

MODULE #8

Stappen voor psychische hulp

Geschatte tijd: 20 minuten

Categorie: Emotionele
ondersteuning



Met deze informatie komt u meer te weten over:

1. Stappen om leden te begeleiden.
2. Functioneringsniveaus van leden.
3. Begeleiding bij moeilijke problemen.

Noot

Deze training is bedoeld om u hulpmiddelen aan te reiken om leden in uw wijk of gemeente te ondersteunen die sociale, emotionele of psychische problemen doormaken.

Dit is geen beroepscertificatie in psychologische therapie.



‘Een kenmerk van de ware en levende kerk van de Heer is dat zij zich altijd georganiseerd en gericht zal inzetten om Gods kinderen en hun gezin te dienen. [...] Onze bediening is in [de naam van Christus] met zijn macht en gezag, en met zijn liefde.’

President Russell M. Nelson ‘Onze bediening met Gods macht en gezag’, Liahona, mei 2018, p. 69.



1.

Stappen om leden te begeleiden

- Raak bekend met de vier stappen om leden effectief op de wijze van de Heer te begeleiden.

Stappen voor psychische hulp

U kunt het volgende model gebruiken bij uw gesprekken met een lid dat sociale, emotionele of psychische problemen doormaakt.



**Probeer het
te begrijpen**



Help het lid



**Ondersteun
het gezin**



**Reik
hulpbronnen
aan**

Stap 1



Probeer de behoeften van de persoon te begrijpen en toon liefde en medeleven zoals de Heiland dat zou doen.

Probeer het te begrijpen



Elke situatie is anders en iedereen heeft andere omstandigheden. Overweeg onder gebed welke vragen u kunt stellen om de omstandigheden van het lid beter te begrijpen en op een vriendelijke en liefdevolle manier achter zijn of haar behoeften te komen.

Probeer het te begrijpen



Stel vragen zoals:

Wat is er aan de hand?

Wat is uw grootste probleem?

Welke stappen hebt u al ondernomen om dit probleem te overwinnen?

Wat heeft u tot nu toe geholpen?

Hoe zou de Heer u kunnen helpen?

U kunt meer vragen over specifieke onderwerpen vinden op de kerkwebsite onder Hulpmiddelen voor begeleiding.



Probeer het te begrijpen



U zult veel gesprekken met leden hebben. Er zijn belangrijke verschillen tussen een normaal gesprek en begeleiding.

Gesprek

- Het initiatief komt van de leider
- Het gesprek is gericht op een doel
- Het is niet gericht op het oplossen van problemen
- Het is niet specifiek gericht op emotionele kwesties

VS.

Begeleiding

- Het initiatief komt van het lid
- Het is een open discussie
- Het is gericht op het oplossen van problemen
- Het kan erg emotioneel zijn

Stap 2



Help het lid om zich tot de Heiland te wenden en antwoorden te vinden

Help het lid



Mensen die oplossingen voor persoonlijke problemen zoeken, kunnen hulp en genezing vinden dankzij Jezus Christus en zijn verlossende macht. Als ze geloof in Hem oefenen, zal Hij hen sterker maken in tijden van nood. Zijn macht zal hun hoop geven, doordat ze gaan beseffen dat Hij bereid is hen te helpen en te redden.





In veel gevallen kunnen mensen hun problemen oplossen door zelf de hulp van de Heer in te roepen en gebruik te maken van de middelen die hun ter beschikking staan.

Moedig ze aan om over hun problemen na te denken en te bidden. Help ze om raad te vinden in de Schriften en de woorden van de levende profeten.



Stap 3



**Ondersteun gezinsleden die onder de
situatie of het probleem lijden.**

Ondersteun het gezin



Emotionele problemen raken vaak ook de gezinsleden van de persoon die ze doormaakt.
Zoek uit hoe het gezin erdoor wordt getroffen en help ze ermee om te gaan.



Ondersteun het gezin



Uit uw liefde en bezorgdheid voor de persoon, maar evenzeer voor de gezinsleden, omdat zij het wellicht ook moeilijk hebben.



Ondersteun het gezin



Maak de gezinsleden duidelijk hoe de
Heiland hen persoonlijk kan genezen.



Ondersteun het gezin



Maak eventueel gebruik van hulpbronnen in de gemeenschap of roep professionele hulp in als gezinsleden behoefte aan therapie of steun hebben.

Hieronder vindt u stappen om professionele hulp in te roepen.



Stap 4



Reik hulpbronnen aan waarmee wellicht in de behoeften van het lid kan worden voorzien.



U staat er niet alleen voor

Veel van deze problemen zijn complex en kunt u niet alleen oplossen.

Soms is het nuttig om de hulp in te roepen van de Heer, de ringpresident, de welzijnsraad van de bisschoppen, de wijkraad of een deskundige Gezinsondersteunende diensten.



Openbaring van de Heer

Vergeet niet dat het lid uw raad beschouwt als raad van een woordvoerder van de Heer.

De Heer heeft aandacht voor zijn en kinderen en hun behoeften. Als u naar de Geest luistert, zal Hij u vertellen wanneer u raad moet geven en wat u kunt zeggen om te helpen.



Sociale en emotionele hulpmiddelen

Gebruik zo nodig de bronnen en hulpmiddelen in de trainingsmodule over sociale en emotionele hulpbronnen.

Dat zijn onder andere professionele hulp, verslavingsherstelgroepen en huwelijk en gezinsgroepen.



Steun van de wijkraad

Vraag toestemming voordat u de situatie van het lid met anderen bespreekt. Daarna kunt u leidinggevenden in de wijk of andere vertrouwenspersonen vragen om voortdurende steun, leiding en hulp te bieden.



Betrouwbare mentors

Zoek een betrouwbaar persoon die een mentor voor het lid en zijn of haar gezin kan zijn. Spoor ze aan om regelmatig samen te komen.

Spoor de mensen in het ondersteunende netwerk van het lid aan om dingen *met* het lid te doen, in plaats van dingen *voor* die persoon te doen.

2.

Functioneringsniveaus van leden

- Krijg informatie over manieren om leden te helpen, afhankelijk van de ernst van hun sociale en emotionele behoeften.

Wanneer het verstandig is om professionele hulp in te roepen

Het kan moeilijk zijn om te weten wanneer het verstandig is om professionele hulp in te roepen.

Meestal verlopen emotionele en relationele problemen echter, net zoals andere kwalen, volgens een bepaald patroon.

Gebruik de volgende tips om leden te identificeren en helpen met:

Lichte problemen.

Gematigde problemen.

Beperkt functioneren.

Ernstige verslechtering.

Leden met **lichte problemen.**

Deze mensen hebben symptomen die met kleine inspanningen verholpen kunnen worden.

Symptomen:

- Spanning, bezorgdheid en angst.
- Problemen met sociaal, echtelijk, beroepsmatig of academisch functioneren.

Wat leiders kunnen doen:

- Benadruk en waardeer goede uitkomsten en prestaties.
- Moedig de persoon aan om kleine problemen zelf af te handelen.
- Help ze om hun problemen te gaan zien als kansen om te groeien.

Leden met
gematigde problemen.

Deze mensen hebben regelmatig zorgwekkende problemen.

Symptomen:

- Aanhoudende gezins- of huwelijksproblemen.
- Ongewenste gedachten, impulsen of mentale beelden.
- Snel kwaad.
- Sociaal isolement.
- Hevige en blijvende ontmoediging.

Wat leiders kunnen doen:

- Bied aanmoediging en hulp om plannen te maken.
- Help met het stellen en bereiken van kleine doelen.
- Neem contact op met Gezinsondersteunende diensten over therapeutische hulp.

Leden met
beperkt functioneren.

Deze mensen hebben aanhoudende problemen die invloed hebben op hun dagelijks functioneren.

Symptomen:

- Paniek- en angstaanvallen.
- Gedachten over zelfverwonding.
- Obsessieve rituelen of stemmingswisselingen.
- Niet in staat om te werken of voor het gezin te zorgen.

Wat leiders kunnen doen:

- Bied onmiddellijke en materiële hulp.
- Regel therapeutische hulp en ga mee naar afspraken.
- Sterk en bemoedig hun gezinsleden en vrienden.

Leden met
ernstige
verslechtering.

Deze personen hebben symptomen die de hulp die de wijk kan bieden overstijgen.

Symptomen:

- Emotionele uitbarstingen of ongebruikelijk en verward gedrag.
- Disfunctionele sociale relaties.
- Geweld, zelfverwonding of zelfmoordgedrag.

Wat leiders kunnen doen:

- Neem zo nodig contact op met de hulpdiensten.
- Verkrijg informatie over behandelingen en wettelijke kwesties.
- Help met het oplossen van dringende praktische problemen.
- Bouw door uw bediening vertrouwen en relaties op.

Onthoud:



- Voorkomen is altijd het beste.
- Vroegtijdig ingrijpen bij het opkomen van problemen is ideaal.
- Te lang wachten om hulp in te roepen kan leiden tot hopeloosheid en wrok. Dat is pijnlijk en soms fataal.
- De schade kan beperkt worden door problemen meteen aan te pakken.

3.

Begeleiding bij moeilijke problemen.

- Gebruik aanvullende online hulpbronnen om leden met moeilijke problemen te begeleiden.

Online hulpbronnen

Door met de leden te spreken komt u meer over hun specifieke behoeften te weten. De hulpbronnen op deze website bieden advies om bij elk probleem steun te bieden.

[Klik hier om naar de website te gaan](#)



[Libraries](#) [Serve](#) [News](#) [About Us](#)

Counseling Resources



Counseling Resources

Online resources for Church leaders and other members of ward and stake councils to help them minister to members.

Abuse (Help for the Victim)

Online resources for Church leaders and other members of ward and stake councils to help them minister to members.



Abuse (Offender's Needs)

Online resources for Church leaders and other members of ward and stake councils to help them minister to members.



Addiction

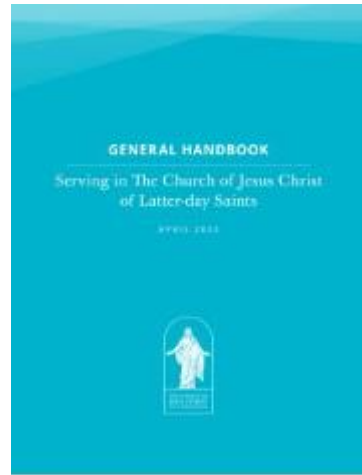
Online resources for Church leaders and other members

CONTACT:

Als een van uw leden hulp van een gedragsdeskundige nodig heeft, neem dan contact op met de manager Gezinsondersteunende diensten via **809 979 7816**

U kunt ook op uw mobiele telefoon toegang tot deze hulpbronnen krijgen

Open de app Evangeliebibliotheek op uw telefoon en volg deze stappen om de hulpmiddelen voor begeleiding te vinden:



Handbooks and
Callings

Ward or Branch
Callings

Bishopric

Counseling Resources

Klik op deze links voor advies over specifieke behoeften

- [Mishandeling en misbruik \(hulp aan het slachtoffer\)](#)
- [Verslaving](#)
- [Financiën](#)
- [Verdriet en verlies](#)
- [Huwelijksproblemen](#)
- [Mentale gezondheid](#)
- [Wanneer is het verstandig om therapeutische hulp in te roepen?](#)
- [Zendelingen die vervroegd terugkeren](#)
- [Een zending hervatten](#)
- [Pornografiegebruik](#)
- [Steun voor huwelijkspartners van pornografiegebruikers](#)
- [Aantrekking tot hetzelfde geslacht](#)
- [Zelfmoord](#)
- [Ongehuwde aanstaande ouders](#)
- [Steun voor mantelzorgers](#)



President Nelson heeft gezegd:

‘De tegenstander staakt zijn aanvallen niet. Dus wij mogen nooit met onze voorbereiding ophouden! Hoe zelfredzamer we zijn – in stoffelijk, emotioneel en geestelijk opzicht – hoe beter voorbereid we zijn om Satans onophoudelijke aanvallen af te slaan.’

‘Treed de toekomst vol geloof tegemoet’, Liahona, november 2020, p. 76.

Samenvatting training

Bedenk dat u uw gesprekken met leden over gevoelige kwesties aan de hand van dit model kunt vormgeven.



**Probeer het
te begrijpen**



Help het lid



**Ondersteu
n het gezin**



**Reik
hulpbronnen
aan**



Deze training kan ook nuttig zijn voor de volgende leiders:

- Raadgevers in de bisschop
- Quorumpresident ouderlingen
- ZHV-presidente

Module Completion Survey

**There are only
two questions**

[Click here to go to the survey for this
module.](#)



GEFELICITEERD.
U hebt deze module over de stappen voor
psychische hulp afgerond.

