

Ambivalentie

Ik wil wel..... ik wil niet.

Het antwoord op de vraag 'wil ik iets doen?' kent vaak 2 kanten 'ja natuurlijk wil ik iets doen aan mijn gewicht want ik wordt gepest' en tegelijkertijd 'ik twijfel of ik het wel wil want ik wil gewoon mee kunnen eten met de anderen'.

Twee kanten voelen van iets is een hele normale ervaring en wordt weergegeven met het begrip ambivalentie. Het verkennen van de ambivalentie van de senior is van belang.

Door zorgverleners kunnen deze tegenstrijdige gevoelens geïnterpreteerd worden als niet gemotiveerd zijn, of dat er iets mis is met de kennis of mentale staat van de senior. Ook de senior zich vaak niet bewust van hun ambivalentie. Het is echter heel normaal.

Het oplossen van de ambivalentie is de sleutel om tot verandering te komen. Het verkennen van de ambivalentie is daarvoor van belang.

Bij het verkennen van de ambivalentie speelt het afwegen van voor – en nadelen een rol. De huidige situatie kent voordelen en nadelen. Veranderen heeft ook voordelen en nadelen.

Wat zijn de voor- en nadelen van de huidige situatie en de voor- en nadelen van veranderen vanuit het perspectief van de senior?