

Psycho-spirituele processen bij Nederlandse moslims

Een kwantitatief onderzoek naar hart-gebaseerde cognitieve ontregeling, spirituele coping en spirituele hartbalans vanuit het perspectief van Ibn Qayyim al-Jawziyya

drs. Havva Yıldız · Master of Arts (MA) in Islamitische Geestelijke Verzorging · Islamic University of Applied Sciences Rotterdam (IUASR) · 2025–2026

Aanleiding

Bestaande psychologische modellen rondom schadelijke gedachten, religieuze coping en spiritueel welzijn sluiten niet altijd aan bij de religieuze en spirituele belevingswereld van moslims. Dit onderzoek herformuleert deze constructen vanuit het psycho-spirituele perspectief van Ibn Qayyim al-Jawziyya — met kernbegrippen als qalb (hart), nafs (zelf/verlangens), tawakkul (vertrouwen op Allah), tazkiyah (innerlijke zuivering) en sakīnah (innerlijke rust) — en onderzoekt hoe deze vier processen zich tot elkaar verhouden bij Nederlandse moslims.

Onderzoeksvraag

“Hoe kunnen bestaande, gevalideerde meetschalen voor schadelijke gedachten, religieuze coping en spiritueel welzijn worden herzien vanuit het psycho-spirituele perspectief van Ibn Qayyim al-Jawziyya, en hoe verhouden deze variabelen zich tot elkaar binnen een Nederlandse moslimpopulatie?”

DEELVRAGEN

1. Hoe worden schadelijke gedachten, religieuze coping en spiritueel welzijn in de bestaande literatuur conceptueel en psychometrisch gedefinieerd?
2. Hoe kunnen kernconcepten van Ibn Qayyim al-Jawziyya (qalb, nafs, tazkiyah, tawakkul, sakinah) vertaald worden naar meetbare items?
3. In hoeverre zijn de herformuleerde schalen betrouwbaar en intern consistent binnen een Nederlandse moslimpopulatie?
4. Wat is de samenhang tussen schadelijke gedachten, positieve/negatieve religieuze coping en spiritueel welzijn?
5. In welke mate medieert religieuze coping de relatie tussen schadelijke gedachten en spiritueel welzijn?

Methode

Kwantitatief cross-sectioneel surveyonderzoek onder Nederlandse moslims van 18 jaar en ouder, via een online vragenlijst (Google Forms). Werving via sociale media, islamitische netwerken, geestelijke verzorgingsorganisaties en persoonlijke netwerken; meer dan 2.500 mensen kregen toegang tot de enquête.

353

volledig ingevulde reacties

346

geldige respondenten (analyse)

5%

foutmarge bij ~98,4% betrouwbaarheid

Belangrijkste bevindingen

Voor dit onderzoek werden vier nieuwe psycho-spirituele meetschalen ontwikkeld en psychometrisch getoetst met factor-, betrouwbaarheids- en mediatieanalyses in SPSS.

● Hart-gebaseerde Cognitieve Ontregeling

Hangt significant samen met zowel positieve als negatieve spirituele coping, én met spirituele hartbalans ($\alpha = ,890$).

- Storende, terugkerende gedachten die moeilijk te stoppen zijn
- Mentale afwezigheid en onoplettendheid
- Twijfel over wat waar of juist is
- Gedachten en gevoelens die het denken sturen

● Positieve Spirituele Coping

Hangt sterk samen met spirituele hartbalans en medieert gedeeltelijk de relatie tussen cognitieve ontregeling en hartbalans ($\alpha = ,866$).

- Rust zoeken door het gedenken van Allah (dhikr)
- Vertrouwen dat Allah de situatie ten goede leidt (tawakkul)
- Geduldig blijven in moeilijke situaties (şabr)
- Reflecteren op eigen gedrag en intenties

● Negatieve Spirituele Coping

Hangt — opvallend genoeg — ook positief samen met spirituele hartbalans: innerlijke strijd wijst niet automatisch op minder spirituele gezondheid ($\alpha = ,883$).

- Moeite om de situatie aan Allah toe te vertrouwen
- Innerlijke afleiding en weinig verbondenheid met Allah
- Twijfel die het geloof verstoort
- Verlangens die keuzes bepalen

● Spirituele Hartbalans

Wordt mede verklaard door zowel positieve als negatieve spirituele coping, die de relatie met cognitieve ontregeling gedeeltelijk mediëren ($\alpha = ,889$).

- Innerlijke rust, ook in moeilijke situaties
- Diepe innerlijke tevredenheid en stabiliteit
- Verbondenheid met Allah in het dagelijks leven
- Zuiverheid van intenties

Aanbevelingen

- **Aanvullend kwalitatief onderzoek.** Diepte-interviews of focusgroepen kunnen meer inzicht geven in hoe moslims innerlijke strijd, tawakkul en spirituele hartbalans daadwerkelijk beleven.
- **Doorontwikkeling naar een therapeutisch model.** De vier constructen bieden een basis voor interventies voor islamitisch geestelijk verzorgers, psychologen, imams en andere zorgprofessionals.
- **Een evenwichtiger steekproef.** Repliceer het onderzoek met een grotere mannelijke representatie; vrouwen waren in dit onderzoek sterk oververtegenwoordigd (81,8%).
- **Toetsen bij andere populaties.** Onderzoek de schalen bij andere culturele en etnische moslimpopulaties, binnen en buiten Nederland.
- **Longitudinaal vervolgonderzoek.** Volg respondenten over langere tijd om te zien hoe spirituele coping en hartbalans zich ontwikkelen binnen verschillende levensfasen.

Tot slot

Dit onderzoek laat zien dat het psycho-spirituele perspectief van Ibn Qayyim al-Jawziyya waardevolle aanknopingspunten biedt om mentale, emotionele en spirituele processen bij Nederlandse moslims te begrijpen. De ontwikkelde schalen vormen een eerste wetenschappelijke basis voor islamitisch georiënteerde diagnostiek, geestelijke verzorging en therapeutische interventies. De volledige, interactieve resultaten zijn te verkennen via het dashboard bij deze scriptie.

SUGGESTIE VOOR VERWIJZING

Yıldız, H. (2026). Psycho-spirituele processen bij Nederlandse moslims: Een kwantitatief onderzoek naar hart-gebaseerde cognitieve ontregeling, spirituele coping en spirituele hartbalans vanuit het perspectief van Ibn Qayyim al-Jawziyya [Masterthesis, Islamic University of Applied Sciences Rotterdam].