

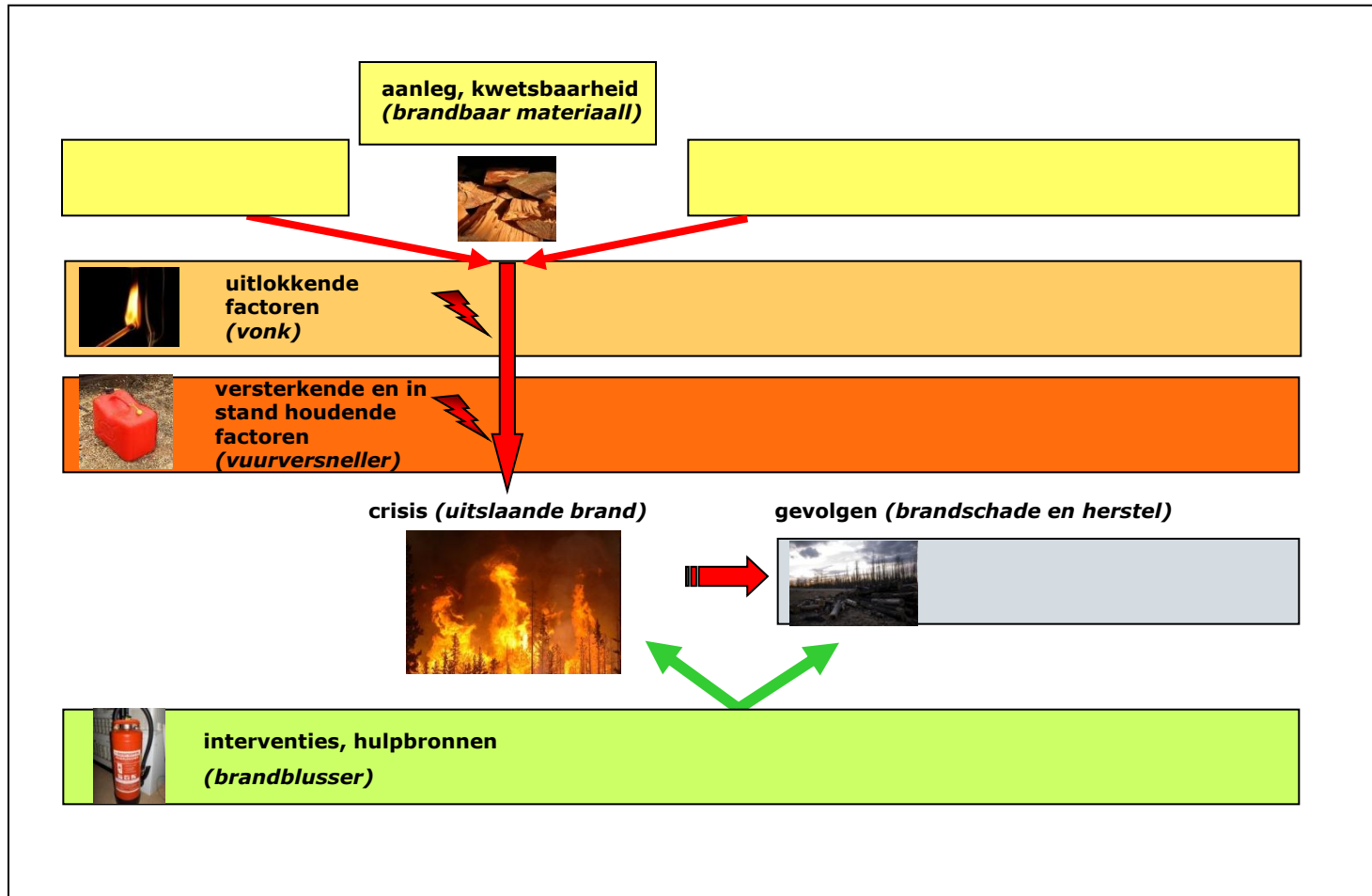
Metacognitieve Therapie



MODULE 3: PROBLEEMFORMULERING

aanleg, kwetsbaarheid	 <p>brandbaar materiaal</p>	bv. een ouder had ook een psychose, traumatische ervaringen in jeugd
uitlokkende factoren	 <p>vonk</p>	bv. belasting (samenhangend met werk, relatie) of andere stressfactoren
versterkende en in stand houdende factoren	 <p>vuurversneller</p>	bv. misbruik van alcohol/drugs, tegen medisch advies in stoppen met medicatie
uitbraak, crisis	 <p>uitslaande brand</p>	wanen, illusies hallucinaties/stemmenhoren uitputting, depressie
gevolgen	 <p>brandschade en herstel</p>	sociaal terugtrekken, werkeloosheid, eenzaamheid
interventies, hulpbronnen	 <p>brandblusser</p>	medicatie, psychotherapie, motivatie om te veranderen, goed sociaal netwerk, therapeutische methoden die al worden toegepast (bv. ontspanningstechnieken)

Probleemformulering



→ werkblad 3.1

Hoe bijzondere overtuigingen ontstaan

Idee	Waarom juist dit en geen ander thema?	Waarom angstbeladen?	Waarom juist nu? Uitlokker?
Buren luisteren mijn telefoon af	Betrokkene woont in probleemgebied; in het verleden waren er ook al problemen met buren; woning is heel gehorig etc.	Voortdurend burenruzie; buurman is sterk, fysiek imponerend en windt zich snel op.	Thema is actueel in de media: afluisterschandaal; TV maakte melding van huurbazen die appartementen afluisterden.
Ik word achtervolgd en bedreigd door de Maffia	Vaak geobsedeerd door "Maffia" thema's (films, media etc.); buren zijn Italiaans.	Van maffialeden is bekend dat ze wreed zijn; de kans op sociale infiltratie wordt als hoog ingeschat.	Recent vond in een andere stad een maffiamoord plaats; ik maak momenteel een crisis door; ik ben nogal angstig ingesteld.

