

Het overbrengen van vermogens via agressieve metaforen

Het overbrengen van hulpbronnen naar de personificatie van een gehate andere, strand soms op de onwil van de cliënt: deze gunt vaak de gehate persoon de vermogens niet. Soms voldoet het om uit te leggen dat de vermogens eigenlijk niet naar de gehate persoon gaan maar naar het deel van de cliënt zelf dat een kopie van die persoon is c.q. de personificatie. Vaak wordt dit verschil tussen de echte persoon en de personificatie echter niet voldoende begrepen en dan is het gebruik van agressieve of andere hulpmetaforen geïndiceerd.

Vaststellen van de stand van zake:

Bepaal de locatie van de gehate personificatie.

Bepaal de intensiteit van de gevoelens in een schoolcijfer.

Neutraal 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Sterkst mogelijke haat

Fase één: Silent Abreaction techniek:

1) Stel je voor, je zit in een bioscoop en er draait een film met de titel:

De wraak van... (naam van cliënt)

Zie jezelf alles doen om het boze gedeelte in jou tevreden te stellen...

Wapens of geluidsapparatuur... En bekijk deze film totdat het verveelt of zielig is.

2) *Pas wanneer verveling of medelijden is bereikt gaat het verder.*

Fase twee: Hulpbronnen in een agressieve vorm:

3) Vraag welk vermogen (of vermogens) de gehate probleempersonificatie mist om in staat te zijn om een neutraal gevoel op te kunnen roepen bij de cliënt.

4) Roep dit vermogen op in de cliënt, aan de hand van specifieke herinneringen aan het zelf ooit gebruikt hebben van dit vermogen.

5) Laat de cliënt zo intensief mogelijk in de herinnering aan het vermogen associëren. Laat dit vermogen aan een kleur koppelen en die kleur om zich heen ervaren.

6) Suggereer de cliënt dat deze een laserpistool, geweer of kanon ter beschikking heeft. Daarmee kan de cliënt het vermogen in gedachte overschieten naar de probleempersonificatie in de betreffende kleur.

7) Ga na of de vermogens doordringen? Zo niet, zwaarder kaliber inzetten!

8) Bij meerdere ontbrekende vermogens worden de stappen 5, 6, 7, 8, 9 en 10 herhaald voor ieder vermogen.

Toetsen van het effect:

Bepaal de locatie van de gehate personificatie.

Bepaal de intensiteit van de gevoelens in een schoolcijfer.

Neutraal 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Sterkst mogelijke haat

Nog ontevreden? Voeg de nog meer ontbrekende vermogens toe.

Afrondingsprocedure bij eenzijdig verbeterde relaties

1) Laat de cliënt de personificatie in gedachte op de nieuwe locatie vast klikken en de oude locatie schoonpoetsen.

2) Wat verlies je als je, je hele verdere leven op deze manier met de persoon omgaat? En stel je voor, je ontmoet de persoon en deze doet weer zijn oude probleemgedrag, hoe reageer je dan?

Wordt eens creatief, en bedenk toch nog een bezwaar tegen deze verandering.