

## Reflectievragen Introductievideo

### Reflectievraag 1

'Psychische klachten gaan vaak gepaard met minderwaardige gevoelens, met gevoelens van afwijzing, falen, schaamte en schuld. Die gevoelens kunnen ontstaan kunnen zijn door negatieve ervaringen met anderen, en kunnen ook zomaar doorwerken in relatie tot God, waardoor de relatie met God net zo ingewikkeld of zelfs negatief ervaren wordt als de manier waarop iemand zich verhoudt tot zichzelf en anderen.'

- Komt je een voorbeeld voor de geest uit je eigen pastorale praktijk of je eigen ervaring? Heb je weleens iemand ontmoet voor wie dit gold?
- Neem iemand met psychische problematiek in gedachten met wie je momenteel in contact bent. Kun je je voorstellen dat in zijn of haar situatie het bovenstaande speelt? Zou je hypothesen kunnen formuleren hierover? 'Het zou best kunnen dat....' (voor alle duidelijkheid: het zou ook anders kunnen zijn! Hypothesen zijn er niet om voetstoots aan te nemen, maar kunnen je wel helpen om gerichte vragen te stellen.)

### Reflectievraag 2: meerkeuzevraag

'Veel mensen met psychische klachten voelen zich -verdrietig genoeg - binnen hun kerk of gemeente eenzaam, niet begrepen of soms zelfs gestigmatiseerd.'

- A. dit herken ik helemaal niet in mijn eigen gemeente
- B. voor sommige situaties geldt het wel, voor andere niet
- C. ik ben bang dat het in onze gemeente vaker wel dan niet het geval is

*Bij antwoord A:* hoe zou dat kunnen komen?

*Bij antwoord B en C:* hoe zou er op dit punt meer openheid, vertrouwen en verbinding kunnen komen in de gemeente?