

Lezing VPSG jubileum - 'oogstdag', 11 februari 2020

Doopsgezinde kerk in Haarlem

Heleen Zorgdrager, Protestantse Theologische Universiteit

Email: hezorgdrager@pthu.nl

35 jaar spreken over seksueel geweld en godsdienst, waar zijn we nu?

Hoe moeten we een dag als deze noemen? De organisatie heeft daar goed over nagedacht. Het is een jubileum, en dat mag gevierd. Ook is het Judith's afscheid, en terecht mag ze in het zonnetje worden gezet. Tegelijk is het een vierdag met een bitter randje omdat het werk dat de VPSG doet nog steeds zo nodig blijkt: pastorale counseling aan vrouwen en mannen die overlevenden zijn van seksueel misbruik, en advies en voorlichting geven over hoe godsdienst en seksueel geweld verweven kunnen zijn. Het organiserende team koos de naam "oogstdag", en dat vind ik een gelukkige keuze. Wat mogen we "binnenhalen" na 35 jaar? Hopen we als Ruth langs de maairanden misschien een enkele voedzame aar te vinden, worden we als de landman tot nog meer geduld gemaand omdat er nog steeds geen regen gevallen is, of ontwaren we hier en daar een veld dat wit is om te oogsten? Waar staan we op dit moment en hoe verder?

Ik ben gevraagd om vooral te belichten waar we nu theologisch staan na 35 jaar spreken over seksueel geweld en godsdienst. Theologie is hier geen wezensvreemde eend in de bijt. VPSG en feministische theologie, ze horen bij elkaar. Feministische theologie die eindelijk stem gaf aan vrouwen en hun ervaringen, inzichten, verhalen serieus nam, was een belangrijke factor in het stem vinden van vrouwen om te gaan praten over ervaringen van seksueel geweld en de verknoping met hun godsdienstige opvoeding. Op hun beurt hebben die vrouwen met hun stamelen en spreken, hun tranen en woede, alsook de begeleidsters met hun aandachtig tevoorschijn luisteren, bijgedragen aan de ontwikkeling van theologische visie, door het agenderen van complexe maar urgente thema's, en door continue inhoudelijke voeding vanaf de werkvloer, vanuit het praktijkleren in de spreekkamer.

In terugblik wil ik iets van die theologische ontwikkelingen schetsen, om daarna verder met u te verkennen: waar vang ik visies op in actuele feministische theologie die voortgaande inspiratie kunnen geven voor het werk van VPSG?

Mijn relatie met VPSG begon als een bovengemiddeld geïnteresseerde volgster van het werk. De laatste tien jaar veranderde dat in een gezamenlijk optrekkende partner in het adresseren van

thema's van seksualiteit, misbruik, geweld, geloof en zingeving door het samen organiseren van bijvoorbeeld studiedagen. Ik doe dat vanuit de verantwoordelijkheid van mijn leerstoel systematische theologie en genderstudies, en vanuit een bestuurlijke verantwoordelijkheid voor het werk van SMPR (Seksueel Misbruik in Pastorale Relaties), maar vooral omdat de mensen om wie het gaat mij ter harte gaan, en dan bedoel ik zowel de vrouwen die deelnemen aan de activiteiten (cliënten) als het team en de vrijwilligers. Voor deze lezing ben ik veel dank verschuldigd aan Gezien van der Leest, die mij invoerde in de geschiedenis van VPSG, en mij brochures en boekjes uit de vroege jaren ter hand heeft gesteld.

Praat erover!

In 1983 verscheen het boek *De straf op zwijgen is levenslang* van de Vereniging tegen seksuele kindermishandeling binnen het gezin. Het boek bevatte verhalen van negentien vrouwen over seksueel misbruik door een of meer familieleden en de gevolgen daarvan voor hun verdere leven. De verhalen veroorzaakten een schokgolf in de media. In Vrouw-en-Geloof-groepen die toen overal in het land actief waren, begonnen vrouwen ook te vertellen over wat tot dan toe als het 'onnoembare' werd verzwegen. De pijn om gedwongen jarenlange zwijgen kwam aan de oppervlakte. Annie Imbens en Ineke Jonker begonnen verhalen op te tekenen van vrouwen over incest en het geloof waarin ze waren grootgebracht - en kleingehouden. Het resulteerde in 1985 in het baanbrekende boek *Godsdienst en incest*.¹ Uit hun onderzoek bleek hoe godsdienst een incestbevorderende en traumaversterkende rol kon spelen. Een recensente schreef: "Een uitstekend, integer, somber stemmend boek over onherstelbare schade. Het zal sommige lezers moeilijk vallen onder ogen te zien dat een godsdienst die veel goeds kan hebben ook zoveel schade kan toebrengen."²

Want ja, hoe snel klonk telkens weer vanuit kerken en christelijke organisaties: "dat komt bij ons niet voor". Het praten over incest leek een groter taboe dan incest zelf. Onder het motto "Praat erover" pakten vrouwen uit de Vrouw-en-Geloof-beweging de taak op en riepen in diverse provincies werkgroepen in het leven voor hulp, advies, doorverwijzing en vorming. In Noord-Holland namen Annego Hogebrink en Donne Schmaal, beiden vormingswerksters, het initiatief tot een werkgroep Vrouwenpastoraat en Seksueel Geweld. Later ging dit over in een stichtingsvorm om toekomstbestendig te zijn en groeide het uit tot de huidige Stichting VPSG. Vanaf het begin was het werk oecumenisch, pastoraal én profetisch.

¹ Annie Imbens en Ineke Jonker, *Godsdienst en incest*, Driebergen: De Horstink, 1985.

² Recensie van M. Derhaag-van de Weijer in *Biblion*, <https://www.bol.com/nl/p/godsdienst-en-incest/1001004001534189/>

De combinatie pastoraal en profetisch werd ingegeven door bevrijdingstheologie en feministische theologie. Er werd gewerkt vanuit het concept ‘vrouwenpastoraat’. Vrouwenpastoraat hield in: veiligheid bieden aan slachtoffers om hun verhaal te doen vanuit een profetisch positie-kiezen voor de minst machtige om samen met haar onderdrukkende machtsverhoudingen bloot te leggen, en naar perspectieven van bevrijding te zoeken. De werkvorm was, individueel of in groepen, elkaar tot spreken horen, naar Nelle Morton’s adagium “hearing into speech”.³

tot spreken heb je mij gehoord
tot nieuwe levenskracht
ervaring eerder nooit verwoord
*wordt aan het licht gebracht*⁴

Zo ging, en gaat het nog steeds, in de VPSG-hulpverlening om sensitief nabij zijn. De gesprekken hebben een open karakter, er is geen behandelplan zoals in de ggz, er is geen behandeltermijn. Het pastoraal-profetische doel werd geformuleerd als het versterken van autonomie en zelfvertrouwen van de vrouwen, het opheffen van het isolement, het waken voor nieuwe machtsverhoudingen en het vergroten van kritisch reflectievermogen.⁵

Het hoge ideaal van bevrijding werd in de praktijk van het werk toegebogen naar de meer realistische doelstelling dat “de vrouw kan verder leven op een manier die zij als zinvol ervaart.”⁶ Het accepteren van jezelf, met de aan elkaar gelijkde brokstukken van je leven waarbij de breuklijnen altijd zichtbaar blijven, is al heel wat. Ik herken hier de invloed van womanistische theologie van zwarte vrouwen uit Noord-Amerika en hun kritiek op theologieën die “bevrijding” beloven als het eindstation. Zij stellen dat het kunnen uithouden, volhouden en overleven in de wildernis, zoals Hagar in het Bijbelverhaal van Genesis 21, misschien realistischer vertelt over hoe God met je leven verbonden is.

Wat bleef al die 35 jaar was de contextuele, politieke benadering, door Will Verhoef verwoord als: het slachtoffer is ook aanklaagster van het systeem, we mogen het probleem van seksueel geweld niet verindividualiseren.⁷ Of in de woorden van Adriana Balk-van Rossum: “Incest is geen individueel probleem, maar (ook) een maatschappelijk en kerkelijk c.q. christelijk probleem.”⁸

³ Nelle Morton, *The Journey is Home*. Beacon Press, 1985.

⁴ Uit het lied “elkaar tot spreken horen” van Lies Thielens, in *Eva’s Lied II*, Kampen: Kok, 1998.

⁵ Werkgroep Vrouwenpastoraat en Seksueel Geweld Noord-Holland, *Godsdienst en incest. Een visie op bevrijdend pastoraat*, 1989, herdruk 1990.

⁶ Idem.

⁷ In Stichting VPSG, *Seksualiteit: Praat erover. Achtergronden en praktische tips bij het praten over seksueel geweld in de kerken*, 2006.

⁸ Adriana Balk-van Rossum, *De rol van godsbeelden in de levensverhalen van vrouwen met incestervaring*, 2017.

Traumatheorie

In de jaren negentig gaf het boek *Trauma en herstel*⁹ van Judith Lewis Herman een verdiepingsslag aan het vrouwenpastoraat gericht op seksueel geweld. Het daagde ook feministische theologie uit tot nieuwe reflecties, waarover straks meer. Judith Herman beschrijft wat een trauma doet met mensen, hoe chronisch getraumatiseerde mensen symptomen kunnen vertonen die in de directe omgeving eerder afkeuring oproepen (zoals hulpeloos en passief overkomen, of altijd maar vage klachten hebben), terwijl ze het gevolg zijn van het proberen te ontkomen aan de dreigende vernietiging door het misbruik. Ook analyseert ze hoe de traumatische gevolgen niet alleen de psychische vermogens hebben beschadigd of vervormd maar ook opgeslagen zijn in het lichaam. Noodzakelijk voor heling en herstel acht ze een veilige relatie met één of meer mensen, een hernieuwde verbondenheid waarin de overlevende haar psychische vermogens, die door het trauma ernstig zijn beschadigd, kan opbouwen. Ze noemt dat een helende relatie. Herman's trauma-theorie verschaftte VPSG een verhelderende en verdiepende spiegel om naar het eigen werk te kijken en het te versterken.

Getraumatiseerd bleek ook vaak het geloofsleven. De praktijk van het vrouwenpastoraat bracht een waslijst van geloofsknelpunten aan het licht. Wat te doen met de oproep tot liefhebben en vergeving; met het vierde gebod dat oproept je vader en moeder lief te hebben; met God de Vader; met het Onze Vader; met ervaringen van schuld en schaamte; met vragen van verzoening; met de strenge seksuele moraal; met het offer aan het kruis; met Abrahams bereidheid om zijn kind te offeren omdat God het vraagt; met Jefta's bereidheid; met de gehoorzaamheid die christelijke opvoeding vraagt; met de rolbevestigende vrouwbeelden in christelijke verkondiging; met Gods liefde, zorg en rechtvaardigheid maar "waar was hij toen het misbruik plaatsvond?" De lijst is bijna te lang om op te noemen. Je kon er niet omheen. De verstrengeling van godsdiensttrauma met incesttrauma vroeg om diepgaande, volhardende aandacht in het pastorale contact en in verdere studie.

Het waren en zijn meestal langdurige trajecten bij VPSG. Zoals een vrouw zei "als één keer die put opengaat, moet het er allemaal uit en daar moeten anderen je bij helpen."¹⁰ Jenny Schneider-van Eegten, die in de jaren zeventig een van de eersten was die seksueel misbruik aankaartte in de kerk, schreef: "Kinderen die seksueel misbruikt zijn hebben geleerd niet op eigen gevoel en oordeel te

⁹ Judith Lewis Herman, *Trauma en herstel. De gevolgen van geweld – van mishandeling thuis tot politiek geweld*, Amsterdam: Wereldbibliotheek, 1993.

¹⁰ Willy van Hoeve-de Jager, *Pastoraat en Incest*, Gorinchem: Narratio, 1994, p. 75.

vertrouwen. Ze nemen een hele rugzak vol kinderlijke voorstellingen mee tot in de volwassenheid.”¹¹ Godsdienstige beelden zijn vaak zo verinnerlijkt dat ze niet eens meer als blokkerend worden ervaren. Het uitpakken van de rugzak vol godsdienstige lading, om te zien wat nu écht bruikbaar is, duurt lang en vraagt grote moed.

Naast ruimte geven aan verhalen van pijn, heeft VPSG altijd ingezet op het aanboren van krachtbronnen van waaruit vrouwen verder kunnen gaan, uit welke traditie of religie die bronnen ook komen. Ze doet het creatief, met een schat aan werkvormen, en de laatste jaren ook steeds meer lichaamsgerichte werkvormen, zoals stem vinden, bewegingslessen, ademhalen, yoga, bibliodans.

Posttraumatische theologie

Door feministische theologen zijn de inzichten uit trauma studies opgenomen en als vertrekpunt genomen voor een radicale herlezing van bijbelverhalen en een herijking van noties als kruis en opstanding, dood en leven, lijden en verlossing. Met name noem ik hier het werk van Serene Jones, Shelly Rambo, Mindy Makant, Elaine A. Heath en ook de Nederlandse Adriana Balk-van Rossum. Zij stellen in hun werk de vraag centraal: hoe kan zingeving gevonden worden in de nasleep van traumatische ervaring? Hoe spreken christelijke symbolen, verhalen en rituelen tot de diepte van traumatische ervaring? Of scheren ze er altijd aan voorbij?

Ik focus eerst op het werk van Shelly Rambo. Haar boek *Spirit and Trauma: A Theology of Remaining* (2010) zet in met de uitspraak van een overlevende na de verwoestende orkaan Katherina in New Orleans. Deze zegt “The storm is gone but ‘after the storm’ is always here.” Dat is nu precies volgens Rambo wat een trauma is en doet. Het is dat wat blijft. Het blijft bestaan in symptomen van het lichaam, in telkens terugkerende herinnering, in het misbruik van het verleden dat relaties in het nu blijft bepalen en je zelfbeeld onderuithaalt. “...‘after the storm’ is always here”. Het leven wordt in zekere zin voortdurend gemarkeerd door de dood. De lijn tussen leven en dood is niet helder maar doorlaatbaar en soms vrijwel uitgewist. De dood spookt door het leven.

De ervaringen van tijd, taal en lichaam zijn diepgaand verstoord. Vallen is als vliegen.¹² Het verleden verzwelgt de toekomst. Er is geen taal waarin je zeggen kunt wat er is gebeurd. De traumatische ervaring ontsnapt aan het vermogen om te kennen, om erover te vertellen, om het op te nemen in de samenhang van je levensverhaal. Er zijn altijd gaten en scheuren in de tekst. Degene die luistert,

¹¹ Van Hoeve-de Jager, *Pastoraat en Incest*, p. 85.

¹² De titel van de in de werkelijkheid wortelende roman van Manon Uphoff (2019) waarin ze alle literaire verbeelding inzet om vanuit kinderperspectief te vertellen waarvoor geen taal bestaat.

moet horen naar de woorden in en achter de woorden, en naar de stiltes want elke talige verwijzing schiet tekort.

Als dit de posttraumatische toestand is, vraagt Rambo, wat moeten we dan met het christelijke verhaal dat het leven de dood overwint, dat Christus' opstanding de overwinning betekent op de dood? Dat dit het kernverhaal van verlossing is? Dat sluit volstrekt niet aan bij de ervaring van trauma, van "leven in de nasleep van dood". Deze traditionele uitleg is geen goede boodschap voor overlevenden van seksueel misbruik.

Dan begint ze van de andere kant. Als we trauma serieus willen nemen, moeten de inzichten ontleend aan traumatische ervaring de hermeneutische lens worden om opnieuw naar de bijbelverhalen te kijken. Dat betekent dat we het verhaal van Goede Vrijdag naar Pasen niet langer als een lineair verhaal kunnen lezen, van lijden en dood naar het leven, eind goed al goed, maar dat we het aandurven stil te staan bij het "midden" waar leven en dood met elkaar vermengd zijn en misschien wel altijd ook blijven. In haar boek *Spirit and Trauma* verwijft ze dan met name bij Stille Zaterdag, de dag op de liturgische kalender tussen leven en dood. Stille Zaterdag geeft symbolische erkenning aan de ervaring van godverlatenheid, en vertelt van een Geest die toch als een fragiele kracht present is, in het verwijlen, in het erbij blijven en wachten en doorstaan. Vrouwen die bij elkaar schuilen en getuigen van Geest/Adem op het snijpunt van leven en dood. Het is een ander verhaal van verlossing.

In haar tweede boek, *Resurrecting Wounds: Living in the Afterlife of Trauma* (2017), leest ze vanuit de ervaringen van de posttraumatische werkelijkheid de verschijningsverhalen van Jezus. Alle hoofdstukken van het boek belichten telkens een ander aspect van Johannes 20:19-29, het verhaal van Jezus' verschijning aan de groep discipelen die angstig bijeen zijn in de bovenzaal, en het verhaal van de verschijning aan Thomas. Ook hier zoekt ze naar een theologie van opstanding die niet langs de ervaring van trauma scheert, maar er beloftevol mee kan verbinden.

De titel van het boek geeft al direct te denken: *Resurrecting Wounds*, het doen opstaan van wonden. Wat heeft dat met opstanding en verder kunnen leven te maken?

We volgen haar lezing. In het verhaal van Johannes 20 keren de wonden terug in het heden. De gekruisigde Jezus keert terug en laat zijn wonden zien. Hij verschijnt aan de leerlingen, die getraumatiseerd en doodsbang zijn door alles wat gebeurd is. Ze vierten zijn terugkeer maar zonder dat ze zijn wonden registreren. Er hapert iets. Het zien van de wonden van Jezus had in henzelf de verwonding door wat gebeurd is aan de oppervlakte kunnen brengen, maar ze kunnen of willen het niet zien. Hun getuige zijn van opstanding blijft daardoor incompleet. Twee keer moet Jezus hen de vrede toewensen, bij de tweede keer wordt het gevolgd door met het blazen van Geest/Adem over hen heen. Nog is het verhaal niet klaar. De verschijning aan Thomas hoort er onverbreekelijk bij. In

deze ontmoeting vraagt Jezus aan Thomas, die controle wil hebben, om dichterbij te komen en hem aan te raken. Echt getuige zijn van opstanding, legt Rambo uit, vraagt om affectief werk. Jezus' lichaam draagt tekenen van trauma die ons bemoedigen om eigen traumatische pijn aan de oppervlakte te laten komen. Aan die transformatie geeft Thomas zich over. Dat maakt dat zo iemand als Thomas getuige wordt van opstanding.

Voor Rambo is opstanding niet denkbaar zonder "wond-werk". Wond-werk vindt plaats in de gemeenschap. Dat kan een veteranen-zelfhulpgroep zijn, dat kan een tweegesprek of groepsactiviteit zijn bij VPSG. Het zijn veilige ruimtes waar wonden naar boven kunnen komen, gezien en getoond worden, en ook verzorgd. Het lichaam van Christus is een gewond lichaam. Jezus' stigmata, zo vertellen deze verhalen, zijn een mogelijke plaats waar wonden elkaar kunnen kruisen. Hij toont zijn wonden naar voren, niet naar het kruis dat achter hem ligt maar beloftevol naar toekomst. Opstanding vindt plaats niet door wonden uit te wissen of weg te drukken, maar er ruimte aan te geven in gemeenschappelijk wond-werk.

Het doet me denken aan wat Nadia Bolz-Weber in haar boek *Shameless*¹³ schrijft. In dit boek hekelt ze de zuiverheidscultuur van Amerikaanse evangelicals, waar ze zelf enorm onder geleden heeft. Die cultuur van *purity* maakt gebruik van het demonische mechanisme van schaamte. Je leert je intens te schamen voor je lichaam, je seksualiteit, je eigen ik. God zoeken wordt gespleten van het lichaam, de geest, de seksualiteit, het hart, het gevoel. In de crisis wordt Jezus voor haar degene die verwonde en verscheurde mensen met zoveel liefde aankijkt dat de brokstukken en verwaarloosde kanten weer terugkeren naar de kern van iemands wezen. Ze benadrukt dat het wederzijds erkennen van die verwonding ons juist dichterbij God en bij elkaar brengt: "veel menselijke inspanningen zijn gericht op het gladmaken van onszelf zodat we leuk en gepolijst overkomen, maar ik geloof dat het juist onze gekartelde randen [*jagged edges*] zijn die ons met God en met elkaar verbinden."

"Our scars are part of our story, but they are not its conclusion. The past is ours and will always be part of us, and yet it is not all there is. It's a process, moving from wounds to scars to grief to showing those scars. It takes time, and maybe therapy and maybe being vulnerable in community, and maybe working through the twelve steps and maybe making a lot of mistakes, and maybe experiencing a tiny bit of joy."¹⁴

¹³ Nadia Bolz-Weber, *Shameless. A Sexual Revolution*, London: Canterbury Press Norwich, 2019.

¹⁴ Bolz-Weber, *Shameless*, p. 158-159.

Misschien het ervaren van een klein beetje vreugde... U merkt dat de perspectieven klein gehouden worden maar ze zijn er wel.

Adriana Balk-van Rossum¹⁵ heeft belangrijk onderzoek gedaan naar de rol die vrouwen aan hun godsbeelden geven in relatie tot incestervaring en in relatie tot hun eventuele posttraumatische groei. Een van haar conclusies is dat bij haar respondenten (veelal uit meer behoudende en evangelische kerken) het beeld van God vaak diep beschadigd is geraakt door de incestervaring, maar dat van Jezus nauwelijks. In Jezus worden rollen concreet van ondersteuning en heling, waardoor vrouwen met incestervaring vaker wel een relatie met Jezus houden. Ook merkt ze op dat vrouwen in de bijbel eigenlijk geen verhalen vinden over dat God seksueel misbruik afkeurt, zodat ze in de Bijbel steun en herkenning hadden kunnen vinden. Ik zal deze observatie niet zomaar aan de kant schuiven, maar wil er wel iets naast zetten.

Het is vaak te wijten aan bewuste of onbewuste androcentrische (man-gecentreerde) uitleg dat bepaalde bijbelverhalen niet herkend en toegeëigend kunnen worden door vrouwen met misbruikervaring. Elaine Heath, in haar boek *Healing the Wounds of Sexual Abuse: Reading the Bible with Survivors* (2019) geeft ons sommige van die verhalen terug.

In de uitleg en in vrijwel iedere vertaling wordt de getraumatiseerde mens in het land van de Gerasenen, die bezet wordt door een legioen vernietigende stemmen, een "man" terwijl dat er consequent niet staat (Mk 5:1-20). Wat gebeurt er als we deze lijdende méns gaan zien als een "zij", als een overlevende tussen de graven en spelonken van het verleden?

Of neem het verhaal van de bloedvloeiende vrouw dat er direct op volgt (Mk 5:21-34). Wat gebeurt er als we dit lezen als het verhaal van overlevenden van seksueel misbruik van wie de lichamen en zielen bloeden op duizend verschillende manieren? Dochters van God die zelf hun weg terug moeten vechten naar heil en hun hand uitstrekken naar leven?

Of als we in Jezus die uitgekleeft werd en naakt stond tegenover zijn folteraars en naakt gekruisigd werd, vastgepind, vastgebonden, doorstoken, vernederd voor het oog van de menigte óók een slachtoffer beginnen te zien van berekenend seksueel geweld?

Zoals we ons bijbelverhalen volkomen exegetisch verantwoord (!) kunnen toe-eigenen, zo kunnen we ook religieuze rituelen en praktijken herwinnen. Cindy Makant noemt als voorbeeld de oudkerkelijke praktijk van *zalven*. Het zalvingsritueel kan een nieuw verhaal bieden aan het lichaam dat plaats van geweld was. Zalven als integere belichaamde handeling kan isolatie opheffen en het lijdende

¹⁵ Adriana Balk-Van Rossum, *De rol van godsbeelden in de levensverhalen van vrouwen met incestervaring*, 2017.

lichaam, na alle "wond-werk" of als onderdeel ervan, weer verbinden met de gemeenschap. Een andere praktijk die ze noemt is *heilige vriendschap*. Heilige vriendschap houdt een ander heilig. Daarin vindt stukje bij beetje herstel van vertrouwen plaats. Mensen leren op zichzelf vertrouwen als kostbaar (in Gods ogen), als een draagster van waardigheid, als een mogelijke plaats van heling.¹⁶

Heilige vriendschap. Ik vind het een mooie benaming voor wat er in de begeleiding van VPSG gebeurt. Geen behandelplan, maar het oefenen van heilige vriendschap. Volhardend, trouw, geduldig, bewonderenswaardig deskundig en met heel veel liefde.

Ik weet niet of ik jullie nog weer 35 jaar moet toewensen, maar wel wens ik jullie en ons allemaal van harte de voortzetting van zulke heilige vriendschappen toe waarin onze rafelranden ons verbinden met het goddelijke en met elkaar.

¹⁶ Zie het door Ina Praetorius gemunte begrip "WüdrägerIn" in Ursula Knecht e.a., *ABC des guten Lebens*, Rüsselsheim: Christel Götttert Verlag, 2013, p. 148-151.