

Voorwaarts richting Dialoog, Groei, Ontwikkeling

Kracht / Autonomie

Meer zelfvertrouwen

Erkenning / Voldoening

Bewaker

- Verbinding door assertief zijn
- Opkomen voor eigenbelangen
- Scheppen van duidelijkheid
- Eigen grenzen aangeven / OMA
- Respect voor autonomie van zichzelf en anderen
- Erkent andermans bekwaamheden

Onderzoeker

- Verbinding door hulp te vragen en hulpbronnen zoeken
- Open en leerbereid zijn; verschillende mogelijkheden onderzoeken
- Kwetsbaar durven zijn
- Kiezen en experimenteren en consequenties keuzes accepteren



Coach

- Verbinding door zorgzaam te zijn
- Ander eigen keuzes laten maken
- Afstandelijk betrokkenheid
- Ander in staat stellen te leren en vaardiger te worden
- Helpt indien gevraagd / NIVEA

Groeidriehoek

Dramadriehoek

Aanklager

- Beschuldigt anderen
- Anderen een toontje lager laten zingen
- Anderen deugen niet
- Onderschat andermans bekwaamheden
- Verbinding uit boosheid



Slachtoffer

- Niet zelf iets ondernemen/kiezen
- Verbinding vanuit zelfmedelijden en/of zelfbeklag
- Anderen/omstandigheden zijn de oorzaak van mijn problemen
- Onderschat eigen kwaliteiten
- Kan alleen bestaan met redders



Redder

- Neemt zaken van anderen over (om zichzelf een goed gevoel te bezorgen)
- Kan alleen bestaan met slachtoffers
- Vaak gehecht aan waardering, triomf
- Lost zaken op voor anderen (helpt ongevraagd)
- Denkt voor ander / Bemoeizuchtig

Agressie

Depressie / Burn-out

Frustratie / Wanhoop

Achterwaarts richting Verstarring, Stagnatie, Uitsluiting