

**MINI-GESPREKSKAART METAFOREN**



1. Hoor ik beeldspraak?  
→ noteer de metafoor

2. Vraag door  
→ "Vertel. Hoe is dat voor u?"

3. Blijf in het beeld, sluit aan  
→ gebruik dezelfde metafoor

4. Verken betekenis  
→ gaat het over identiteit, waarden, richting?

*Effect: snellere signalering van zinverlies*

vindplaatszingeving.nl

### Werkvorm: Metafoorcarousel

- a. De client leest een casus en speelt deze kort uit.
- b. De hulpverlener oefent met de vier stappen:
  - ★ metafoor herkennen
  - ★ doorvragen
  - ★ in het beeld blijven
  - ★ betekenis verkennen
- c. De observator noteert:
  - ★ wanneer de hulpverlener goed in het beeld bleef
  - ★ wanneer hij/zij eruit stapte
  - ★ welke waarden zichtbaar werden

## Casus 1 “Ik loop vast in drijfzand”

### Situatie

Sanne (34) werkt als teamleider in de zorg. Sinds een reorganisatie voelt ze zich uitgeput. Ze zegt tijdens het gesprek:

“Het voelt alsof ik in drijfzand loop. Hoe harder ik probeer eruit te komen, hoe dieper ik wegzak.” Ze vertelt dat ze thuis alleen nog maar wil slapen en zich schuldig voelt tegenover collega’s en haar gezin.

## Casus 2 “Mijn kompas doet het niet meer”

### Situatie

Rachid (52) meldde zich aan na een scheiding en verlies van werk. Hij zegt:

“Vroeger wist ik precies waar ik heen wilde, maar nu lijkt het alsof mijn kompas kapot is.” Hij twijfelt over zijn toekomst en voelt zich stuurloos.

## Casus 3 “Ik draag een veel te zware rugzak”

### Situatie

Fatima (26) studeert en zorgt daarnaast intensief voor haar moeder. Tijdens het gesprek zegt ze:

“Het lijkt alsof ik een rugzak draag die steeds voller wordt. Ik ben bang dat ik eronder bezwijk.”

Ze vertelt dat ze zich verantwoordelijk voelt voor iedereen.

## Verdiepende variant

Formuleer zelf een metafoor rond:

- werk
- energie
- relaties
- toekomst

De ander mag uitsluitend vragen stellen binnen het beeld. Hierdoor ervaar je zelf hoe krachtig werken met metaforen kan zijn.