



Uitdiepen van het proces

VALKUILEN wanneer mentaliseren moeilijk gaat

Overmatig zeker

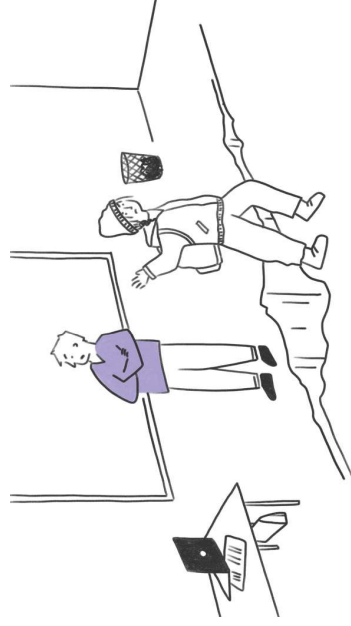
TEGEN

Wat ik voel en denk is waar.

"Het is gewoon zo!"

"altijd - iedereen - nooit - niemand"

Neiging om te overtuigen, te discussiëren en te argumenteren, je voelt je vastzitten.



Nood aan bewijzen

VOOR

Mentale toestanden kunnen enkel aangetoond worden door tastbare bewijzen of onmiddellijke acties.

Neiging om meer te doen dan je eigenlijk wil, je voelt een appèl, je voelt je als het ware gemanipuleerd om iets aan te tonen, te doen (bv. oplossing, advies, ...)
Het voelt alsof jij vooral 'aan het geven' bent.

Alsof

NIET

Woorden en gevoelens zijn los gekoppeld van realiteit.

Erg cognitief/schijnbaar mentaliseren. Beetje een blabla gevoel.

Neiging om af te haken en verveeld te geraken, geen energie meer, het maakt niet meer uit, ...