



Oxford
T 040 – 280 2828

Het Aanpakken van Ups & Downs in het Leven

Als het bij iemand steeds op en neer gaat met stemmingen of de persoon weet geen blijvend succes te boeken op een gebied van het werk of het leven in het algemeen, dan zit het probleem vaak dieper dan men in eerste instantie vermoedt omdat er sprake is van suppressie^{*1}.

*1 SUPPRESSIE - suppressie is "een schadelijke intentie of daad waar men niets tegen kan doen". Dus als men er ook maar iets tegen kan doen, is het minder suppressief (zie *2).

*2 SUPPRESSIEF - schade berokkenend, de eigenschap of uitwerking hebbend iemand schade toe te brengen of hem op de een of andere manier te kleineren.

Bij suppressie is er altijd een ander die in contact staat met en op de een of andere manier een negatieve invloed heeft op de betrokken persoon. Het is natuurlijk mogelijk dat er iemand is, in de directe omgeving van de persoon, die hem of haar invalideert^{*3}. Heel vaak blijkt ook dat suppressie uit het verleden van de persoon wordt gerestimuleerd^{*4} door bepaald gedrag van mensen in de huidige omgeving, dat echter niet zelf de oorzaak is van de situatie.

*3 INVALIDEREN - het verlagen of tot niets maken van iemand of iets. Het in twijfel trekken of ontkennen van wat iemand anders als een feit beschouwt.

*4 RESTIMULEREN - restimulatie veroorzakend. Restimulatie betekent het opnieuw in werking treden van een vroeger pijnlijk voorval, dat vervolgens invloed uitoefent op het lichaam en de persoon zelf.

Opzettelijke invalidatie van een persoon, vooral als er andere mensen bij zijn, kan iemand behoorlijk van streek maken. Maar ook een tactloze opmerking of zelfs oprechte hulp aan iemand kan onbedoeld onverwerkte situaties uit zijn of haar verleden weer oprakelen (zie *4 hierboven).

Hoe dan ook, als iemand emotioneel door iets getroffen wordt en er niet goed raad mee weet of op de een of andere manier van streek raakt, dan komt de persoon in moeilijkheden. Hij of zij wordt PTS^{*5}, een potentiële bron van moeilijkheden.

*5 PTS - POTENTIËLE BRON VAN MOEILIKHEDEN (Engels: Potential Trouble Source), iemand die in contact staat met een suppressieve (zie *2) persoon die hem, zijn vorderingen, doeleinden, verworvenheden en zijn leven invalideert (zie *3). Hij of zij is een bron van moeilijkheden, omdat de persoon van streek zal raken. De persoon is een bron van moeilijkheden, omdat hij of zij moeilijkheden zal maken. Het leidt tot ziekte en roller-coasteren (zie *6) en is de oorzaak van ziekte en roller-coasteren.



Oxford
T 040 – 280 2828

- *6 ROLLER-COASTEREN - iemand die beter wordt, weer achteruitgaat, beter wordt, weer achteruitgaat. Iemand die roller-coastert staat altijd in contact met een suppressieve persoon en zal niet gestadig vooruitgaan totdat de suppressieve persoon wordt gevonden en de situatie wordt opgelost. Omdat de persoon niet echt beter wordt, is hij of zij een potentiële bron van moeilijkheden voor ons, voor anderen en vooral voor zichzelf.

Hoewel een PTS-situatie in eerste instantie misschien erg ingewikkeld of moeilijk lijkt, is het veelal eenvoudig aan te pakken en op te lossen met het **Programma voor het Aanpakken van Ups & Downs in het Leven**^{*7}.

- *7 PROGRAMMA VOOR HET AANPAKKEN VAN UPS & DOWNS IN HET LEVEN - Er is een speciale actie voor mensen die op de een of andere manier te lijden hebben van suppressie in hun leven. Het is een praktijkgerichte individuele aanpak met intensieve persoonlijke begeleiding. Mensen die dit programma hebben gedaan, kunnen daarna veel beter tegenslagen verwerken en weer vat krijgen op negatieve invloeden op hen vanuit hun omgeving. Situaties die voorheen steeds de kop opstaken, hebben dan lang niet meer zoveel invloed op de persoon, waardoor hij of zij effectiever dingen kan gaan aanpakken.

Ziekte, onzekerheid, onvermogen iets te doen, vergissingen, wisselend succes, verwarring, of depressies kunnen allemaal indicaties zijn van een PTS-situatie.

Als iemand denkt: "Daar is toch niets tegen te doen" of men heeft al van alles geprobeerd en "niets werkt" (zie *1), dan is het heel verstandig dit als PTS-situatie te behandelen (zie *5), als men tenminste een einde wil maken aan de situatie.

Het **Programma voor het Aanpakken van Ups & Downs in het Leven** wordt gedaan onder supervisie van een ervaren begeleider. Het eindproduct is iemand die effectiever ups & downs in het leven kan aanpakken, oorzakelijker is tegenover suppressie in de omgeving en die deze suppressie kan aanpakken.

Intensieve persoonlijke begeleiding

Duur: 6 tot 8 dagen (minimaal 1 dag per week)

Start: in overleg