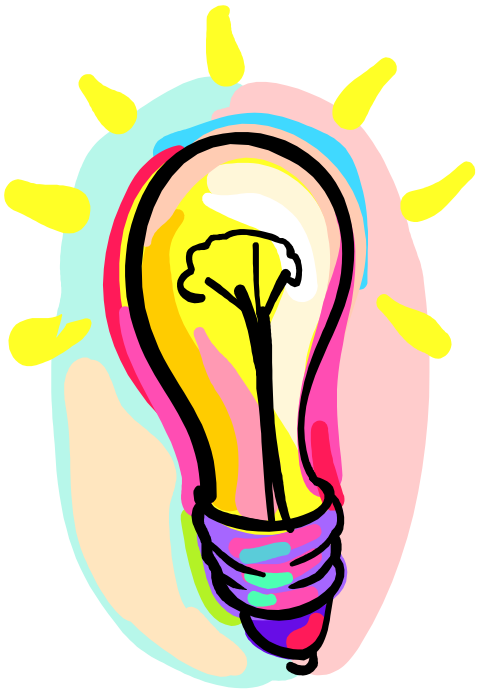
Werken met metaforen

Een metafoor is een vergelijkings-beeldspraak



Het kennismakingsgesprek is in de hulpverlening een goed moment om gebruik te maken van een metafoor. Je vraagt een cliënt om zich bij dat eerste gesprek te vergelijken met een bloem en over die bloem te vertellen. Over deze bloem kan je hem of haar dan ook vragen stellen. De antwoorden geven meer informatie dan welk intake gesprek dan ook.

Als je de cliënt vraagt om een metafoor te bedenken voor zijn of haar gezin van herkomst, kan dit enorm veel informatie opleveren. Je geeft je cliënt de opdracht om te ontspannen en even in zichzelf te keren. Vervolgens vraag je naar een metafoor, een symbool van zijn of haar gezin van herkomst en zijn of haar plek daarin. Het eerste wat in iemand opkomt, hoe gek ook, is vaak het beste. Vervolgens vraag je hem of haar zich in de metafoor te verdiepen: hoe ziet hij er uit, hoe klinkt het, ruikt het, proeft het of voelt het. Het gaat over het gezin zoals het vroeger was. Vervolgens kan je als hulpverlener je cliënt vragen stellen over de metafoor. Daarbij kan je frank en vrij associëren als je maar binnen de metafoor blijft. Stel zoveel mogelijk open vragen. Benoem al je ingevingen en associaties. Als het niet klopt wat je zegt dan geeft de cliënt dat wel aan. Als je uitgevraagd bent kan je vragen wat de metafoor zegt over het gezin van herkomst en welke rol de cliënt in het geheel speelt.

In geval van een trainingsgroep of een therapiegroep is het interessant om aan een groep te vragen welke metafoor zij kan bedenken voor de groep. Dit geeft trainers maar ook de deelnemers een goed beeld van hoe een groep zichzelf ziet.

Cliënten met een andere culturele achtergrond zoals Marokkanen en Antillianen zijn niet gewend om dingen direct te benoemen. Door middel van het gebruik van metaforen begrijpen ze vaak veel beter wat je bedoelt.

Voorbeeld:
Een puber gedraagt zich zeer opstandig en probeert doorlopend grenzen te overschrijden. Ouders noemen dat het kind altijd heel beschermd is opgevoed.
Metafoor: *Je wilt je kind warm toedekken en beschermen tegen de kou maar als je het dekentje te vast instopt of helemaal over het kind heen legt, krijgt het kind het benauwd en kan niet anders dan wild om zich heen trappen om vrij te komen en weer adem te kunnen halen.*

Waarom werken met een metafoor?
*Het komt voor dat het voor een cliënt niet veilig voelt om zomaar 'de vuile was buiten te hangen'. Loyaliteitsgevoelens weerhouden mensen om te vertellen hoe ze hun jeugd hebben ervaren. Ook kan het te pijnlijk zijn om direct te vertellen wat er allemaal gebeurd is. In de vorm van een metafoor vertellen, ruimt die bezwaren op en geeft ruimte om tot in detail te vertellen hoe de situatie is geweest. De hulpverlener kan vragen stellen die hij niet gauw direct zou stellen als het over de werkelijkheid zou gaan.
*De hulpverlener kan de cliënt meenemen in de logica van de associaties die de metafoor oproept; associaties die de cliënt wellicht niet zou hebben gekregen als deze direct over zijn of haar gezin van herkomst had gesproken.
*Werken met metaforen maakt het makkelijk om buiten de geëigende paden te treden, buiten kaders te denken.

Kortom werken met een metafoor kan veel en snel helderheid geven.

© MENS IN WERKING