoemde citaten staat een rationele zingeving centraal. De waarom-vraag en de islamitische antwoorden hierop zijn hierbij erg belangrijk en zouden veel steun bieden

aan cliënten. Deze vraag is erg gericht op het individu en de persoonlijke relatie met Allah. Doordat de islam deze relatie met Allah zou verstevigen en antwoorden zou bieden op essentiële levensvragen, of vragen rondom bepaalde klachten, zou het geloof een erg waardevolle steun bieden aan cliënten. Volgens de respondenten biedt de islam echter nog op een andere manier steun. Deze vorm zou spirituele steun genoemd kunnen worden. Hierbij worden islamitische gebruiken en profetische verhalen ingezet als concrete handvatten om verlichting te bieden van klachten. Hadid haalt bijvoorbeeld de aanbidding, het gebed, het vasten en de smeekbede aan als islamitische gebruiken die fungeren als handvatten:

Het geeft houvast, kijk, wij geloven dat het absoluut een effect heeft op jouw ziel, dat het een effect heeft op jouw bestaan en dat het tegelijkertijd ook een vorm van structuur geeft, een vorm van houvast geeft in je dagelijkse leven. En het is eigenlijk allemaal als doel om jezelf te verbinden met Allah, met degene die jou geschapen heeft.

Ook hier komt weer die directe en persoonlijke verbintenis terug met Allah. Dit legt ze verder uit in relatie tot het concept zelfbeeld. Ze legt uit hoe jouw zelfbeeld een compleet andere dimensie krijgt wanneer de afhankelijkheid daarvan niet meer berust op wereldse zaken, zoals je partner, je kinderen, je baan, je succes, je geld, en je vrienden, maar juist berust op Allah:

Dus ibādah [het aanbidden], de dhikr [Allah herinneren], de ṣalāt [het gebed], het vasten, al die dingen dat zijn eigenlijk allemaal middelen om dat contact met Allah te verstevigen en die afhankelijkheid tot je schepper te benadrukken en die afhankelijkheid ten opzichte van alle andere dingen in je leven eigenlijk te minimaliseren.

De mate waarin deze concrete handvatten toepasbaar zijn moet, zoals we eerder hebben gelezen, voor Hadid afgestemd worden op de cliënt. Maar er ligt voor haar wel heel duidelijk waarde in het gebruik van deze handvatten als ze goed afgestemd zijn op de cliënt. Zo geeft ze een voorbeeld van een cliënt met (volgens haar) forse problematiek, waarbij ze stapsgewijs opbouwde:

Dus daar ga je heel actief, stapsgewijs kijken van hoe zou je dat weer zou kunnen oppakken, hoe kun je dhikr doen, dus dan ga je veel meer uitleg geven over wat de rol is

van de shayṭān [de duivel], hoe je je ziel kunt voeden, dat Allah subḥānahu wa-ta'āla echt wel vergevingsgezind is en dat de poort naar ibādah altijd openstaat. Begin maar met een gebed op een dag en ga dan uitbreiden. Dus dan ga je heel praktisch.

Ook Kamil heeft het over islamitische concepten die onderdeel zouden zijn van IP en ingezet kunnen worden binnen een behandeltraject. Zo geeft hij aan dat het islamitische concept *niyyah* (intentie) raakvlakken heeft met de psychologie. Volgens de islam zou *niyyah* namelijk in het hart zitten. Hierbij geeft hij aan het niet over het vleselijke hart te hebben, maar over het geestelijke hart:

Dus we zien echt dat de psychologie heel verweven is binnen de islam. En de al-ibādāt [aanbiddingen] die wij doen, ibādāt zoals ṣalawāt al-khams [de vijf verplichte gebeden], als daar geen khūshū¹⁶ inzit, dat is een van de rukn [pilaren] subḥān Allah¹⁷. Kijk khūshū is een van de voorwaarden voor het geldig zijn van het gebed. Waar zit het khūshū? Het khūshū is weemoed: dat is iets wat in je ziel zit, dat is niet iets wat in je lichaam zit, het is weemoed, rust, een bepaalde rust.

Deze spirituele ondersteuning die de islam kan bieden komt ook naar voren in het gesprek met Ahmed. Zo vraagt hij zich het volgende af:

Maar ook bijvoorbeeld met spiritualiteit inzetten, op welke manier is dat zeg maar helend? Dus niet alleen als een kwestie van coping, hoe kun je omgaan met, of hoe kun je religie inzetten, dat je echt dat als bron van kracht gebruikt.

Ahmed is bewust opzoek naar een manier om spiritualiteit vanuit de islam in te zetten om genezing teweeg te brengen. Zijn vraag gaat hier niet alleen over handvatten waarmee men om kan leren gaan met mentale problemen maar over het inzetten van spiritualiteit vanuit de religie om problemen of klachten te verhelpen.

¹⁶ *Khūshū* is een woord wat vaak gelinkt wordt aan het gebed. Het hebben van *khūshū* tijdens het gebed kan vertaald worden naar een bepaalde kalmte, nederigheid of overgave in het gebed wat gepaard gaat met een focus of concentratie.

¹⁷ *Subḥān Allāh* kan vertaald worden naar: God zij geprezen en wordt vaak gezegd door moslims om bewondering ergens voor uit te drukken.

Eerder in dit hoofdstuk besprak ik de definitie van islamitische psychologie die de organisatie en psychologenpraktijk rondom IP hanteert. Hierin stond het ‘volledig leven voor Allah’ centraal. Om dit te bereiken moet er een verandering teweeg gebracht worden in je mentale welzijn. Deze verandering kan teweeg gebracht worden door een bekend islamitisch concept concreet toe te passen:

*De Qur'an stelt dat dit [de mentale omslag van jezelf naar Allah] gebeurt door dhikr. Het herinneren van Allah subhānahu wa-ta'āla is niet enkel het reciteren van een aantal zinnen, maar vooral ook **dhikr met het hart**: bewust zijn van Allah subhānahu wa-ta'āla op ieder moment van ons doen en laten. Dhikr is ook één van de benamingen van de Qur'an. Die herinnert ons namelijk aan de **nood aan bewustzijn van de Schepper**.*

Het concrete handvat, in dit geval *dhikr*, wordt hierbij gekoppeld aan de definitie van islamitische psychologie. Als je mentaal dit stadium wilt bereiken waarbij je volledig leeft voor Allah, dan maak je dus gebruik van de handvatten die de islam je biedt. Door het toepassen van deze handvatten kom je dichterbij Allah maar zorg je dus ook voor je mentale welzijn.

Zoals eerder is gezegd worden er ook profetische verhalen gebruikt om de cliënt troost te bieden of om bepaalde lessen mee te geven. Deze verhalen bieden dus concrete lessen maar ook spirituele steun en worden gelinkt aan de persoonlijke situatie van de cliënt. Kamil heeft een boek over islamitische psychologie gewijd aan dit onderwerp. Op bladzijde 62 begint hij zijn hoofdstuk met de volgende zin:

Geen andere wegen leiden tot geestelijke perfectie en heling, alleen via de weg van de profeten. Alle andere methodes hebben tekortkomingen en zijn zwak.

In het boek ligt de nadruk op de profeet Mohammed, maar wordt benoemd dat alle profeten helers zijn van de ziel. Uit het leven van de profeet Mohammed worden wijsheden gehaald over het omgaan met zieken of hoe geduldig, optimistisch en positief de profeet was, wat hij verbood of wat hij juist aanmoedigde. Ook Al Hafiza benoemde in het gesprek dat zij de geneeswijze van de profeet Mohammed als onderdeel ziet van de islamitische psychologie. Hadid licht verder toe hoe zij niet alleen van profeteverhalen van de profeet Mohammed, maar ook verhalen van andere profeten toepast in haar behandeling:

Daarnaast gebruik ik vaak voorbeelden van profeten; verhalen van belangrijke personages binnen de islamitische geschiedenis om vergelijkingen te maken of cliënten ook troost te bieden van 'Goh jij bent niet de enige die dit meemaakt, kijk maar'. Of daar lering uit te trekken. Dus op die manier door metaforen en voorbeelden aan te reiken creëer je ook een soort van spiegel voor de cliënt.

Later in het gesprek voegt ze nog toe dat ze aan cliënten uitlegt dat de profeet Mohammed de meeste problemen had en het aller zwaarst heeft gehad. Deze voorbeelden, ook van andere profeten, haalt zij aan om duidelijk te maken dat Allah mensen beproeft met een reden. Ze geeft aan dat Allah in de eerste instantie beproeft, omdat hij van de persoon in kwestie houdt. De beproeving zou laten zien dat Allah deze personen dichtbij zich zou willen houden. Hadid hoopt dat deze beproevingen voor cliënten juist een motivatie zullen zijn om meer *ibādāt* te verrichten.

Iemand die ook ingaat op het gebruik van deze profetische verhalen is Ahmed. Hij haalt verschillende verhalen aan als voorbeeld. Zo haalt hij het verhaal aan van een metgezel van de profeet die volgens hem in een zware depressie zou hebben gezeten:

Ka'b ibn Mālik, ik weet niet of je die kent, is een metgezel die niet mee was gegaan met de profeet op een veldtocht en die had er eigenlijk geen excuus voor. Toen heeft de profeet hem gestraft door hem te negeren en gezegd tegen de metgezellen jullie moeten hem negeren en hij moet zich afzonderen. Nou toen alle metgezellen dat deden voelde die man alsof de hele wereld te klein was. Hij was zo aan het stressen en zo diep in een depressie belandt dat dat hem heel veel pijn en ellende bezorgde, dat wordt ook zo beschreven in de koran, het is een prachtig verhaal! Maar uiteindelijk is die daar heel groot en sterk uitgekomen.

Het verhaal wat Ahmed beschrijft lijkt in de eerste instantie niet prachtig maar juist verdrietig. In het gesprek wordt duidelijk dat hij het prachtig vindt dat je belangrijke lessen uit deze verhalen kan halen om om te gaan met moeilijkheden in je leven. Ook geven deze verhalen steun en laten ze zien dat ook in hele zware situaties er een uitweg is. Het verhaal van Ka'b ibn Mālik zou hier een goed voorbeeld van zijn. Volgens Ahmed vind je in de *ḥadīth* nog vele

andere bemoedigende verhalen, maar ook waarschuwende verhalen. Hier kun je volgens hem uit leren hoe je je wel of juist niet zou moeten gedragen:

Maar ook bijvoorbeeld, dit is dan de koran, het verhaal van Yūsuf 'alayhi salam [vrede zij met hem] en zijn vader, de relatie tussen Yūsuf en die in een soort van depressie terecht kwam en ook letterlijk in een gat is gevallen. Dat zijn allemaal teksten die je kunt gebruiken in de islamitische psychologie.

De therapeutische meerwaarde van de islam kan onderverdeeld worden in twee vormen. Allereerst zou de islam zingeving bieden door antwoorden te kunnen bieden de rationele waarom-vragen. De antwoorden op deze vragen worden onttrokken uit de islamitische bronnen en moeten leiden tot meer begrip over zowel de eigen positie in dit leven als in het leven hierna, de positie in relatie tot God en daarbinnen de klachten waar een cliënt mee te maken heeft. Antwoorden op deze vragen zouden veel steun bieden aan de cliënten. Deze vragen voelen daarbij ook erg persoonlijk en het begrip voor het individu, de cliënt, staat hierin centraal. Dit aspect van IP lijkt duidelijk overeen te komen met het idee van Berger (1967) namelijk dat religie meer in zal spelen op het individu en de behoeftes van het individu binnen de privésfeer.

De tweede vorm van de therapeutische meerwaarde van de islam zou spirituele steun genoemd kunnen worden. De islam lijkt op een zeer persoonlijke manier spirituele steun te bieden door middel van concrete handvatten afkomstig van bekende islamitische concepten en profetische verhalen die wijsheden en emotionele ondersteuning bieden aan cliënten. Deze concepten of verhalen worden gekoppeld aan de persoonlijke problematiek van de client en zijn afgestemd op zijn of haar behoeftes. Hier ligt weer de nadruk op de persoonlijke behoeftes van het individu die Berger beschreef (1967). Hierbij lijkt ook de persoonlijke band met Allah centraal te staan en zijn bijvoorbeeld de concrete islamitische handvatten ervoor om deze één-op-één band te versterken. Het belang van deze mens-God relatie die we in beide vormen terug zien gaat echter wel in tegen een andere aanname die Berger maakte. Zoals we lezen in hoofdstuk twee, stelde Berger namelijk dat het bovennatuurlijke minder zou worden benadrukt binnen religies (1967). Dit lijkt echter niet het geval. Bij de zoektocht naar de antwoorden op de rationele waarom vragen staan het hiernamaals en de positie tegenover God centraal. Ook bij de spirituele steun die de islam zou bieden is de mens-God relatie een

onmisbaar perspectief voor mijn respondenten. Door de therapeutische meerwaarde van de islam te benadrukken legitimeren mijn respondenten IP en komt nogmaals de verbondenheid tussen de islam en de psychologie naar voren. Islam zou zoveel te bieden hebben op het gebied van mentaal welzijn dat de islamitische psychologie logischerwijs legitiem is.

4.3 Zorgen voor jezelf: cultuur versus religie

Naar een psycholoog gaan doen mensen om verschillende redenen. Een overkoepelend thema kan “*self care*” zijn. Het kan gekoppeld worden aan de bredere trend die ik beschreven heb in hoofdstuk twee, waarbij er een nadruk ligt op het zorgen voor het zelf en het opzoek gaan naar het authentieke zelf. Deze trend zou je in de eerste instantie niet snel koppelen aan religie en daar confronteerde ik ook de respondenten mee. Zo stelde ik dat de islam vaak in verband wordt gebracht met het zorgen voor de ander, het belang van de gemeenschap of het collectief en dat het grotere geheel belangrijker lijkt dan het individu. Daarbij hoort eventueel ook het aan de kant zetten van het zelf voor ‘het grotere goed’. Islamitische psychologie lijkt door het psychologie-aspect er echter op te wijzen dat het individu en persoonlijke zaken ook centraal staan en wel degelijk aandacht en zorg verdienen binnen de islam. Hoe komen deze twee ogenschijnlijke tegenpolen, individu en collectief, samen binnen de islamitische psychologie? Waar schuurt het bij deze samenkomst en hoe gaan mijn respondenten daarmee om? De aanname die ik maak in mijn vraag wordt direct herkend, geaccepteerd en bevestigd door de respondenten. Zij hebben hier echter een oplossing of uitleg voor. Zo ook Hadid:

Ja, ik denk dus dat ze [zorgen voor jezelf en het zorgen voor de gemeenschap] niet haaks op elkaar staan. Want inderdaad, om te geven, te zorgen voor de ander, te zorgen voor je naasten, om goed te zijn voor je burens, we kennen al dat soort voorbeelden die ons inderdaad wijzen op: denk niet alleen aan jezelf, maar zie jezelf als onderdeel van de samenleving en zorg daar ook voor. Maar de islam leert ons evengoed om heel goed te zorgen voor onszelf. Om te zorgen voor ons lijf, om te zorgen voor onze ziel, om te zorgen voor onze behoeften.

In deze uitleg geeft Hadid aan dat beide ideeën naast elkaar kunnen bestaan en dat beide ideeën ook onderdeel zijn van de islam. Ze geeft aan dat je hier enkel een balans tussen moet vinden, maar volgens haar sluit het een het ander niet uit. Daarbij geeft ze ook een uitleg voor waarom er onder moslims geen nadruk ligt op het islamitische idee van het zorgen voor het zelf:

En wat mij betreft, is dat vaak een culturele uitleg die we geven en die we combineren met inderdaad het islamitische aspect van goed zijn voor anderen. Dat je bij wijze van tot in het oneindige goed moet zijn voor je ouders no matter what, of tot het oneindige gewoon jezelf helemaal moet opofferen en opofferen omwille van de familie of omwille van de samenleving. Ik denk dat dat ook een hele culturele factor is. Veel moslims komen uit een wij-cultuur en dat is een culturele uitleg van dat soort aspecten. Terwijl de islam je niet leert om jezelf compleet weg te cijferen. En om jezelf honderd procent in te leveren voor de ander. Door dat weer uit te leggen en voorbeelden te geven vanuit een islamitisch perspectief, kun je dat stukje ook weer in balans brengen.

Door een onderscheid te maken tussen religie en cultuur geeft Hadid een verklaring voor waarom bepaalde aspecten van de islam zouden zijn uitvergroet en andere aspecten minder zichtbaar zouden zijn. Ze geeft aan waarom het zorgen voor het zelf ook belangrijk is binnen de religie:

Ik denk dat wij heel erg geneigd zijn om de focus te leggen op het goed zijn voor anderen en anderen om ons heen, en te weinig geleerd hebben om ook aandacht te hebben voor 'wat heb ik zelf nodig' en 'hoe kan ik mezelf daarin voorzien'; om ook te kunnen geven. Kijk in de eerste plaats sta jij als individu centraal en staat jouw relatie met Allah subhānahu wa-ta'āla centraal dus de eerste vraag is 'wat heb ik nodig om Allah te aanbidden' en 'hoe kan ik ervoor zorgen dat mijn contact met Allah goed staat'. Dit zijn allemaal vragen die gaan over jou als individu.

Nadat ik dezelfde vraag stelde aan Kamil, gaf ook hij aan dat het zorgen voor de ander inderdaad belangrijk is in de islam. Wat je namelijk doet voor het collectief zou in zijn woorden

rahmah oftewel barmhartigheid opleveren van Allah. Daarnaast geeft hij echter ook aan hoe belangrijk het is om te zorgen voor jezelf en dat dit onderdeel is van de islam:

De koran schrijft juist voor kom voor jezelf op of bescherm die balans voor jezelf want de koran die gaat uit van de bescherming van de vijf zaken, en die vijf zaken zijn dus je religie, jouw bezit, je ziel, je verstand en je eer.

De nadruk op het balans is opvallend. Ook Kamil geeft eenzelfde uitleg voor waarom die balans tussen het privé en het collectief, zoals hij het noemt, in de eerste instantie onduidelijk lijkt te zijn:

Ja kijk die balans, dat komt omdat moslims zelf niet geleerd hebben of onwetend zijn met wat de koran zegt over die balans. Die balans is aanwezig in de koran, in de soenna ook. Na'm [ja]! We hebben onze regels alḥamdulillah¹⁸ in de koran snap je, het zegt duidelijk bijvoorbeeld, er wordt aangeklopt maar je kan niet opendoen of je bent bezig, dan zeg je 'ga weg'. Maar vanuit de cultuur doen wij dat niet, dat is iets cultureels. Dat vinden wij dan vaak ongastvrij terwijl heel veel dingen dus vanuit de koran en de soenna die balans juist voorschrijven.

Kamil legt nog verder uit dat het privéleven beschermen iets is wat in de koran en in de *ḥadīth* voorkomt. Hij vult nog aan dat het de cultuur is die de balans waar hij van spreekt uit zijn evenwicht heeft gehaald. Volgens hem zijn dus ook beide concepten onderdeel van de islam en is cultuur als het ware de stoorzender.

Al Hafiza reageert op dezelfde vraag ook met herkenning. Zij geeft aan dat het moeite hebben met het vinden van de balans tussen het zorgen voor het zelf en het zorgen voor de ander niet specifiek islamitisch is. Het is meer een karaktereigenschap die iemand heeft of wat iemand heeft aangeleerd. Wel geeft ze aan dat dit voor moslims net wat anders kan liggen:

Op het moment dat je iemand leert om vaker nee te zeggen, dat betekent voor jezelf kiezen. Ja dat is dan misschien bij islamitische patiënten nog wat moeilijker omdat vanuit

¹⁸ *Alḥamdulillah* kan vertaald worden naar: alle dank en zegeningen aan Allah. Dit is een uitspraak die moslims vaak gebruiken om Allah te danken.

het geloof vooral naar ouders toe heel veel eigenlijk een zorgplicht is en dat is soms heel moeilijk om daar een balans in te vinden.

Ondanks dat Al Hafiza niet specifiek dezelfde cultuur versus religie scheiding maakt, lijkt in haar uitleg naar voren te komen dat het voor haar niet meer dan vanzelfsprekend is om ook die balans aan te brengen tussen de twee. Ze geeft aan dat het lichaam vanzelf aangeeft wanneer het iets niet meer aankan of vermoeid is wanneer men over bepaalde grenzen gaat:

Maar wat ik eigenlijk patiënten leer is om daar [de ander helpen] in te kiezen. Kijk het is niet zo zwart wit, het is niet het een of het ander.

Al Hafiza geeft aan dat er ook gevoelens van schuldgevoel omhoog kunnen komen wanneer men er niet geheel meer kan zijn voor de ander, of dat de persoon voelt egoïstisch bezig te zijn. Volgens haar kan de balans aangebracht worden door aan te geven wat je nog wel kan doen voor de ander, maar ook wat te veel is en waar je een grens moet trekken voor jezelf. Voor haar leek het geen vraag te zijn of dit samen zou gaan met de islam.

Een andere specifieke verwijzing naar cultuur was te vinden bij de organisatie en psychologenpraktijk omtrent IP. Het instituut biedt onder andere e-books aan en bij de beschrijving van een gratis e-book staat het volgende:

Het zijn namelijk jouw normen en waarden, jouw kijk op het leven en jouw culturele bagage die jouw opvoeding kleuren. Om op te voeden zal de opvoeder daarom eerst kritisch naar zichzelf moeten kijken!

In het stuk lijken ze te impliceren dat onder andere culturele bagage de opvoeding kan kleuren. Hierdoor is geen complete ruimte voor een op de islam gebaseerde opvoeding. De scheiding tussen religie en cultuur lijkt een manier te zijn om duidelijk te maken wat de echte islam is en te legitimeren dat islamitische psychologie ook islamitisch is. Hier wordt de link met islamitische reveilbewegingen zichtbaar. Er lijkt zich binnen het gesprek over islamitische psychologie een zoektocht voor te doen naar de echte islam, los van culturele invloeden.

4.4 Conclusie

Mijn respondenten legitimeren de islamitische psychologie als 'echt islamitisch' door psychologie en islam onlosmakelijk aan elkaar te verbinden. De therapeutische meerwaarde van de islam geeft aan welke toegevoegde waarde de islam zou leveren aan de psychologie en binnen een behandeling. Verder zouden de psychologie en het zorgen voor het zelf altijd al onderdelen zijn geweest van de islam maar is dit vooral ondergesneeuwd door culturele invloeden. Deze zoektocht of herontdekking naar de betekenis van de echte islam lijkt overeen te komen met het groeiende belang van het zorgen voor het zelf en het zoeken naar het authentieke zelf. De zoektocht naar een zuivere islam en het zorgen voor jezelf lijken in de eerste instantie niet samen te gaan. De theorie van Berger (1967) verduidelijkte al dat er binnen de religie meer nadruk zou komen te liggen op het individu en de persoonlijke zaken binnen de privésfeer. Kijkend naar de werken van Beekers (2014) en Buitelaar (2020) wordt deze persoonlijke zoektocht onder moslims al zichtbaarder. De islamitische psychologie biedt een interessante samenkomst van een herontdekking van de echte islam en de groeiende nadruk op het zorgen voor het zelf en het opzoek gaan naar het authentieke zelf binnen een religie.

Hoofdstuk 5

Houdingen ten aanzien van de reguliere psychologie

In dit hoofdstuk kijk ik naar hoe de islamitische psychologie zich verhoudt tot de reguliere psychologie volgens mijn respondenten. We hebben in hoofdstuk drie gelezen dat een kritiek op de reguliere psychologie een onderdeel is geweest in het ontstaan van de islamitische psychologie. Hoe wordt hier echter naar gekeken vanuit professionals die zich bezighouden met dit thema in de praktijk? Wat zijn volgens hen de verschillen of overeenkomsten, waar schuurt het en wat zou de meerwaarde zijn van islamitische psychologie voor cliënten? Zijn er onderdelen die samengaan of zijn de twee onverenigbaar?

5.1 Een gevoel van gemis bij de reguliere psychologie

Mijn respondenten lijken zich allen anders te verhouden tegenover de reguliere psychologie. Wel komt er een gedeelde houding van ongemak of verwarring naar boven tegenover de reguliere psychologie waarbij er een botsing zou zijn tussen de reguliere psychologie en de islam. In hoofdstuk twee lezen we dat Skinner (2019) constateerde dat deze gevoelens een bekend zijn onder sommige moslims die psychologie of aanverwante studies studeren. Hij zag dat ook zij, net als hijzelf, een dissonantie ervaren. Volgens hem kwam dit door de combinatie van wat ze geleerd hadden vanuit de westerse traditie samen met hun eigen gevoel van wat juist en wat echt is. Ze konden alleen niet de vinger leggen op waar de dissonantie nu precies zit (Skinner 2019). Kamil spreekt ook over een soort dissonantie:

Ik heb ook zelf stagiaires gehad bij Bayt el-Khair die stage liepen voor de studie psychologie. Daarbij heb ik zelf meegemaakt dat iemand door de studie zelf zwaar ziek, zwaar depressief werd. Hij deed toentertijd de master westerse psychologie en dat ging niet op in zijn belevingswereld. Daar kreeg je te leren dat je gewoon uit vlees en bloed bestaat en die kreeg last van incongruentie of cognitieve dissonantie.

Kamil gaat nog wat meer in op waar volgens hem dit gevoel vandaan komt:

Westerse psychologie gaat meer uit van dat de mens bestaat uit materie, dus uit hersenen en hart, echt vlees en bloed en dat gedrag daaruit voortkomt. Ze [reguliere psychologen] hebben geen verklaring voor de ziel of de geest als een apart schepsel. Een apart geestelijk schepsel dat door Allah subhānahu wa-ta'āla, dat door God is geschapen is in het lichaam van de mens. Dus dat is het verschil met islamitische psychologie wat aanduidt dat de mens bestaat uit lichaam en uit ziel.

Een kritische vraag hierbij is natuurlijk of psychologen binnen de reguliere psychologie de mens ook echt reduceren tot een lichaam of dat dit in werkelijkheid iets genuanceerder ligt. Kamil maakt later in het gesprek duidelijk dat de reguliere psychologie zowel moslims als niet-moslims niet goed kan helpen. Hij stelt dat uit onderzoeken blijkt dat mensen met psychische problemen niet altijd goed geholpen worden bij instanties in Nederland. Hij geeft hier ook een uitleg voor:

Mijn verklaring daarvoor is natuurlijk dat de mens is geschapen door subhānahu wa-ta'āla, door God. En een mens bestaat uit een lichaam en uit een ziel en die heeft gewoon de juiste behandeling nodig. Als je die mensen gewoon een pilletje meegeeft om een depressie weg te halen, ja op de dag van dat pilletje heeft hij even rust van zijn depressie, maar de volgende dag staat hij gewoon weer op met de depressie- en met allerlei lichamelijke klachten.

Zijn gemis binnen de reguliere psychologie gaat dus vooral over een gebrek aan een concept zoals de ziel, iets wat islamitische psychologie wel zou bieden. Zahra legt op haar manier uit hoe zij een dissonantie ervaarde. Ze verteld dat ze veel tijdens haar opleiding psychologie vaag vond. Ze kon er lang de vinger niet op leggen wat er niet klopte, maar ook zij miste een bepaalde connectie en diepgang. Ze zei dat alles volgens het boekje moest en contact met de patiënt zelfs afgeraden werd, de houding was volgens haar afstandelijk. Na langere tijd kon ze aangeven dat bijna alles binnen de studie niet klopte. De reguliere psychologie is in haar woorden beperkt.

In het gesprek met Hadid omschrijft zij haar kijk op de reguliere psychologie, die zij ook omschrijft als 'westerse' of 'moderne' psychologie:

Nou wat ik vooral ervaar, is dat de westerse psychologie een beperking heeft. Dat het gewoon niet compleet is, dat is wat ik vooral ervaar. Dus dat de islam eigenlijk een hele grote en belangrijke toevoeging brengt aan wat we kennen via de moderne psychologie.

Ook Ahmed omschrijft een gemis in de reguliere psychologie. Hij omschrijft echter een ander soort gemis:

Vanuit een westerse benadering, vanuit de psychologie van mens zijn, wordt God helemaal gewist. Of soms ontkent, ontkracht en psychologie wordt ook gebruikt om het [God] te ontkrachten of het [God] wordt volledig genegeerd.

Hij vult dit aan door te zeggen dat in de reguliere psychologie de mens centraal staat. Als je dan naar een reguliere psycholoog of andere behandelaar gaat staat het menselijke denken en gedrag volgens Ahmed centraal waarvoor dan verklaringen worden gezocht. Op basis hiervan wordt er dan een interventie ingezet, zoals bijvoorbeeld gesprekstherapie of medicatie. Ahmed verteld dat je hierbij wel het stukje bovennatuurlijke mist. Hij bedoelt hier met name de relatie met God mee.

Ook Ismail heeft het over een soortgelijk gemis. Zo schrijft hij in een van zijn artikelen dat het binnen de reguliere psychologie ontbreekt aan diepte en aan God, wat volgens Ismail beide op hetzelfde neerkomt. In een ander artikel schrijft Ismail iets wat aan lijkt te sluiten op wat Ahmed heeft benoemd:

De kern van onze wetenschap is geen woord en geen weten, maar ons hart. En het wezen van ons hart is onze openheid en overgave aan Allah swt¹⁹. Niets meer en niets minder dan dat. Luisteren naar de ander is slechts mogelijk als we ons overgeven aan God. Vanuit de reguliere, moderne, wetenschap wordt dit bestempeld als onzin, maar precies dit is de waarheid en de enige waarheid. Zonder gehoor te geven aan God is er geen Genezing mogelijk. Zowel binnen de behandeling als in onze wetenschap zullen we ruimte moeten laten voor dit gehoor geven. De mens weest in verhouding tot God. Wij kunnen de mens

¹⁹ Afkorting van: *subhānahu wa-ta'āla*.

niet in zijn wezen toelaten – laat staan ‘centraal stellen’ – zonder God op de eerste en laatste plaats te stellen.

Ook hier lijkt het centraal stellen van de mens niet voldoende te zijn voor een succesvolle behandeling. De toevoeging van God in deze verhouding lijkt een cruciaal element. Ditzelfde zien we nu ook terug in de verhalen van mijn respondenten. Ismail is in een ander artikel kritisch tegenover de reguliere psychologie:

Het probleem met de moderne wetenschappen – en met de moderne, reguliere psychologie in het bijzonder – is dat men daadwerkelijk meent via hen [moderne, reguliere psychologie] toegang te hebben tot waarheid en werkelijkheid. Deze toegang heeft het menselijke weten echter niet.

Islamitische psychologie zou iets te bieden hebben wat ontbreekt bij de reguliere psychologie. Ondanks dat de kritiek van verschillende respondenten fel lijkt, is deze ook genuanceerd. Er lijkt namelijk geen complete afwijzing te zijn van de reguliere psychologie wat ook terug te zien is in hun werkwijze.

5.2 De reguliere psychologie in cursussen of behandelingen

Ismail gaf namelijk in het gesprek aan, en Zahra ook op haar website, dat de door Ismail ontwikkelde islamitische psychologie een onderdeel is van de psychoanalyse en specifiek gebaseerd is op de Freudiaans-Lacaniaanse psychoanalyse. Uit het gesprek kwam naar voren dat deze theorieën afkomstig zijn van Sigmund Freud en Jacques Lacan, twee bekende psychoanalytici binnen de reguliere psychologie. Verder maakt Zahra nog duidelijk op haar website dat ze werkt vanuit reguliere methodes, zoals de psychoanalyse, EMDR en mindfulness. Het betrekken van elementen uit de reguliere psychologie bij de islamitische psychologie kan ook gezien worden als een legitimatiestrategie. Hiermee maken de respondenten namelijk duidelijk dat het gaat om ‘echte’ psychologie. Als kritische noot moet hierbij aangemerkt worden dat sommige van mijn respondenten ook aangeven minder behoefte hebben om de reguliere psychologie uitgebreid te betrekken bij de islamitische psychologie.

Ook Al Hafiza schuift de reguliere psychologie niet aan de kant. Toen ik haar vroeg of ze de islamitische psychologie hanteerde gaf zij het volgende aan:

Deels, niet volledig. Omdat ik ook de cognitieve gedragstherapie doe en dan andere therapievormen die gebaseerd zijn op wetenschap. Dus voor mij is dat niet een volledige honderd procent islamitische psychologie tak wat ik uitoefen.

Zij vult dit later nog aan door te zeggen dat ze altijd *evidence based* werkt en dus de twee eigenlijk altijd mixt. Ook Hadid noemt op haar website verschillende behandelmethodes die zij toepast uit de reguliere psychologie. Zo staan er: cognitieve gedragstherapie, schematherapie, EMDR en mindfulness. Ze schrijft er wel de volgende quote onder: 'Dit integreer ik met een levensvisie vanuit een **Islamitisch perspectief.**' Ook hier lijkt er dus een samenkomst te zijn tussen de reguliere- en islamitische psychologie.

Kamil geeft ook aan dat er geen complete splitsing is tussen de reguliere psychologie en de islamitische psychologie. Toen ik vroeg naar mogelijke overeenkomsten of samenkomsten zij hij het volgende:

Er zijn wel overeenkomsten maar dan echt vooral op het gebied van de gedragspsychologie, de gedragswetenschappen of cognitieve psychologie, dat denken aanzet tot gedrag dus denkpatronen en daarvan andere onderdelen [...] maar vooral dus gedrag en het handelen van de mens en waar het gedrag vandaan komt, daarin zien we bepaalde overeenkomsten.

Kamil twijfelde over of het nuttig is om de reguliere psychologie te bestuderen wanneer men islamitische psychologie wil begrijpen:

Nou eigenlijk voor moslims, de reguliere psychologie, het is goed om daar een beetje van te bestuderen maar ik zie er niet echt het nut van in dat men zich daarin gaat verdiepen.

Toen ik hier verder naar doorvroeg en vroeg of iemand zich islamitisch psycholoog mag noemen zonder een achtergrond in de reguliere psychologie, kwam Kamil wat meer terug op zijn eerdere antwoord:

Ja wel als men echt bepaalde studies volgt of een bepaalde richting op wil gaan in de hulpverlening, richting de moeilijke doelgroepen dus echt de zware depressie of echt de schizofrenie, dan is het wel goed om bepaalde studies bij te volgen gericht op de westerse psychologie. Omdat het dan ook meer gaat om defecten in de hersenen dus dat is weer iets anders.

Hij vulde hierbij wel aan dat de islamitische psychologie hier ook veel over te zeggen heeft. Vanuit de islamitische psychologie zou schizofrenie namelijk bezetenheid zijn en zou de behandeling vanuit *ruqīyah* komen. Toch eindigt hij met het volgende citaat:

Maar toch, het is altijd goed om natuurlijk meer daarover te leren dus ook vanuit de westerse psychologie want, ja ook heel veel zaken hebben toch wel weer raakvlakken met de hersenen. De hersenen spelen namelijk ook een hele grote rol binnen de islamitische psychologie omdat, de hersenen ook binnen de islamitische psychologie worden gezien als informatie voor verwerkingssysteem.

Zoals al eerder duidelijk werd in hoofdstuk vier, worden er vertaalslagen gemaakt vanuit de reguliere psychologie naar de islam, en andersom. Dit geeft aan dat er niet alleen een kritische blik is, maar ook een zoektocht naar hereniging tussen de twee. We hebben ook al gezien dat Ahmed de moderne wetenschappen ziet als bouwsteen van islamitische psychologie. Hij legt uit dat hij met moderne bijdragen de moderne psychologie en aanverwanten wetenschappen bedoelt. Zo ook bijvoorbeeld de psychiatrie en de sociologie. Hij maakt duidelijk hoe belangrijk hij dit vindt:

Maar daarnaast is er ook nog de rede, dus alles wat rationeel is, in lijn met islamitische leer en tenslotte de wetenschap. Islamitische psychologen moeten wetenschappelijke bevindingen serieus nemen, dus alles wat misschien bewezen wordt door kwalitatief en kwantitatief onderzoek. Maar ook studies, van dit soort deskundigen moeten wel bekritiseerd kunnen worden.

5.3 Conclusie

Dit laatste citaat vat de rode draad samen die door de houding van de respondenten te zien en te horen is. De reguliere psychologie, en misschien wel de wetenschap in het geheel, lijkt niet afgewezen te worden in het licht van islamitische psychologie. Sterker nog, er lijkt een waardering te zijn voor wat de reguliere psychologie met zich meebrengt. Zo wordt door de respondenten gezocht naar aanvullingen op de reguliere psychologie, maar deze wordt nooit geheel aan de kant gezet. Daartegenover staat wel een hele kritische houding en een gedeeld besef dat de reguliere psychologie niet compleet zou zijn. Het zou iets missen, een kern die eigenlijk onmisbaar, of minimaal belangrijk is, om het vakgebied van (islamitische) psychologie goed te kunnen begrijpen en uitoefenen. Er is geen consensus onder de respondenten over de waarde van de reguliere psychologie. Enkelen geven aan dat de reguliere psychologie in bepaalde gevallen ook succesvol kan zijn zonder enige aanvullingen. Er is dus een verschil van mening over of de islamitische psychologie altijd nodig is. De respondenten zijn het er echter wel over eens dat het ontzettend waardevol is. De balans tussen de reguliere psychologie en de islamitische psychologie lijkt ook nog een zoektocht onder mijn respondenten.

Hoofdstuk 6

De aantrekkingskracht van de islamitische psychologie

We hebben inmiddels gezien wat islamitische psychologie is volgens de respondenten, wat het te bieden heeft en hoe het in verhouding staat tot de reguliere psychologie. De vraag naar IP lijkt te groeien, hoe verklaren de respondenten dit? Wat zijn de hoofdredenen dat mensen specifiek opzoek gaan naar een islamitisch psycholoog of kennis over IP? En welke groep voelt zich het meest aangesproken door IP? Het verschil in gegeven antwoorden bij de respondenten hangt voor een deel af van hun relatie tot de doelgroep. Vier respondenten zijn psychologen. Zij praten over een doelgroep van mensen die behandeling zoeken binnen de islamitische psychologie. De andere twee respondenten zijn cursusleiders die een cursus geven in islamitische psychologie en zij hebben het over hun cursisten. Deze verschillende invalshoeken geven een breder beeld van de groep waarbij de term islamitische psychologie leeft.

Op de cursussen bleken verschillende mensen af te komen. Er leken echter wel overeenkomsten te zijn. Zowel Kamil als Ahmed zagen dit terug. Kamil vertelt over de ervaring met zijn cursus:

*Nou kijk, in 2013 zijn wij begonnen met de cursussen, met lessen op locatie, en dat groeide toen *māshā'Allāh*²⁰ enorm. Ik was zelf heel verbaasd en ik vond het verwonderlijk dat heel veel psychologen en afgestuurde psychologen die studies en die cursussen wilde volgen.*

Hij voegt hier aan toe dat er pedagogen en maatschappelijk werkers aanwezig waren en dat er psychologen bij waren die al tien jaar in het vak zaten. Hij benoemt specifiek dat er vrouwen met een Marokkaanse en Turkse achtergrond waren die zelf binnen de reguliere psychologie werken. Kamil geeft ook aan dat er een taboe ligt op het zoeken van hulp bij mentale problemen en dat hier nu verandering in lijkt te komen:

²⁰ *Māshā'Allāh* kan vertaald worden naar: wat God heeft gewild. De term wordt vaak gebruikt bij het uiten van vreugde of lof of bij het zien van schoonheid of rijkdom.

Bij de tweede en derde generatie [migranten] is dat [het taboe] wat minder geworden. Dus mensen proberen steeds meer openlijk over hun problemen te praten en zo ook naar een begeleider te gaan. Bijvoorbeeld in huwelijks therapie, dan zien we dat er wel een verandering is. Althans steeds meer mensen praten over de problematiek en het taboe verschuift steeds meer binnen de tweede en derde generatie.

Het verminderen van dit taboe zou volgens Kamil bijdragen aan de opkomst van de islamitische psychologie. Hij legt ook nog uit waarom hij denkt dat de cursisten afkomen op zijn cursus islamitische psychologie:

Natuurlijk de leergierigheid en de nieuwsgierigheid naar wat deze islamitische psychologie nou allemaal is. Want ja, ze zijn zelf toch moslim dus dan komt meteen de vraag op van 'hé, maar ik heb psychologie gestudeerd, maar dat is heel anders dan wat hier wordt onderwezen'. Tenminste, in mijn video's, in mijn promotievideo's. Maar ook het willen helpen van moslims, van moslimcliënten, op een manier die meer aansluit op hun religieuze culturele achtergrond.

Deze antwoorden van Kamil lijken overeen te komen met die van Ahmed. Zo zei Ahmed het volgende over de behoeftes van zijn cursisten:

Heel veel mensen wisten niet precies wat islamitische psychologie was, het was nog onbekend terrein. Dus vooral interesse in het hebben van wat kennis over de psychologie. Of ze hebben psychologie gestudeerd en willen meer weten over islamitische psychologie.

Ook de beschrijving van de doelgroep kwam overeen:

Wat ik merk is dat er heel veel vrouwen zijn. Ik heb het zo geadverteerd dat ik ook hele praktische zaken erin zou behandelen en is daar zie je veel mensen uit het beroepenveld dus bijvoorbeeld uit het onderwijs, artsen, psychologen en ook psychiaters zelfs. Dat was ook interessant, dan moet ik altijd heel voorzichtig zijn met wat ik zeg als er veel expertise in de klas zit. Er waren heel veel mensen met verschillende achtergronden en op basis

daarvan kan ik opmaken dat de behoefte ook voortkomt, niet alleen uit persoonlijke maar ook uit hun professionele activiteiten, met werk.

Ahmed vult dit nog aan met waarom hij denkt dat islamitische psychologie in opkomst is:

Er zijn ook heel veel moslims hier in Nederland. Daardoor is ook de behoefte ontstaan vanuit allerlei instellingen, moskeeën maar ook heel veel particulieren, universiteiten, die vinden dat [islamitische psychologie] interessant, die vinden dat boeiend, die denken nou daar zit wel een gat in de markt. Maar er is ook gewoon behoefte in de maatschappij dat voortkomt uit trauma's, migratietrauma's maar ook andere ervaringen en spanningen en al die factoren bij elkaar die leiden ertoe dat mensen het initiatief nemen om in Nederland iets met islamitische psychologie te doen, islamitische psychologie cursussen en trainingen te ontwikkelen.

Een interessante toevoeging hierbij is de ervaring van Al Hafiza. Zij geeft aan zelf ooit een cursus islamitische psychologie te hebben gevolgd. Ze was kritisch over de inhoud en zoals duidelijk werd in hoofdstuk drie miste ze een praktische insteek. Ik heb haar ook gevraagd waarom zij deelnam aan de cursus:

Ik denk gewoon verbreding van de kennis een beetje, ook dit gebied opzoeken van 'hé, wat mis ik zelf nog aan kennis op dat gebied'. Hoe kan ik de dingen verenigen? Want nu doe ik het een beetje zelf en was ik ook benieuwd hoe andere behandelaars daarnaar keken of wat de grondleggers daarvan zeggen.

Kort samengevat kunnen we stellen dat vele professionals met een islamitische achtergrond afkomen op de cursussen: op persoonlijk vlak vanuit nieuwsgierigheid en op professioneel vlak omdat ze werkzaam zijn in een vakgebied waar de islamitische psychologie op een manier aansluit. Dit zie ik ook terug in mijn leesgroep islamitische psychologie, waarbij professionals vanuit verschillende vakgebieden samenkomen om islamitische psychologie te ontdekken en uit te zoeken hoe het iets kan bijdragen, zowel op persoonlijk- als op professioneel vlak.

Bij de respondenten die zelf behandelingen aanbieden zijn veel overeenkomsten te zien in hun antwoorden. Al Hafiza benoemt dat ze denkt dat het vooral de jongeren zijn die

naar haar toe komen voor het islamitische stuk. Ze geeft echter aan dat ze dat nog nooit specifiek heeft gevraagd. Ze heeft wel een duidelijker beeld bij de behoeftes van de doelgroep die opzoek zijn naar een islamitisch psycholoog:

Wat ik merk is dat mensen het vooral fijn vinden dat ze met iemand kunnen spreken die het geloof erin meeneemt. Dus zeker op een gegeven moment gaat het daar wel over, hoe je je leven vormgeeft, welke rol het geloof speelt in je leven, zonder dat daar heel veel druk op komt te zitten. Een stukje acceptatie van wie zij zijn. Ik denk dat dat vooral heel erg wenselijk is, bij de mensen die ik heb gezien, dat zij mogen zijn wie ze zijn en of dat nou betekent dat zij heel erg praktiserend zijn of niet.

Al Hafiza lijkt hier te spreken van een stukje religieuze diepgang en erkenning van de islamitische identiteit van de cliënt binnen de behandeling. Hierbij sluit ook het thema van taboe aan waar volgens Al Hafiza ook een verschuiving plaatsvindt. Toen ik vroeg of haar dit bekend in de oren klonk stemde ze in:

Ja zeker, het komt zeker veel voor. Ik denk dat er wel langzaamaan een beetje een verschuiving komt bij de wat jongere generatie.

De behoeftes die Al Hafiza beschreef sluiten aan op het holistische concept dat Hadid hanteert. Volgens Hadid is de persoon in zijn geheel meenemen in de behandeling, en dus ook de islamitische identiteit, een kernonderdeel van islamitische psychologie. Hadid zegt nog het volgende over waarom cliënten opzoek zijn naar een islamitisch psycholoog:

Ik hoor aan de lopende band cliënten die al wel in de hulpverlening zijn geweest maar daar toch niet volledig hun ei hebben kwijt gekund omdat ze de schaamte voelden, of omdat ze onbegrip voelden of omdat ze gewoon gefrustreerd raakten omdat ze steeds bij elk dingetje wat ze inbrengen ook een uitleg moeten geven. Van ja zo en zo werkt het bij ons, of hiermee bedoel ik dit en dit. Dus eigenlijk ook gewoon zoeken naar een islamitische behandelaar die dat al vanzelf begrijpt, en waar je dus veel sneller de diepte in kan. Dus ik

denk dat de vraag groeit en dat het aanbod ook groeit. Dus dat dat een soort van ontwikkeling is die gaande is. Allahu 'alim²¹.

Hadid spreekt hier over een gevoel van herkenning van cliënt naar behandelaar. Doordat de cliënt zich identificeert met de behandelaar en er meer begrip is voor de culturele en religieuze achtergrond van de cliënt, zou er een betere aansluiting plaatsvinden binnen de behandeling. Hierdoor zou er ook sneller diepgang gecreëerd kunnen worden. Hadid heeft ook nog een idee bij waarom islamitische psychologie in opkomst zou zijn:

Ik denk dat het te maken heeft met gewoon überhaupt het aantal psychologen in Nederland met een islamitische achtergrond. [...] De groep ervaren therapeuten wordt ook steeds groter. Dus we voelen ook steeds meer de ruimte om ons eigen ding daarin te doen en onze eigen draai daaraan te geven dus psychologen die een eigen praktijk openen, psychologen die zelf nadenken over hoe kan ik dit concept verbeteren of wat wil ik daaraan toevoegen. Dus ik denk eigenlijk dat het een ontwikkelingsding is, in die zin van dat gewoon de aanwezigheid van moslim psychologen in Nederland groeit en daarmee dus ook de mogelijkheden groeien. Ik denk ook dat het hele taboe van naar een psycholoog stappen echt steeds kleiner wordt. Dat steeds meer mensen zeker onder de jongeren zie je dat heel goed, die hulp zoeken en de stap niet moeilijk vinden om te nemen. En de vraag naar islamitische psychologie is dan ook gewoon groter.

Voor Hadid heeft de groei van islamitische psychologie dus twee redenen. Meer psychologen die moslim zijn zou leiden tot meer ontwikkeling in dit vakgebied, ook vanuit een islamitisch perspectief. Het doorbreken van taboes blijkt een belangrijk onderdeel te zijn van deze groei. Hadid heeft ook nog een beeld bij het profiel van de doelgroep:

Ik denk dat dat tussen de twintig en de veertig jaar zit qua leeftijd, dat dat de grootste groep is. Maar er zitten zeker ook mensen boven die leeftijd hoor. Ik heb bijvoorbeeld ook een dame in de zestig gehad. Sowieso behandel ik alleen cliënten achttien plus, maar zo tussen de twintig en de veertig is wel zo de grootste groep cliënten die komt.

²¹ Allahu 'alim kan vertaald worden naar: God weet het het beste.

Ismail en Zahra geven ook aan dat de groep die hen opzoekt divers is. Ismail spreekt vooral over een diepgang waar cliënten naar opzoek zijn:

Ja soms komen de cliënten voor de nestgeur, maar mensen blijven echt hangen voor dat concept van de Ene [Allah].

Ismail is kritisch over deze ‘nestgeur’, omdat dit enkel zou gaan over het opzoeken van het stukje herkenning en het meenemen van de islamitische identiteit in de behandeling. Enkel dit aspect is geen islamitische psychologie voor Ismail. De diepgang die de islam en de relatie met Allah zouden bieden staan voor hem echter centraal binnen de islamitische psychologie.

6.1 Conclusie

Gesteld kan worden dat cursisten volgens de respondenten opzoek gaan naar kennis over islamitische psychologie uit persoonlijke interesse maar ook vaak vanuit de link die IP kan hebben met hun vakgebied. Het gaat hierbij vaak om een kennismaking met IP uit nieuwsgierigheid met ook het idee hun werk meer in te kunnen richten naar de islam of naar de moslim cliënten. Wat opvalt is dat er vooral wordt gesproken over een doelgroep van (jong) professionals, voornamelijk vrouw en met een migratieachtergrond. De stukken van Beekers (2014) en Buitelaar (2020) tonen aan dat vooral jongeren en ook vrouwen zich bezighouden met onderwerpen die gelinkt zijn aan IP zoals reflexiviteit, het vinden van balans, authenticiteit en zelfrealisatie. Ze tonen ook aan dat het drukke leven en de vele verwachtingen binnen onze Nederlandse samenleving bij zouden dragen aan de behoefte tot bezinning en rust. Dit zou de interesse in een fenomeen als IP deels kunnen verklaren.

Volgens mijn respondenten zouden cliënten opzoek gaan naar een islamitisch psycholoog om (1) diepgang op te zoeken. Binnen IP zou er meer diepgang gecreëerd worden door aandacht te besteden aan de onderwerpen zoals de ziel en de relatie met God. Daarnaast zouden cliënten opzoek zijn naar (2) erkenning van de islamitische identiteit en hun overtuiging omdat deze dan meegenomen kunnen worden in de behandeling. Als laatste zouden cliënten opzoek zijn naar een gevoel van (3) herkenning van henzelf naar de behandelaar. Cliënten zouden een behandelaar zoeken waar ze zich mee identificeren. Verder geven mijn respondenten aan dat er een verschuiving plaatsvindt in het taboe rondom

psychische problematiek. Vooral de jongere, specifiek de tweede en derde generatie migranten, zouden makkelijker hulp zoeken en bijvoorbeeld naar een psycholoog stappen.

Hoofdstuk 7

Discussie

In dit hoofdstuk vat ik mijn belangrijkste bevindingen samen en beantwoord ik eerst de deelvragen en daarna de hoofdvraag van dit onderzoek. Ik sluit af met een reflectie op mijn werk en aanbevelingen voor mogelijk vervolgonderzoek. Voor mijn onderzoek heb ik mij gericht op de ontwikkeling en invulling van het opkomende fenomeen islamitische psychologie in Nederland. Het doel is om onder andere de vertaalslag te maken naar wat deze snelgroeende beweging zegt over de geloofsbeleving van moslims in Nederland. De hoofdvraag van dit onderzoek is: *Wat verklaart de recente opkomst van de 'islamitische psychologie' onder moslims in Nederland, en wat zegt dit over ontwikkelingen in de geloofsbeleving van moslims in de hedendaagse post-seculiere Nederlandse samenleving?*

De definitie van islamitische psychologie is nog niet scherp omlijnd. Het begrip IP is in ontwikkeling en zowel binnen de literatuur vanuit de geestelijke gezondheidszorg als in het Nederlandse veld proberen professionals een invulling te geven aan de term. De term islamitische psychologie is onderdeel van een bredere beweging waarbij professionals met een islamitische achtergrond proberen om islam en psychologie met elkaar te verbinden. Ondanks dat deze beweging niet spreekt voor de gehele moslimgemeenschap, kan niet ontkend worden dat het een grote en snelgroeende ontwikkeling is, die niet alleen in de literatuur, maar ook op sociale media, onder therapeuten, cursusleiders en allerlei verschillende islamitische organisaties leeft in Nederland. Bij een nieuw veld als IP is het onontkoombaar dat er een competitie tussen pioniers ontstaat. Er zijn vele meningsverschillen over de invulling en definitie van IP of hoe het vorm zou moeten krijgen binnen een behandeling. Er is wel een gedeeld besef dat de islam een waardevolle bijdrage zou leveren binnen de psychologie. Op welke manier de islam echter een bijdrage zou moeten leveren staat nog ter discussie.

De islamitische psychologie is niet enkel een nieuw opkomend wetenschappelijk veld maar ook een religieus fenomeen. Om islamitische psychologie te legitimeren als 'echt' islamitisch wordt er een nadruk gelegd op de verbondenheid tussen islam en psychologie. Het mentaal welzijn zou een onderwerp zijn dat altijd al een plek heeft gehad binnen de islamitische bronnen en in de islamitische traditie. De islam zou een therapeutische werking

hebben door zowel zingeving te bieden als concrete handvatten aan te reiken waarmee een cliënt wordt ondersteunt en werkt aan zijn of haar mentale gezondheid. Het zou een kerntaak binnen de islam zijn om je mentale toestand te helen of in goede gezondheid te houden. Dit zou onderdeel zijn van de leidraad die de islam biedt en het zorgen voor je mentale welzijn is dus ook een religieuze taak. Een rode draad die dan ook loopt door de islamitische psychologie is de persoonlijke benadering die centraal staat. IP sluit hierdoor aan bij de bredere *self-care* beweging in het Westen en de zoektocht naar het authentieke zelf. Verder zijn er verschillende elementen uit de secularisatie theorie van Berger (1967) terug te zien binnen IP. De islamitische psychologie lijkt een duidelijk voorbeeld van hoe religie privatiseert en individualiseert. Daarbij wordt het binnen IP duidelijk dat er een nadruk wordt gelegd op de therapeutische werking van de islam zoals Berger voorspelde. Echter, toont de nadruk op God en de mens-God relatie aan dat de bovennatuurlijke elementen niet per se afnemen zoals Berger voorspelde.

Een belangrijk onderdeel van de legitimatiestrategie om IP neer te zetten als 'echt' islamitisch is het onderscheidt dat wordt gemaakt tussen religie en cultuur. Culturele invloeden zouden ervoor hebben gezorgd dat het zorgen voor de gemeenschap of familie wordt benadrukt en dat een centraal onderwerp binnen de psychologie; namelijk het zorgen voor jezelf ondergesneeuwd is geraakt. De islam zou echter een balans bieden tussen het zorgen voor het zelf en het zorgen voor het collectief. Door de culturele lagen te verwijderen van de islam zou deze balans herontdekt worden. Hierdoor heeft ook islamitische psychologie een plek binnen de islam. Doordat binnen de islamitische psychologie een (her)ontdekking van de 'zuivere' islam plaatsvindt, sluit IP aan bij de islamitische reveilbewegingen waarbij deze (her)ontdekking een belangrijke rol speelt. Islamitische psychologie toont daarbij ook de behoefte van moslims om ruimte te geven aan de islamitische identiteit en overtuiging in een seculariserende omgeving. Binnen deze religieuze ruimte wordt de bredere maatschappelijke behoefte om te zorgen voor het zelf vervuld. Het belang van het zorgen voor het zelf, het werken aan het zelf en mogen zijn wie je bent zijn allemaal concepten die binnen IP voorkomen en samengaan met de nadruk op *self-care*, expressief individualisme, de zoektocht naar het authentieke zelf en zelfs het secularisme. Zoals Beekers (2014) en Buitelaar (2020) schetsen staan deze concepten ook niet haaks op zaken zoals vroomheid en religieuze reveilbewegingen zoals vaak wordt gedacht. Sterker nog, ze zijn terug te zien binnen religieuze reveilbewegingen. Door binnen de religie aansluiting te vinden op deze onderwerpen vinden

moslims een manier om om te gaan met bepaalde maatschappelijke uitdagingen zoals de drukte van het dagelijkse leven en vervullen ze de behoefte van deze tijd om actief te zoeken naar- en te werken aan het authentieke zelf vanuit een religieus kader.

De opkomst van islamitische psychologie gaat gepaard met kritiek op de reguliere psychologie. Bij de reguliere psychologie beleeft men een gemis of beperking. Concepten zoals God, de mens-God relatie en de ziel zouden niet aanwezig zijn. De islam wordt als een cruciaal onderdeel of minimaal als een belangrijke aanvulling gezien op de reguliere psychologie. Men beleeft de islam als een bron van waardevolle kennis over de psyche van de mens, waarbij het ook handvatten biedt om te zorgen voor het mentale welzijn. Deze kritische blik op de 'westerse' of 'moderne' psychologie is duidelijk, maar ook genuanceerd. Zo is er geen totale afwijzing van de reguliere psychologie en is er zelfs een bepaalde waardering. Er lijkt een zoektocht te zijn naar een vereniging tussen de twee of mogelijke aanvullingen op elkaar. Ondanks dat de islam een bijdrage zou leveren beleeft men de religie niet per se als de enige mogelijke bron voor de psychologie.

De islamitische psychologie biedt interessante invalshoeken op verschillende theorieën. Zo laat IP zien dat islamitische reveilbewegingen bekeken zouden moeten worden door een nieuwe en bredere lens. Een fenomeen zoals islamitische psychologie vertoont kenmerken van islamitische reveilbewegingen. Door de lens van de reveilbewegingen te verbreden worden bewegingen zoals IP ook herkent. Hierdoor kan er licht geworpen worden op andere vormen van zoektochten naar een 'zuivere' islam. Bredere bewegingen zoals de zoektocht naar het authentieke zelf verdienen daarbij een analyse vanuit een religieus perspectief. IP maakt duidelijk dat sommige moslims teruggrijpen naar hun religie om een weg te vinden in deze zoektocht. Hierbij gaat men opzoek naar een balans tussen het zelf en andere religieuze concepten die meer focussen op de familie, het collectief of God. In het licht van de secularisatiethese, zijn er wel concepten terug te zien binnen IP, maar toont IP ook aan dat niet alle voorspellingen uit zijn gekomen en religie inderdaad niet afneemt maar transformeert. Zo zou er volgens Berger (1967) minder nadruk komen te liggen op het bovennatuurlijke. De islamitische psychologie laat echter zien dat er niet minder nadruk wordt gelegd op het bovennatuurlijke maar dat er meer een balans wordt gezocht tussen bovennatuurlijke elementen enerzijds en diverse religieuze concepten anderzijds. Ondanks dat er dus bepaalde elementen van secularisatie zichtbaar zijn, kunnen deze samengaan met andere ideeën die in de eerste instantie niet beïnvloed lijken te zijn door de secularisatie. Dit

roept vragen op over welke aspecten van een religie zouden seculariseren en vooral hoe die zouden seculariseren of juist niet. De islamitische psychologie als nieuw religieus fenomeen past daarbij binnen het idee van een post-seculiere samenleving. IP toont hoe de islam zich aanpast en vorm krijgt binnen een seculariserende omgeving. Een interessant reflectiepunt is hoe religie zich exact aanpast. Rakow (2013) toonde aan dat psychologie religie niet vervangt maar er juist een samenwerking of versterking kan ontstaan tussen de twee. Hoe ontstaat deze samenwerking of versterking echter in een post-seculiere samenleving? Wordt religie vooral beïnvloed door de psychologie waardoor de therapeutische werking van religie benadrukt wordt? Of wordt de psychologie vooral beïnvloed door religie waardoor psychologische concepten een religieuze connotatie of toevoeging krijgen?

De hoofdvraag van dit onderzoek bestaat uit twee onderdelen, zowel de opkomst van IP als de geloofsbeleving van moslims. De opkomst van de islamitische psychologie kan worden gelinkt aan de groeiende beweging rondom het onderwerp *self-care*. De persoonlijke verlossing binnen IP lijkt te wijzen op een zoektocht binnen de islamitische traditie naar *self-care*. Door de drukte van het leven is er behoefte aan rust, zorgen voor jezelf, op zoek gaan naar het 'authentieke' zelf, je eigen ding doen en jezelf mogen zijn. Deze behoeftes lijken ook te leven onder Westerse moslims, waarbij moslims teruggrijpen naar hun eigen religie als de aangewezen bron om hen te voorzien in die behoeftes. In de geloofsbeleving wijst dit erop dat de islam wordt beleefd als een hele persoonlijke boodschap voor ieder individu. Hierbinnen staat een hele intieme relatie van mens tot God centraal. Het geeft daarbij ook een genuanceerde verschuiving aan van een focus op het feit dat de islam vooral de sociale systemen in een maatschappij of in een familie moet behouden, naar het feit dat de islam vooral een persoonlijke bevrijding of verlossing zou bieden. De islam wordt beleefd als een leidraad om verbonden te raken met God en om dit leven te bewandelen op de 'juiste' manier. Deze 'juiste' manier is gekoppeld aan het zorgen voor je mentale welzijn. Sommige moslims beleven dit zorgen voor het mentale welzijn als een kernonderdeel van de islam en dus een taak voor hen als moslim. Het feit dat moslims teruggrijpen naar hun religie om hen te voorzien in hun *self-care* behoeftes toont aan dat de islam betrokken wordt bij hedendaagse vraagstukken die opkomen in onze seculariserende samenleving. Wat betreft de geloofsbeleving toont dit aan dat er een overtuiging aanwezig is dat de islam antwoorden kan bieden op vragen die zich presenteren in het hier en nu en dus ook op eventuele vragen waarvoorheen binnen de traditie geen nadruk op lag. De islamitische psychologie is ook een vorm

van het creëren van een eigen religieuze ruimte zodat er plaats is voor de religieuze overtuigingen en de religieuze identiteit. De behoefte voor deze eigen ruimte, waarin ook maatschappelijke vraagstukken een plek krijgen vanuit een religieus perspectief, lijkt een van de redenen voor de opkomst van de islamitische psychologie.

Een eerste kritiekpunt gaat ook over de omvang van het onderzoek wat betreft de respondenten. Ik heb ervoor gekozen om in dit onderzoek moslim professionals te interviewen en hun teksten te analyseren. Ondanks dat dit een beeld geeft over wat er speelt binnen onder moslims, is het cliënten- of cursisten perspectief een waardevolle aanvulling op de hoofdvraag. Een gesprek met hen zou een nog completer beeld schetsen van het landschap van IP in Nederland. Zij zouden nog meer inzicht kunnen bieden in waarom zij hebben gekozen voor een islamitisch psycholoog in plaats van een reguliere psycholoog of waarom ze een cursus islamitische psychologie volgen. Daarnaast zouden de cliënten een ander perspectief kunnen bieden in wat ze missen binnen behandelingen van de reguliere psychologie en hoe specifiek islamitische psychologie hen heeft geholpen. Dit is daarom ook een concreet advies om mee te nemen in vervolgonderzoek en als aanvulling op dit onderzoek.

Verder was een andere uitdaging voor dit onderzoek de COVID-19 pandemie. Dit heeft ervoor gezorgd dat ik niet persoonlijk naar moskeeën of islamitische organisaties kon gaan om daar het gesprek aan te gaan over het onderwerp of respondenten kon vinden. Mijn respondenten zijn dan ook grotendeels telefonisch of online gecontacteerd en geïnterviewd. Hierdoor kon ik niet letten op de non-verbale communicatie van mijn respondenten, proefde ik geen sfeer van een bepaalde omgeving zoals een praktijk en was het moeilijker om een connectie met de respondenten te maken. Ondanks dat ik succesvol de interviews heb kunnen afnemen, was een fysieke ontmoeting vanwege bovengenoemde redenen wenselijker geweest. Voor vervolgonderzoek is het dan ook een aanbeveling om lezingen, retraite-weekenden of cursussen bij te wonen over islamitische psychologie. Dit kan een nog beter beeld bieden van hoe IP in de praktijk vorm krijgt. Als aanvulling daarop raad ik aan om de focus van IP breder te trekken. Zoals duidelijk is geworden in dit onderzoek is het begrip islamitische psychologie een onderdeel van een bredere beweging waarbij moslims de islam en de psychologie proberen te verenigen. Wanneer er meer ruimte en tijd is voor onderzoek is het dan ook sterk aangeraden om deze gehele beweging te analyseren. Deze bredere blik kan meer inzichten bieden in hoe religie in een tijd van secularisatie en reveil en therapie in een tijd van groeiende populariteit zich tot elkaar verhouden.

Bibliografie

- Abu-Rabi, Ibrahim. 1996. *Intellectual Origins of Islamic Resurgence in the Modern Arab World*. New York: State University of New York Press.
- Beekers, Daan. 2014. "Pedagogies of piety: Comparing young observant Muslims and Christians in the Netherlands." *Culture and Religion* 15, no. 1 (March): 72–99. <https://doi.org/10.1080/14755610.2014.884009>.
- Beekers, Daan. 2018. "Secular Routines, Prayer, and Deceleration among Young Dutch Muslims and Christians." *Straying from the Straight Path: How Senses of Failure Invigorate Lived Religion*, edited by David Kloos en Daan Beekers, 1–19.
- Berger, Peter. 1967. *The Sacred Canopy: Elements of a Sociological Theory of Religion*. New York: Anchor Books.
- Berger, Peter. 1999. *The Desecularization of the World: Resurgent Religion and World Politics*. Washington: Ethics and Public Policy Center.
- Bonab, Bagher Ghobari and Ali Akbar Kooshar. 2011. "Reliance on God as a core construct of Islamic psychology." *Procedia - Social and Behavioural Sciences* 30: 216–220.
- Buitelaar, Marjo. 2020. "Rearticulating the Conventions of Hajj Storytelling: Second Generation Moroccan-Dutch Female Pilgrims' Multi-Voiced Narratives about the Pilgrimage to Mecca." *Religions* 11, no. 373 (July): 1–18.
- Fahm instituut. n.d. "Mindful Moslim Retraite Weekend." Accessed May 2021. <https://fahminstituut.nl/cursussen/winkel/weekenden/mindful-moslim-retraite-weekend/>.
- Furseth, Inger and Pal Repstad. 2016. *An introduction to the sociology of religion: classical and contemporary perspectives*. London and New York: Routledge Taylor & Francis Group.
- Habermas, Jürgen. 2008. "Secularism's Crisis of Faith." *New Perspectives Quarterly* 25, no. 4: 17–29.
- Haque, Amber, Fahad Khan, Hooman Keshavarzi and AbdAllah E. Rothman. 2016. "Integrating Islamic Traditions in Modern Psychology: Research Trends in Last Ten Years." *Journal of Muslims Mental Health* 10, no. 1 (Summer): 75–100. <http://dx.doi.org/10.3998/jmmh.10381607.0010.107>.
- Harrington, Austin. 2007. "Habermas and the 'Post-Secular Society'." *European Journal of Social Theory* 10, no. 4 (November): 543–560.

- Hefner, Robert W. 2011. "Introduction: Muslims and modernity: culture and society in an age of contest and plurality." *Intellectual Origins of Islamic Resurgence in the Modern Arab World*, edited by Robert Hefner: 1–36.
- Illouz, Eva. 2008. *Saving the Modern Soul: Therapy, Emotions, and the Culture of Self-Help*. California: University of California Press.
- Jouili, Jeanette S. 2015. *Women in the Islamic Revival in Europe Pious Practice and Secular Constraints*. Stanford: Stanford University Press.
- Kaplick, Paul M and Rasjid Skinner. 2017. "The Evolving *Islam and Psychology* Movement." *European Psychologist* 22 (3): 198–204.
- Kloosterhuissen. n.d. "Weekendretraite Naar de stilte van je hart." Accessed may 2021. <https://www.kloosterhuissen.nl/programmas/retraites/programma.php?programID=1602>.
- Lapidus, Ira. 1997. "Islamic Revival and Modernity: The Contemporary Movements and Historical Paradigms." *Journal of the Economic and Social History of the Orient* 40, no. 4 (April): 443–460. <https://www.jstor.org/stable/363240>.
- Mohamed, Yasin. 1995. "Fitrah" and Its Bearing on Islamic Psychology." *American Journal of Islamic Social Sciences* 12, no 1. (Spring): 1.
- Rakow, Katja. 2013. "Therapeutic Culture and Religion in America." *Religion Compass* 7 (November): 485–497.
- Roeland, Johan, Stef Aupers, Dick Houtman, Martijn de Koning and Ineke Nooman. 2010. "Zoeken naar zuiverheid: Religieuze purificatie onder jonge new-agers, evangelicalen en moslims." *Sociologie* 6 (2): 11–29.
- Rothman, AbdAllah and Adrian Coyle. 2018. "Toward a Framework for Islamic Psychology and Psychotherapy: An Islamic Model of the Soul." *Journal of Religion and Health* 57 (June): 1731–1744.
- Skinner, Rasjid. 2019. "Traditions, Paradigms and Basic Concepts in Islamic Psychology." *Journal of religion and health* 58 (March): 1087–1094.
- Taylor, Charles. 2002. *Varieties of Religion Today: William James Revisited*. Cambridge en Londen: Harvard University Press.
- Taylor, Charles. 2007. *A Secular Age*. Cambridge, Massachusetts en Londen: The Belknap Press of Harvard University Press.
- Van Dale, s.v., "psychologie," geraadpleegd op May 2021.

<https://www.vandale.nl/gratiswoordenboek/nederlands/betekenis/PSYCHOLOGIE#.6NYLUzY2w>.

Voll, John O. 2011. "Reform and modernism in the middle twentieth century." *Intellectual Origins of Islamic Resurgence in the Modern Arab World*, edited by Robert Hefner: 148–172.

Bijlagen

Vragenlijsten

Semigestructureerde vragenlijst voor respondent Sarah Hadid
1. Wat betekent islamitische psychologie voor u: hoe zou u dit definiëren?
2. Waaruit bestaan uw werkzaamheden als psycholoog? Geeft u therapie aan individuele cliënten, of doet u (ook) andere dingen? (denk ook aan het schrijven van zelfhulpboeken of het maken van sociale media afbeeldingen)
3. Definieert u uzelf als een islamitisch psycholoog?
4. Welke islamitische concepten/ideeën gebruikt u en hoe past u deze toe in combinatie met algemene psychologische kennis? (verwijs naar website, technieken zoals cognitieve gedragstherapie, schematherapie, EMDR, mindfulness en dat je deze integreert met een levensvisie vanuit een islamitisch perspectief)
5. Zijn er concepten vanuit de reguliere psychologie die haaks staan op de Islam en zo ja, welke en hoe gaat u hiermee om?
6. Vanuit welke islamitische stroming werk je?
7. Hoe verklaart u de recente opkomst van de islamitische psychologie?
8. Wanneer ben je officieel een islamitische psycholoog? En wie bepaalt dit?
9. Wat is er specifiek 'islamitisch' aan islamitische psychologie?
10. Wat is het verschil tussen de gangbare psychologie en islamitische psychologie?
11. Wat is de belangrijkste doelgroep voor islamitische psychologie?
12. Met welke behoeften komen leden van deze doelgroep naar een islamitisch psycholoog?
13. Waarom komen zij specifiek naar een islamitisch psycholoog in plaats van naar een andere psycholoog?
14. Het islamitische idee dat je onderdeel bent van een groter proces wordt soms vertaald in het feit dat je jezelf aan de kant moet zetten voor het collectief. Dus het zorgen voor de ander, de familie, de omgeving, de armen etc. en daarbij niet te veel focus op de zelf/het ego. Psychologie wordt nogal gauw gekoppeld aan het feit dat je gaat werken aan jezelf, je gaat iets goeds doen voor jou, voor jou mentale gezondheid. Hoe ziet u deze verhouding tussen "het zorgen voor de zelf"

en “je inzetten voor de omgeving om het goede te doen vanuit je geloof”? (Stukje op website, kopje: Oog voor de samenleving. Samenleving is belangrijk, taboes doorbreken. Hoe matcht u concepten zoals collectieve zorg, voor familie of zwakkere dus het religieuze/culturele idee dat je jezelf aan de kant moet zetten voor “the greater good” tegenover het zorgen voor jezelf, het aangeven van je grenzen etc?)

15. Extra vraag: hoe zit het met vooroordelen en taboes?

Semigestructureerde vragenlijst voor respondenten Walid Ismail en Nada Zahra

1. Ik las dat u uw eigen ontwikkelde islamitische psychologie hanteert wat houdt dit en hoe bent u tot deze vorm gekomen?
2. Ik heb al redelijk wat gelezen over wat uw ontwikkelde islamitische psychologie is en wat niet, maar het blijft voor mij nog redelijk abstract. Ik vroeg me af u een concreet voorbeeld kan geven van een casus en hoe deze wordt behandeld doormiddel van deze islamitische psychologie en hoe deze bijvoorbeeld behandeld zou worden in de reguliere psychologie.
3. Op uw website beschrijft u 2 veel voorkomende vormen van wat tegenwoordig ‘islamitische psychologie’ genoemd wordt. Allereerst de vorm waarvan u zegt dat is eigenlijk geen psychologie maar ‘islamitische kennis over mens en ziel’. En ten tweede de reguliere psychologie met een soort islamitisch jasje, even kort samengevat. Hoe zouden jullie de recente opkomst van deze ‘islamitische psychologie’ verklaren?
4. Bij de beschrijving van de tweede vorm van ‘islamitische psychologie’ zei u: “Alle overduidelijke met de islam onverenigbare elementen(uit de reguliere, evidence-based psychologie) worden verwijderd’. Welke elementen uit de reguliere psychologie zijn volgens jullie onverenigbaar met de islam en hoe gaan jullie hiermee om?
5. Waaruit bestaan jullie werkzaamheden als islamitische psychologen? Los van de behandelingen hier in de praktijk, zijn er nog nevenactiviteiten waar jullie je mee bezig houden? Ik zag al vele artikelen op de website (u kunt denken aan sociale media, boeken schrijven, lezingen geven).

6. Wanneer vinden jullie dat iemand officieel een islamitisch psycholoog is? Welke training, kennis of manieren van denken moet deze persoon hebben? En wie bepaalt dit?
7. Wat is de belangrijkste doelgroep voor de islamitische psychologie? (Zowel in jullie praktijk als de doelgroep die in het algemeen opzoek zijn naar een andere vorm van psychologie)
8. Met welke behoeften komen leden van deze doelgroep naar een islamitisch psycholoog?
9. In een artikel van u stond: "Dus als een moslim naar een Islamitische Psychologische Praktijk gaat dan komt hij niet voor herkenning en begrip en een ons-kent-ons-nestgeur, maar hij of zij komt hier naartoe vanwege de herkenning dat de Aanbidding van de Ene tot de kern behoort van ons wezen en dat Hij de Genezer is – en alleen Hij." Merkt u in de praktijk ook dat mensen met dit idee naar u toe komen of zijn er ook mensen die naar u toe komen omdat ze herkenning en begrip zoeken?
10. Het islamitische idee dat je onderdeel bent van een groter proces wordt soms vertaald in het feit dat je jezelf aan de kant moet zetten voor het collectief. Dus het zorgen voor de ander, de familie, de omgeving, de armen etc. en daarbij niet te veel focus op de zelf/het ego. Psychologie wordt nogal gauw gekoppeld aan het feit dat je gaat werken aan jezelf, je gaat iets goeds doen voor jou, voor jou mentale gezondheid. Hoe zien jullie deze verhouding tussen "het zorgen voor de zelf" en "je inzetten voor de omgeving om het goede te doen vanuit je geloof"?

Semigestructureerde vragenlijst voor respondent Nora Al Hafiza
1. Wat betekent islamitische psychologie voor u: hoe zou u dit definiëren?
2. Waaruit bestaan uw werkzaamheden als psycholoog? Geeft u therapie aan individuele cliënten, of doet u (ook) andere dingen? (denk ook aan het schrijven van zelfhulpboeken of het maken van sociale media afbeeldingen)
3. Definieert u uzelf als een islamitisch psycholoog?
4. Welke islamitische concepten/ideeën gebruikt u en hoe past u deze toe in combinatie met algemene psychologische kennis? (verwijs naar website: "Ik werk

volgens evidenced based richtlijnen met oog voor culturele en religieuze achtergrond")
5. Zijn er concepten vanuit de reguliere psychologie die haaks staan op de Islam en zo ja, welke en hoe gaat u hiermee om?
6. Vanuit welke islamitische stroming werkt u?
7. Hoe verklaart u de recente opkomst van de islamitische psychologie?
8. Wanneer ben je officieel een islamitische psycholoog? En wie bepaalt dit?
9. Wat is er specifiek 'islamitisch' aan islamitische psychologie?
10. Wat is het verschil tussen de gangbare psychologie en islamitische psychologie?
11. Wat is de belangrijkste doelgroep voor islamitische psychologie?
12. Met welke behoeften komen leden van deze doelgroep naar een islamitisch psycholoog?
13. Waarom komen zij specifiek naar een islamitisch psycholoog in plaats van naar een andere psycholoog?
14. Het islamitische idee dat je onderdeel bent van een groter proces wordt soms vertaald in het feit dat je jezelf aan de kant moet zetten voor het collectief. Dus het zorgen voor de ander, de familie, de omgeving, de armen etc. en daarbij niet te veel focus op de zelf/het ego. Psychologie wordt nogal gauw gekoppeld aan het feit dat je gaat werken aan jezelf, je gaat iets goeds doen voor jou, voor jou mentale gezondheid. Hoe ziet u deze verhouding tussen "het zorgen voor de zelf" en "je inzetten voor de omgeving om het goede te doen vanuit je geloof"?
15. Extra vraag: hoe zit het met vooroordelen en taboes?

Semigestructureerde vragenlijst voor respondent Youssef Ahmed
1. Wat betekent islamitische psychologie voor u: hoe zou jij dit definiëren? Welke kennis is centraal om Islamitische psychologie te kunnen geven?
2. Waaruit bestaan uw werkzaamheden naast het lesgeven? Heeft u nog andere activiteiten gerelateerd aan islamitische psychologie? (denk ook aan het schrijven van zelfhulpboeken of het maken van sociale media afbeeldingen)
3. Wat is de belangrijkste doelgroep voor islamitische psychologie?

4. Met welke behoeften komen leden van deze doelgroep naar een islamitisch psycholoog cursus? Met welke doelen komt deze doelgroep naar de cursus?
5. Wat is het hoofddoel van de cursus, dus wat is het belangrijkste dat u aan u studenten wilt meegeven?
6. Wanneer ben je officieel een islamitische psycholoog? En wie bepaalt dit?
7. Wat is het verschil tussen de reguliere psychologie en islamitische psychologie?
8. Hoe verklaart u de recente opkomst van de islamitische psychologie?
9. De psychologie wordt nogal gauw gekoppeld aan het feit dat je gaat werken aan jezelf, je gaat iets goeds doen voor jou, voor jou mentale gezondheid. In de islam ligt er ook een nadruk op het zorgen voor de ander, de familie, de omgeving, de armen. Je bent onderdeel van een groter proces en dan kan met het idee hebben dat hij/zij zichzelf aan de kant moet zetten voor het collectief. Hoe ziet u deze verhouding tussen “het zorgen voor de zelf en de focus op de zelf” en aan de andere kant “het zorgen voor het collectief en jezelf aan de kant zetten voor het groter goed”?
10. Hoe ziet de opbouw van de cursus “islamitische psychologie” eruit?

Semigestructureerde vragenlijst voor respondent Mohammad Kamil
1. Wat betekent islamitische psychologie voor u: hoe zou jij dit definiëren? Welke kennis is centraal om Islamitische psychologie te kunnen geven?
2. Waaruit bestaan uw werkzaamheden naast het lesgeven? Ik zag dat u artikelen schrijft en video's maakt, heeft u daarnaast nog andere activiteiten gerelateerd aan islamitische psychologie? (denk ook aan het schrijven van zelfhulpboeken of het maken van sociale media afbeeldingen)
3. Wat is de belangrijkste doelgroep voor islamitische psychologie?
4. Met welke behoeften komen leden van deze doelgroep naar een islamitisch psycholoog cursus? Met welke doelen komt deze doelgroep naar de cursus?
5. Wat is het hoofddoel van de cursus, dus wat is het belangrijkste dat u aan u studenten wilt meegeven?
6. Wanneer ben je officieel een islamitische psycholoog? En wie bepaalt dit?

7. Wat is het verschil tussen de reguliere psychologie en islamitische psychologie?
8. Hoe verklaart u de recente opkomst van de islamitische psychologie?
9. De psychologie wordt nogal gauw gekoppeld aan het feit dat je gaat werken aan jezelf, je gaat iets goeds doen voor jou, voor jou mentale gezondheid. In de islam ligt er ook een nadruk op het zorgen voor de ander, de familie, de omgeving, de armen. Je bent onderdeel van een groter proces en dan kan met het idee hebben dat hij/zij zichzelf aan de kant moet zetten voor het collectief. Hoe ziet u deze verhouding tussen "het zorgen voor de zelf en de focus op de zelf" en aan de andere kant "het zorgen voor het collectief en jezelf aan de kant zetten voor het groter goed"?
10. Hoe ziet de opbouw van de cursus "islamitische psychologie" eruit?