

het systeem te resetten. Indien er sprake was van meerdere buisjes, kan uitgetest worden of alle buisjes gelijktijdig kunnen worden behandeld of dat er bepaalde (combinaties van) buisjes apart behandeld moeten worden. Aansluitend wordt de verantwoordelijke meridiaan met behulp van pijncontrole (techniek van Touch for Health) schoongemaakt, ten einde de blokkades op een dieper niveau te doorbreken.

Extra mogelijkheden

Via de 'more-mode' kan vervolgens uit de eigen rugzak nog toegevoegd worden wat nodig is. Om enkele voorbeelden te geven vanuit de gezondheidstriade: er kan worden gedacht aan structurele technieken zoals een 14 (of meer) spierenbalans op het doel, specifieke spieren rondom nek en schouder, technieken in verband met schedelbeenderen, kaken, nekwerfels, waaronder de atlas of een houdingsanalyse (vooral ook zittend). Wat betreft de chemiekant van de driehoek kan provocerende voeding getest worden of bijvoorbeeld de Riddlerpunten i.v.m. tekorten of blokkades op opname. En in de emotionele hoek kan gewerkt worden met de orgaanreflexpunten of zoeken naar emoties achter het

probleem. Bij migraine speelt omgaan met conflicten soms een rol, dus kan het zinvol zijn te checken of de cliënt goed kan opkomen voor zichzelf. Verder is een leeftijdsrecessie naar leeftijd van oorzaak of naar essentiële leeftijd in relatie tot het probleem aan te raden. Mocht je zelf technieken als LEAP of brainformatting in huis hebben, dan lenen die zich uiteraard ook voor waardevolle aanvullingen, al was het maar om een patroon te kunnen doorbreken via de amygdala. De behandeling wordt vervolgens afgesloten met het masseren van de chakra-acupunctuurpunten. Daarna worden alle gevonden onbalansen uit de set-up nog nagegetest om te ankeren. Indien er sprake was van een specifiek allergeen dient de vermijdingstijd ervan te worden uitgetest en krijgt de cliënt het bijbehorende dieet mee.

Tot slot

Los van het ongemak, kan migraine -en dan vooral de vertekende kijk op de realiteit en de gekartelde of flitsende vormen- ook wat moois opleveren. Sommige onderzoekers wijzen erop dat de surrealistische schilderijen van kunstschilders als Giorgio de Chirico en Salvador Dalí geïnspireerd kunnen zijn door migraineaanvallen (anderen gaan

overigens uit van hallucinerende stoffen waarmee in die kringen ook ruimschoots werd geëxperimenteerd). Wel is bekend dat Lewis Carol (bedenker van Alice in Wonderland) leed aan een vorm van migraine die hem dingen groter of juist kleiner deden zien dan ze waren. De Britse Migraine Action Association organiseert in elk geval al enkele decennia beeldende kunstwedstrijden voor migrainepatiënten, wat vaak interessante beelden oplevert. Als je meer wilt weten over TAT kun je bij TOPKI informeren naar de cursussen.

Bronnen:

Beerlandt, C. (2009). De sleutel tot zelfbevrijding, Beerlandt Publications, Nazareth
Niekerk, I., & Kamhooft, J. (2008) Transformerende Allergie Technieken (TAT), JOIN reload1.noorderlicht.vpro.nl/artikelen/18794492/www.artikeltjes.com/artikeltjes/53/1/Symptomen-en-oorzaak-migraine
www.levenmetmigraine.nl
www.wikipedia.nl/wiki/migraine

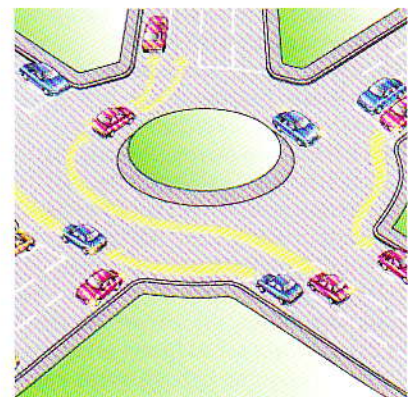


Sabotagegedrag: Overtuigingen

Zomer 2011. Aan boord van een schip van DFDS Seaways masseren we de switching puntjes, vouwen de oren uit, voeren de correcties voor de ogen uit en stappen in de auto. We arriveren met de boot in Dover en rijden de haven uit. Grote borden begeleiden ons met de tekst: 'KEEP LEFT'. Eén van ons rijdt. De rest zit op het puntje van de stoel en ondersteunt de chauffeur met adviezen: 'Links aanhouden, links! Op de rotonde rechts kijken en met de

klok meesturen, ja het kan, nee je moet daarin, nee daarin...! Let op, van rechts komt een vrachtwagen!'

Gelukkig rijdt al het verkeer aan de, voor ons, verkeerde kant van de weg en al snel verloopt het autorijden wat soepeler. De achterbank ontspant en zet de I-Pod weer op het hoofd. Nog meer verwarrends dient zich aan. Op de heldere verkeersborden staan de afstanden en snelheden



duidelijk aangegeven. Echter in mijlen in plaats van in kilometers. Snel rekenwerk is vereist. Hoe hard mag je hier nu en hoe ver is het nog rijden?

De Britten zijn zich er echter heel erg van bewust dat het menselijk brein voor een heel groot deel automatisch reageert. Bij iedere redelijk drukke kruising staat voor buitenlandse voetgangers met grote witte letters op het asfalt geschreven naar welke kant je moet kijken voordat je het waagt om over te steken: LOOK RIGHT.

Een reis naar Engeland is sowieso aan te bevelen, maar het houdt zeker ook het brein soepel! Meerdere onderzoeken hebben aangetoond dat dementie minder hard toeslaat als je zaken eens anders doet dan je gewend bent. Het ochtendritueel eens anders aanpakt, de krant van achter naar voren doorbladert of iedere dag een andere route loopt met de hond, etc. Het blijkt namelijk dat routine zich ook vertaalt in de hersenen. Hoe meer dezelfde handelingen worden uitgevoerd, hoe steviger de signaalpatronen zich in ons brein inslijten. Metaforisch beschrijven we iemand die zich niet echt soepel aan een situatie kan aanpassen nog wel eens als: hij is zo soepel als een blok beton. Hij kan moeilijk buiten de gebaande paden treden.

Al in de baarmoeder leren wij. Tijdens de conceptie en de eerste zeven levensjaren wordt onze kijk op de wereld gevormd, ons persoonlijk perspectief waar vanuit wij reageren op het leven van alle dag. Dit is het niveau van de overtuigingen. Zowel de helpende als de beperkende. Binnen de psychologie en communicatiebranche vind je ontelbare stromingen die allemaal ingaan op over-tuigingen. Ze worden lang niet altijd zo genoemd. Je vindt ze terug onder namen als: aanname, introject, grondhouding, kleuring, negatieve kern overtuiging, innerlijk besluit, stigma, beïnvloeding, etc.

Een andere benaming voor overtuiging vinden we terug in het werk van Robert L. Goulding MD en Mary McClure



Goulding M.S.W. Zij ontwikkelden redecision therapy dat het werk combineert van Eric Berne (Transactionele Analyse) en Fritz Perl (Gestalt Therapy). Zij werken met Stoppers en Drivers. In de cursus Transactionele Analyse, een communicatie cursus, komen Stoppers en Drivers uitgebreid aan bod. Stoppers zijn verboden die je afremmen. Drivers zijn geboden die je opjagen. Beide hebben invloed op je gedrag en emoties.

Stoppers zijn:

1. Besta niet!
2. Wees niet belangrijk!
3. Hoor er niet bij!
4. Houd afstand!
5. Voel niet!
6. Denk niet!
7. Wees niet je eigen sekse!
8. Wees niet gezond!
9. Slaag niet/heb geen succes!
10. Groei niet op!
11. Wees geen kind!
12. Doe niets!

Drivers zijn:

1. Doe je best!
2. Maak voort + werk hard!
3. Wees perfect!
4. Wees sterk!
5. Doe anderen een genoegen!

Er zijn even zoveel helpende als beperkende overtuigingen. Degene die bepaalt of een overtuiging helpend dan wel beperkend is, is te allen tijde de cliënt zelf. De context waarin het individu leeft (cultuur, geloof, klimaat, fysieke mogelijkheden en onmogelijkheden, etc.), bepaalt zijn gezichtspunt. Velen die in het voormalig Oost-Duitsland woonden, waren aanvankelijk blij met de val van de verstikkende, afscheidende muur. Al snel bleek dat een groot deel van de bevolking geen idee had, hoe te handelen in een westerse kapitalistische markteconomie. Wat eerst als beperkend werd ervaren, werd later iets om

naar terug te verlangen: een samenleving waarvan je wist waar je aan toe was qua werk, scholing en gezondheidszorg.

Daar ieder mens dus vol helpende en beperkende overtuigingen zit, kom je regelmatig cliënten tegen in de praktijk met problematiek die hiermee samenhangt. In de praktijk vraagt het werken met overtuigingen aardig wat van de therapeut. De grondhouding, kaders of innerlijke besluiten van de cliënt dienen te worden gerespecteerd, hoezeer ze ook afstaan van de eigen grondhouding, kaders of innerlijke besluiten. Kinesiologisch technisch kun je er ook nogal eens over struikelen. Als iets diep is ingesleten in het systeem van de cliënt zal een stelling, uitgesproken door de cliënt, sterk testen ('ik ben dom', 'mannen zorgen voor het hoofdinkomen', 'verkeer van rechts heeft voorrang', 'jongens zijn veel drukker dan meisjes', 'Marokkanen zijn crimineel'). Dat betekent dat het lichaam van de cliënt, de uitgesproken stelling als NIET stressvol ervaart. Het systeem accepteert deze stelling als waarheid.

Normaliter zou een dergelijke testuitslag - de spieren testen sterk - niet lijden tot een correctie. In het geval van een overtuiging met een mogelijk beperkend karakter, dient de testuitslag toch be-sproken te worden met de cliënt. Is het handig dat deze stelling sterk test? Als de cliënt inziet dat het beeld dat hij heeft hem afhoudt van voortgang in zijn proces en het behalen van het gestelde doel, kan er alsnog worden gecorrigeerd.

De cursus Stress Release 5 – Personality Traits van Wayne Topping gaat hier over. Cursusdata vind je terug op de website van het Wellness Kinesiology College: www.welkin.nl.



Tekst:
Monique van der
Starre