	Reguliere begeleiding van naasten	Boonstra-methode
Visie	Hoe blijft de naaste staan naast de ander?	Wie is de naaste zelf naast de ander?
Doel	Gedrag van de ander in betere banen leiden	Eigen gedrag herkennen en veranderen
Focus	Gericht op de ander met de psychische problematiek	Gericht op zichzelf en de onzichtbare dynamiek tussen de naaste en de ander
Begeleiding	Acties zijn gericht op de ander	Acties zijn gericht op zichzelf
	Naaste vertelt veel over thuissituatie waarin de ander centraal staat	Naaste vertelt over eigen situatie vanuit de ik
	Luisteren en doorvragen om situatie concreet te krijgen	Luisteren en spiegelen
	Werken in de bovenlaag	Werken in de onderlaag, waardoor de onzichtbare dynamiek beïnvloedt wordt
	Grenzen stellen tegen de ander	Grenzen stellen voor de naaste zelf
	Naaste helpen controle te houden	Naaste vertrouwen laten ontdekken
	Je eigen gevoel onder controle houden	Naaste bewust laten worden van het eigen gevoel en dit gaan vastpakken
Transactionele analyse	Valkuil redderssyndroom	Relatie coach – cliënt = volwassene – volwassene
	Naaste wil gered worden, wil tips krijgen die werken	Naaste is verantwoordelijk voor eigen gedrag en vraagt inzicht en feedback op het eigen handelen
Systemisch coachen	Ouder zegt wat kind anders moet doen	De ouder is het voorbeeld voor het kind
		De naaste is zich bewust van de invloed vanuit het eigen systeem van herkomst op de partnerrelatie
	Ene partner neemt verantwoordelijkheid voor de andere partner	Gelijkwaardigheid tussen partners
Effect	Naaste voelt zich verantwoordelijk om therapie voor de ander te vinden	Naaste geeft verantwoordelijkheid voor therapie (zoeken) aan de ander
	De naaste vraagt tips en probeert deze toe te passen met weinig blijvend succes	De naaste ontdekt zijn eigen handvatten en kan deze blijvend integreren
	Er verandert niet echt iets in de thuissituatie	De thuissituatie verandert positief voor het hele gezin
Overtuiging	Als het met de ander goed gaat, dan gaat het met de naaste goed	De naaste is verantwoordelijk voor het eigen geluk
	Het is moeilijk want de ander heeft een diagnose	Ongeacht de complexheid van de situatie kan de naaste eigen ruimte innemen
	De naaste heeft geen diagnose, dus de ander moet veranderen	De naaste zelf kan veranderen waardoor de situatie verandert

Heb je vragen of wil je reageren?
Mail naar info@sterkineigenkracht.nl of bel/app naar 0681941059