

Oefening: Zelf interventies bedenken

Client: 'Ik snap gewoon niet hoe iemand zo kan zijn. Ik doe alles voor m'n man, en dan gaat hij gewoon vreemd! Het is nu 3 jaar geleden, maar nog steeds kan ik het niet loslaten. Elke keer als hij zegt dat het hem spijt, denk ik: het zal wel. Ik voel me gewoon nog steeds belazerd en boos.'

(Hints): Ze is nog steeds bij hem en rept met geen woord over weggaan. Spelen er regels en verwachtingen die kennelijk niet zijn uitgekomen? Wat is het voordeel van boos blijven op de korte termijn?

Wat zou je tegen deze mevrouw zeggen?

Mogelijke interventies:

1.
.....
.....
2.
.....
.....

Cliënt: 'Ik ben heel erg bang dat ik een ernstige ziekte heb. Ik weet dat het nergens op slaat, de dokter zegt dat ik niets mankeer, en toch blijft het maar door m'n hoofd heen spoken. Dat zie ik iets op t.v. over te laat ontdekte kanker, waarbij iemand helemaal geen symptomen had, en denk ik gelijk dat ik het ook heb.'

(Hints): De relatie met de angst voor de dood, de relatie met de doemscenario's van haar verstand, de zekerheid van onzekerheid.

Wat zou je tegen deze mevrouw zeggen?

Mogelijke interventies:

1.
.....
.....
2.
.....
.....