

Liefdesrelatie, uit elkaar

Instructie 10



15 minuten



individueel



groep

LVB

Doel

De cliënt weet dat een liefdesrelatie ook kan eindigen.

Benodigheden en voorbereiding



- Infoblad: "Liefdesrelatie, uit elkaar"
- Infoblad: "Liefdesrelatie, Liefdesverdriet"

Instructie

- Lees samen de infobladen. Soms is het helemaal niet meer prettig samen. Je hebt van alles geprobeerd maar het gaat niet meer. Je kan er dan voor kiezen om de liefdesrelatie uit te maken.
- Bespreek om welke redenen een liefdesrelatie uit kan gaan.
- Vul samen werkblad 10.1 in.
- Praat samen over op welke manieren een relatie uitgemaakt kan worden.
 - Wat zijn prettige manieren voor jezelf?
 - Hoe komt dit?
 - Wat zijn prettige manieren voor de ander?
 - Hoe komt dit?
 - Welke manieren kan je beter niet gebruiken?
 - Hoe komt dit?
- Als je merkt dat de cliënt zijn huidige liefdesrelatie wil beëindigen vraag wat hij wil doen en of hij hier hulp bij nodig heeft. Je kan dan werkblad 10.3 gebruiken.
- Laat de cliënt benoemen wat hij gaat doen en zeggen.
- Hoe zal de partner gaan reageren? Heeft de cliënt hier ook hulp bij nodig? Wie kan hem helpen?
- Speel dit uit. De cliënt is zichzelf en jij bent de partner. Laat hier eventueel ook verschillende reacties van de ander zien. Bespreek hoe dit voelt voor de cliënt. En wat hij dan kan doen. Draai de rollen ook eens om.



- Als je merkt dat de cliënt meer wil weten over gevoelens, kijk dan ook eens bij het thema Gevoelens. Bijvoorbeeld het infoblad: "Gevoelens, een lastig gevoel en dan" of werkblad: "Gevoelens, omgaan met verdriet". Deze kan je vinden bij: Blok Ik -> thema Gevoelens -> Infoblad en/of Werkblad.



Waarom gaan mensen uit elkaar?

Heb jij dit wel eens meegemaakt?

Kun je daarover vertellen?

Hoe maak je een liefdesrelatie uit? Op welke manier?
(WhatsApp, telefoon, niks laten merken en weggaan, enzovoort)

Welke manier is prettig voor jezelf?

Welke manier is prettig voor de ander?

Op welke manier kan je beter niet een liefdesrelatie uitmaken?

Kun je dit uitleggen?

Liefdesrelatie, uit elkaar

Werkblad 10.3

Je besloten om je liefdesrelatie uit te maken. Hoe wil je dit gaan doen?

Wat ga je zeggen?

Waar ga je dit zeggen?

Hoe denk je dat je partner gaat reageren?

Heb je hier hulp bij nodig?

Bij ja, wie kan je hierbij helpen?

