

Närståendekontakter –

Kvinnors behov och bemötande

Kan sätta ord på känslor
Van att tala om känslor
Aktiv samtalare
Kvinnlig/manlig samtalare ?
Söker hjälp själv
 Känns inte bra
Kunskap om var hjälp finns
Vill dela problemen med andra
Vet hur andra har haft det
Läser om relationer
Större social nätverk
 Ibland begränsa kontakterna
Vill ha ögonkontakt
Frågar om råd och hjälp
"Vanlig" depressivitet,
"Vanlig" nedstämdhet
Vågar släppa taget - kämpa
Mindre suicidrisk
Psykologisk medveten
Talar även om kroppens reakt
Bekräfta normaliteten
(Dina reaktioner är normala)
 Livet blir väl bra
Beskriv i känslotermer
Ta vara på uthålligheten
Sexualiteten oviktig
Gärna tidsbestämda samtal
Bestäm gärna ett antal ggr
Ordentligt avslut

Samtalar för att förstå
Ser gärna tillbaka
Glöm inte barnen/barnbarnen

– Könsaspekter

Mäns behov och bemötande

Har sällan ord för känslor
Ovan att tala om känslor
Aktiv och utfrågande samtalare
Kvinnlig/manlig samtalare ?
Blir skickad till hjälp
 Något fungerar inte
Liten kunskap om hjälpmöjligh
Bra karl reder sig själv
Dålig kunskap om andras liv
Läser fakta
Litet social nätverk
 Vem har Du
Vill inte ha ögonkontakt
Frågar inte om råd och hjälp
Utagerande depression
Undflyende nedstämdhet
Antingen stark eller svag
Dubbel suicidrisk
Psykologisk omedveten
Visa även på kroppens reakt
Bekräfta normaliteten
Dina reaktioner är normala
 Jag blir väl bra
Beskriv i tekniska termer
Ta vara på projekt tänkandet
Sexualiteten mycket viktig
Bestäm från gång till gång
Lämna öppet antal ggr
Uteblir ofta sista gången
 Vi slutar idag
Lönar samtalet sig - förändring
Vill vidare, tjata inte
Glöm inte barnen/barnbarnen

Lennart Björklund

Leg psykoterapeut, aukt socionom, diakon
031 168355
www.psykoterapeut.nu -
info@psykoterapeut.nu