

Weten

Ik heb meer dan zeventig jaren levenservaring.

Meerdere beroepsopleidingen voltooid.

Bijscholingen gevolgd.

Tienduizenden gesprekken gevoerd.

Honderden boeken gelezen.

Duizenden uren lessen en sessies gegeven.

Maar als ik een nieuwe cliënt krijg,

dan weet ik niets.

Dan ben ik blanco.

Dan luister ik

en leer dat alles toch weer anders is.

Rob Zondag

Voorwoord: Waarom dit cursusboek?

De Mentaal-Emotieve Training of IMET-methode is een op de praktijk gebaseerde nieuwe behandelvisie gericht op ernstige psychische klachten zoals eet-, angst-, dwang- en identiteitsstoornissen.

Ze vindt haar fundamenten in de algemene kennis van de psychologie, de toevoeging van de filosofie en het heel zorgvuldig luisteren naar en waarnemen van de individuele en onbewuste structuren van de cliënt.

De methode is in veertien jaren tijd ontwikkeld vanuit de behandeling van ruim vierhonderd mensen met deze klachten door heel intensief vanuit hun eigen structuur aan oplossingen te werken. De resultaten zijn al die jaren in statistieken bijgehouden en resulteren al meer dan acht jaren in genezingspercentages die schommelen tussen de 60% en 65%. Dankzij de voortschrijdende inzichten die tot verfijningen leidden werden in die periode ook steeds complexere klachten met succes behandeld. Dat duurzame resultaat werd verkregen enerzijds door gebruik te maken van de persoonlijke psychische structuren van de persoon, anderzijds door de procedure die wordt gevolgd: kennismaking, vertrouwen opbouwen, behandelen, nazorg en monitoring.

Wie met iets nieuws komt heeft heel veel uit te leggen

Dat doen we ook in dit cursusboek, dat zich vooral richt op mensen die direct betrokken zijn bij een familielid of partner die aan een van deze klachten leidt. Er zijn mensen die voldoende hebben aan schriftelijke informatie, anderen willen meer. Daarom is er naast dit boek de mogelijkheid om de cursus te volgen die dieper op de informatie uit dit boek ingaat, en waarin ook de koppeling gemaakt wordt naar de praktijk van het omgaan met iemand die lijdt aan een eet-, angst-, dwang- of identiteitsstoornis. De cursus bestaat uit 3 los te volgen opeenvolgende modules van 2 dagen. Elke module omvat 2 hoofdstukken. Dit boek vormt de basis en leesstof bij de cursus, en heeft extra ruimte naast de tekst om aantekeningen te kunnen maken. Voor meer informatie over de cursus verwijs ik u naar de website www.imet.nl of kunt u contact opnemen.

De inhoud van het boek en de cursus is ook bestemd voor mensen die meer over de drijfveren van hun eigen gedachten, emoties en gedrag willen weten. "Waarom doe ik dingen die ik niet wil en wat is de oorzaak dat ik dingen in mezelf niet kan veranderen?". De dingen gebeuren omdat aan alle voorwaarden is voldaan om ze te laten gebeuren, en dan kan het niet anders zijn dan dat ze gebeuren.

Verder behoeft het geen betoog dat van alles dat wij kennen niets zo complex is als de mens in zijn samenleving. En uit die complexiteit kan een bijna onbegrensd aantal factoren ontstaan die de kwaliteit van het leven ernstig kunnen verstoren.

De Mentaal-Emotieve Training gaat in op een veelheid aan details die bij iedere persoon weer anders als veroorzakers van de klachten tevoorschijn komen.

In de loop van de afgelopen veertien jaren heb ik talloze menselijke structuren leren kennen en ik verwonder me nog steeds wat daar allemaal in gebeurt.

Introductie

Merel

Merel is vijftien jaar. Ze lijdt onder haar zelfbeeld. Ze ziet er niet uit, vindt ze zelf. Alles is te veel en te dik aan haar. Ze is één meter zeventig lang en weegt negenendertig kilo. Het leven is moeilijk voor haar. Alles is onzeker en moet onder controle blijven. Daar zijn dwang en rituelen voor. Ja, ze mist haar identiteit en weet niet wie ze is. Ze heeft overal afspraken over en vecht tegen de honger. Haar lichaam is teveel en daar moet nog veel meer vanaf.

We hebben vandaag de eerste sessie. Ze staat naast haar fauteuil, wil niets drinken en ook niet gaan zitten. Aan haar arm hangt via een smalle band een zware volledig gevulde schooltas. Daar moeten al haar schoolboeken van de hele week in zitten. Ik zie de striem net naast de band van de tas op haar dunne arm. Haar huid zit direct op haar bot. De eenzaamheid en ontkenning stralen van haar af. Ze is aandoenlijk zoals ze daar staat en vecht voor haar geluk. Angst voor wat haar nu weer afgenomen wordt straalt uit haar hele verschijning. Ze is al zoveel kwijt. Ik weet het. Ik ken deze mensen. Ze kennen alleen verlies. Ze zijn niets waard en alleen maar een last voor zichzelf en voor anderen.

Laatst is ze weggelopen van de kliniek. 12 kilometer naar huis in hoog tempo. Weg van de angst, weg van de overheersing en onvrijheid. Weg van het eten en de vetmesterij. Ze wilde niet terug; onder geen voorwaarde. En nu begint ze bij mij. Alweer een behandeling. Alweer moeten doen wat een ander zegt. Ze staat daar, strak en stram. Een brok verzet, als een uitgeteerde stakende dokwerker. Ze is er niet. Staart strak voor zich uit en beschermt zich tegen elke nieuwe aanval van weer zo'n therapeut. Van haar had het allemaal niet gehoeven. Er mankeert niets aan haar.

Ik bevestig haar slimheid. Ja, een uur zo staan kost je tien kilocalorieën en met zo'n zware tas misschien wel dertien. In de anderhalf uren die de sessie duurt, verbrandt ze zo een kwart onbelegde boterham. En alle beetjes helpen. Even kijkt ze me onderzoekend en argwanend aan. Ik weet niet wat er in haar omgaat, maar zie angst en weerstand in haar blik.

Ik pak een handdoek en vouw die tot een smalle maar dikke strook. Dan vraag ik of ik even aan haar mag komen en beloof haar niets van haar af te pakken. Dan leg ik de handdoek op haar schouder en leg daar de smalle band van de schooltas op.

We hebben de sessie staande gehouden, waarbij ik me beperkte tot het uitleggen hoe ik werk. Geen moeilijke en bedreigende vragen. Maar gewoon rust, eenvoud en ontspannen.

De volgende sessie herhaalde zich dit alles. De handdoek over haar schouder en de tas daaraan hangend. Anderhalf uur staan. Geen commentaar, geen kritiek, maar blijk van begrip en respect voor haar angst en weerstand.

De derde sessie vroeg ik haar na een korte tijd of ik mocht gaan zitten. Ze leek verbaast dat ik haar de toestemming daarom vroeg. Tien minuten later zat ze ook op het puntje van haar stoel met de tas op haar schoot. Ik vroeg haar wat ze aan de kamer wilde veranderen,

zodat het haar werkkamer was, maar dan niet door meubels te gaan verschouwen, maar een kleine ingreep die voor haar toch belangrijk kon zijn. Ze begreep het niet. Het was toch mijn kamer. Nee, zei ik. Als zij er was, was het haar werkkamer. Ze zocht om zich heen en vroeg of het raam dan open mocht. Ze hield van frisse lucht en van buiten zijn. En zo kwam buiten binnen. Vanaf dat moment hebben we zomer en winter de sessies met open raam gehouden.

Nu is Merel een persoonlijkheid met een gezond gewicht geworden. Heeft ze haar eigen identiteit terug gevonden en doet de dingen zoals zij die bij haar vindt passen. Ze staat midden in haar wereld, voert de regie over haar leven en weet goed gebruik te maken van de samenleving om haar eigen doelen te realiseren.

En zo waren en zijn er meerderen

Zo hebben we bij IMET veel mensen weer helemaal bij zichzelf kunnen krijgen, vrij van angst en dwang door naar ze te luisteren. Door te horen hoe zij zelf via hun eigen structuur weer uit die overlevingsstrategie konden komen. Ze zijn nu vrij van angst voor veranderingen, want de veranderingen die zij doormaakten, sloten nu wel aan op wie ze in werkelijk zijn.

Geen vreemde meer voor zichzelf zijn; geen angst meer voor overheersing van ideeën die niet passen en toch een gezond meewerkend onderdeel worden van die grote samenleving waarmee ze zoveel kunnen uitwisselen.

Veel stoornissen zijn ontstaan omdat mensen veel indrukken uit de samenleving aangeboden kregen die niet bij hun oorspronkelijke structuur pasten. Ze zwalkten tussen eigenheid en de niet daarop aansluitende verwachtingen en eisen uit de omgeving. Dat leidde tot overlevingsstrategieën. En naar mate zij die strategieën steeds meer in gedrag omzetten, nam het compensatiegedrag en de druk van de overlevingsstrategie toe.

IMET luistert onvoorwaardelijk. Veiligheid en gelijkwaardigheid, interesses in de belevingen van de ander mogen de weerstand bij die ander verminderen. Argwaan naar de behandelaar die ook uit die niet begrijpende buitenwereld komt, mag omgezet worden naar vertrouwen. Dat kost tijd. Vervolgens mag op basis van dat vertrouwen een ander zelfbeeld worden ontwikkeld. Dat gebeurt vanuit de eigen logica die de behandelaar bij die persoon oproept. En wanneer de persoon weer op zichzelf kan vertrouwen, dan pas is er ruimte om ook de samenleving weer te vertrouwen. Dit is een proces dat tijd vraagt. Tijd en veel energie van de veranderende persoon. Het is de herontdekking van het zijn en de realistische plaats in de samenleving vinden.

De kracht van deze methode is dat de veroorzakers als bronnen van de klacht volledig worden opgeruimd en er geen structuur overblijft voor terugval of ander compensatiegedrag.

Ontwikkeling van de visie

Als ontwerper van de Mentaal-Emotieve Training, had ik nooit de ambitie een nieuwe therapeutische methode te ontwikkelen. Mijn achtergrond is samen te vatten als het ontwikkelen van zeer uiteenlopende communicatie projecten. De kern daarvan was steeds

vernieuwend te zijn en door de markt gewenst. Op de achtergrond speelden steeds mee de psychologie, (vanuit welke structuren reageert de mens?) de filosofie, (hoe waar is waar en zou het anders, beter kunnen?) en de marketing (wat wil de samenleving en wat willen de mensen individueel?)

Op vierenvijftig jarige leeftijd koos ik er voor om toch nog een jongensdroom in vervulling te laten gaan: het intensief werken met mensen om ze kwaliteit in het leven te geven. Ik koos voor een brede opleiding, actief werken met zowel het bewuste als het onbewuste. Het werd de eclectische integratieve hypnotherapie.

In mijn nieuwe werk verbond ik weer de psychologie met de filosofie en het vraaggericht aanbieden van de begeleiding. Mijn andere manier van werken trok de aandacht van mensen die zonder de gewenste resultaten te hebben bereikt toch van hun klacht af wilden. En zo leerde ik van al mijn cliënten hoe bijzonder het is telkens weer te mogen ontdekken hoe anders drijfveren kunnen zijn en hoe verschillend menselijke structuren zijn. In 1999 richtte ik IMET op, het Instituut voor Mentaal Emotieve Training. En in 2001 deelde ik de kennis met collega's die met IMET gingen samenwerken.

Inmiddels werken we veertien jaar vanuit IMET en hebben een breed pallet aan kennis en ervaringen opgebouwd die tot een specialisme hebben geleid. Samengevat benoemen we de klachten die we behandelen: eet-, angst-, dwang- en identiteitsstoornissen.

Gelijktijdig met deze publicatie verschijnt ook het boek: "Brigitte, van anorectische schaduw tot veroveraar" 'Het behandelproces in sessieverslagen van een ernstige anorexia patiente'

Hoofdstuk 1

Deze cursus gaat over warmte en betrokkenheid naar jezelf en naar de ander. Hij gaat over het leren begrijpen welke drijfveren tot gedrag leiden, zodat je met meer inzicht, begrip en geduld, aandacht en liefde, kunt geven aan die personen aan wie je dat zo sterk gunt. Het geeft inzicht in praktische en theoretische structuren die achter gedachtes, emoties en gedrag liggen. Structuren die een belevingswereld vormen.

Wie de menselijke en daarmee maatschappelijke structuren begrijpt, gaat vrijer om met verschillen, met tegenslagen en met veranderingen. Die weet dat achter elk proces logische drijfveren zijn. Die begrijpt dat de werkelijkheid anders kan zijn dan zij leek te zijn. Die kan geïnteresseerd raken en nieuwsgierig worden in de totaal andere belevingswereld van een ander. Liefde, zorgzaamheid en sturing kunnen vrijer worden, vanuit meer openheid en begrip doordrongen zijn; sterkere verbindingen leggen en betrokkenheid versterken.

Om dit alles te bereiken kan het nodig zijn om de momenten van kennisvergaring uit warmte van de betrokkenheid en empathie te stappen en zo objectief mogelijk structuren te onderzoeken en deze ons bewust te worden. Soms moet je eerst in de kilte van de analyse stappen om daarna de warmte van de daaruit ontstane inzichten te kunnen ervaren.

De behandeling

IMET behandelt anders

De meest toegepaste behandelingen voor eet- angst- en dwangstoornissen zijn de cognitieve gedragstherapieën. Vanuit het hier en nu anders leren omgaan met situaties. Andere gedachten te creëren, van waaruit andere emoties ontstaan. Angstbeheersing door situaties anders, vaak minder bedreigend, te interpreteren. Angstreductie leidt tot vermindering van dwang. En ongrijpbare angst wordt meestal veroorzaakt uit een opeenstapeling van negatieve ervaringen. Die kunnen al op zeer jonge leeftijd zijn ontstaan, en weggezaakt zijn in het onbewuste. De kennis en de vaardigheden van de behandelaar in de omgang met dit onbewuste is een krachtig instrument om de verborgen drijfveren, die bij de cognitieve gedragstherapie toch blijven doorwerken, aan te pakken. Deze onaangetaste drijfveren zijn vaak de oorzaak van terugval of van ander compensatiegedrag.

De Mentaal Emotieve training werkt vanuit het veranderen van verdrongen negatieve ervaringen, naar inzicht en het veranderen van deze ervaringen naar neutrale of zelfs constructieve ervaringen. Zij richt zich op het veranderen van de instandhouder en het veranderen van het gedrag. En elke verandering moet passen bij de structuur van de persoon die vanuit haar concept wordt geïnspireerd en aangestuurd. IMET richt zich op het terugvinden van de oorspronkelijke identiteit door de persoon zelf, door deze te leren via het eigen natuurlijke concept waar te nemen, te interpreteren en uit te voeren. Dat geeft de persoon zelfvertrouwen en maakt haar betrouwbaar en constant in haar denken, voelen en doen.

Daar zit de oplossing; daar zit ook de oorzaak. Dat is niet bij toeval ontdekt. Het was het logische resultaat van steeds weer intensief luisteren naar de deels verscholen processen die de klacht bij de cliënt veroorzaakten. Luisteren, stil en onvoorwaardelijk luisteren, ongefilterd door vooringenomenheden of op voorhand bekende statistieken. Luisteren, teruggeven, doorvragen, de afweermechanismen leren kennen en er omheen kunnen gaan. Uit de diepte van het onderbewustzijn de verdrongen werkelijkheid horen. No-nonsense, gespeend van speculaties en mystificaties. Nooit invullen maar vragen, professioneel doorvragen; direct, indirect, via metaforen, het bewuste of onbewuste. Verbaal en non-verbaal. Partner worden in het zoeken naar de werkelijkheid, die zo moeilijk voor de cliënt was. En de cliënt laten ontdekken dat er toch iemand is die aan haar kant staat en haar wil begrijpen. Dan komen de veroorzakers naar boven; dan durft het verzet selectief even aan de kant te gaan staan, en komen aarzelend de angsten naar buiten en maken plaats voor vertrouwen. Dat is een kort moment van latent en kwetsbaar vertrouwen. Dan hoor je als begeleider hoe de eigen identiteit van de persoon veilig opgeborgen is, om niet nog meer gekwetst te worden. Dan hoor je in de volwassene of jong volwassene de gekwetstheid van het hele jonge kind, dat haar gekwetstheid en onzekerheid periode na periode steeds aan de opgroeiende persoon doorgeeft. Dan vertelt de persoon, zonder het zelf te beseffen, wat je als begeleider kan doen om haar van haar angst en opgeslotenheid te bevrijden.

Nagenoeg alle uitingsvormen van angst- en dwangstoornissen, zoals bijvoorbeeld smetvrees, eetstoornissen, obsessieve compulsieve stoornissen, maar ook faalangst en sociale fobie vinden volgens IMET hun oorsprong in een identiteitsstoornis. En die identiteitsstoornis is weer het gevolg van een vervreemding van de persoon van zichzelf. Daar kan een veelheid aan veroorzakers achter liggen.

Waar gaat het bij IMET om

IMET richt zich op het terugvinden van de oorspronkelijke kwaliteit van leven van de persoon. En de bron van die kwaliteit is de eigenheid van de persoon; diens concept en de samenleving zo goed als mogelijk met elkaar te laten samenwerken.

De samenleving heeft er belang bij om alle menselijke kwaliteiten uit haar midden tot ontwikkeling te laten komen. Dat garandeert een zo goed mogelijke afstemming tussen vernieuwen, inzicht vergroten, consolideren en exploiteren. Als iedereen de samenleving kan aanbieden wat in hem zit, blijven er geen kwaliteiten verborgen en komen ze beschikbaar.

Bij de Mentaal-Emotieve Training gaat het om ieder individu vanuit zijn eigen kwaliteiten tot ontwikkeling te brengen, waarbij de samenleving steeds de toetsing is om de toepasbaarheid van de individuele kwaliteiten zo goed mogelijk vorm te geven.

Naast de behandelingen stelt IMET zich ook tot doel om klachten te voorkomen of te beperken. Preventie te stimuleren en kennis uit te dragen aan mensen die deze kennis naar zichzelf of anderen kunnen toepassen. Dat kunnen volwassenen zijn die zelf verder willen groeien door hun eigenheid nog meer te ontwikkelen, dat kunnen volwassenen zijn die een of meerdere kinderen als ouder of als professional begeleiden.

De cursus Mentaal-Emotieve Training richt zich op diegenen die betrokken zijn bij mensen die de kwaliteit van leven kwijt geraakt zijn, of de kwaliteit van hun eigen leven willen optimaliseren. Dan is het handig om inzicht te krijgen welke processen aan de gewenste kwaliteit werken.

In deze cursus wordt meestal in de vrouwelijke vorm gesproken. Dat sluit mannelijke personen niet uit, maar communiceert wat beter. Het grootste deel van de cliënten van IMET bestaat uit vrouwen en meisjes.

Kwaliteit van het leven

Wat kan je verstaan onder kwaliteit van leven?

De kwaliteit van leven ontstaat in de beleving van het individu, wanneer deze in alles wat zij doet, de rust en dynamiek vindt die zij zoekt. Waarin zij al haar talenten vanuit een positieve beleving kan exploiteren en om kan zetten in een lifestyle; wanneer de factor 'leven'/'overleven', zich vooral richt op 'leven'.

Beperkte kwaliteit van leven

De verwerving van kwaliteit van leven is geen vanzelfsprekendheid. In de ontwikkelingsprocessen van ieder individu spelen versturende processen vanuit de samenleving en vanuit genetische of breinverstoringen een rol. Deze processen kunnen de kwaliteit van leven ernstig beperken.

De mate waarin de kwaliteitsbeleving aangetast kan worden, verloopt van nauwelijks merkbaar tot levensbedreigend.

Opdracht

Onderzoek wat jij aan kwaliteit in je leven zou willen verbeteren. Heeft dat te maken met onzekerheden, je eigen plek kwijt zijn, een ander meer macht toekennen dan je wilt? Heeft het te maken met rituelen, onechte spelregels en zekerheden? Met twijfels, dwangmatigheden, of.....en vul maar zelf in.

Alles gebeurt in het brein

Het brein

Waardoor gebeuren de dingen bij ons mensen? Wat is de werkelijkheid? Het is goed je bewust te zijn van de werking van het brein, omdat dit brein ieders eigen ontwikkeling beïnvloed.

Alles wat wij doen wordt gestuurd door ons brein. Het brein stuurt het lichaam en het lichaam faciliteert het brein.

Voeding voor het brein

Het brein moet met energie, stofjes en zuurstof gevoed worden om gezond te kunnen functioneren. Deze stofjes en energie komen vanuit ons voedsel via het spijsverteringssysteem in het lichaam terecht. De zuurstof via de ademhaling. Een groot deel van deze factoren wordt gebruikt door de hersenen.

Een belangrijk deel van dit proces wordt gestuurd door de hersenen zelf. En als deze niet goed functioneren, kan de productie van de eigen voeding van het brein gevaar lopen. Dit kan bijvoorbeeld gebeuren wanneer er te weinig of te eenzijdig voedsel het lichaam binnenkomt. Dan kan een spiraal ontstaan van een doorlopende verslechtering van de voeding van het brein. Neven effecten kunnen zijn: irreële waarnemingen, interpretaties en gedachten.

En ook de ademhaling speelt een belangrijke rol. Zij zorgt voor de noodzakelijke uitwisseling van koolzuur tegen verse zuurstof in het brein en in de spieren. Bij gebrek aan zuurstof zal het brein ook verstoringen in haar functioneren ondergaan.

Niets gebeurt bij ons buiten het brein om

Het brein stuurt alles in de mens. Zijn waarnemingen, interpretaties, gedachten, emoties, bewegingen en gedrag. Ook de automatismen zoals hartslag, ademhaling, spijsvertering en reflecties. Niets gebeurt zomaar.

Het brein is ontzagwekkend ingewikkeld. Er wordt beweerd dat er net zo veel *verbindingen* in het brein tot stand kunnen komen als er sterren in de kosmos zijn en dat zijn er ongeveer honderd miljard per sterrenstelsel zoals de Melkweg, en dat maal tweehonderd miljard sterrenstelsels. Dat is nog al wat, en dat in die 1,3 dm³ brein.

Bewustzijn en onbewustzijn

Je kunt het brein in meerdere structuren indelen. Wij beperken ons hier nu even tot de onderverdeling van bewustzijn en onbewustzijn, ook wel onderbewuste genoemd. Het bewustzijn heeft als taak opdrachten op basis van argumenten uit te voeren. Het bewustzijn omvat het rationele denken en handelen.

Het onderbewuste beheert een groot gedeelte van alle impulsen die ons ooit bereiken hebben. Al deze impulsen genereren onze ervaringen, zowel de cognitieve als de emotionele. In het onbewuste zetelt ook ons concept, dat is datgene wat we zijn, maar daarover verderop meer. Het onbewuste beheert ook onze structuren die steeds voor de juiste verbindingen zorgen. Gelet op het enorme volume aan prikkels dat het brein kan opslaan is het duidelijk dat het overgrote deel van onze activiteiten vanuit het onbewuste wordt aangestuurd.

Onderzoekers beweren dat het bewustzijn een schakelsnelheid heeft van tussen de tien en zestig bytes per seconde. En het onbewuste zou een schakelsnelheid hebben van een miljoen tot tienmiljoen bytes per seconde. Dit onbewuste volume, met al zijn schakelmomenten, is voortdurend in beweging. Een deel daarvan komt soms vlak onder het oppervlak van het bewustzijn. Ten opzichte van de huidige digitale rekenmogelijkheden is deze hoge schakelfrequentie geen extreme prestatie meer in onze digitale wereld.

Dankzij deze volumes en snelheden kan de mens zijn ingewikkelde leefwijze uitvoeren en is zij tegenwoordig in staat hele ingewikkelde processen te doorgronden en in de samenleving toe te passen. Maar het heeft ook een keerzijde: er kan van alles gebeuren wat we niet willen.

Het lerende brein

Een gezond en onbevooroordeeld brein is in staat te leren. Nieuwe informatie te verwerken en veranderingen toe te staan. Maar wanneer een brein diepliggende overtuigingen heeft ontwikkeld, is alles, vooral ook in het onbewuste, gerelateerd aan die overtuiging. Juist die enorme hoeveelheid;

dat enorme spectrum aan onbewuste drijfveren, kunnen een gebundelde massa veroorzaken die veranderen bijna onmogelijk maakt.

In het onbewuste liggen de drijfveren en gebeurtenissen die veroorzakers van gedrag hebben ontwikkeld. Daar liggen ook de gewoontes, de overtuigingen en de rituelen van de instandhouders van dat gedrag. En het gedrag is weer het gevolg van de veroorzakers en instandhouders, beïnvloed door actualiteiten. Al deze processen samen maken het leven van de persoon aangenaam of juist belastend.

Wie een mens stuurt, stuurt diens brein

Elke opdracht die wij iemand geven, geven wij aan diens brein. Het brein bepaalt of het voldoende argumenten heeft om met de opdracht mee te gaan of dat er meer argumenten liggen om de opdracht te frustreren.

De opdrachtgever, die het brein van een ander aanspreekt, kan zijn machtsmiddelen gaan toepassen, waarop het brein van de ander daarop met, voor dat brein, adequate verzetsmiddelen kan reageren.

Als je als opdrachtgever iets voor elkaar wilt krijgen bij een sterk op verzet gericht brein, doe je er beter aan om de welwillende argumenten in het brein van de ander aan te spreken. Via deze strategie kan je delen van het verzet omvormen tot meewerkende structuren. Een goede methode hiervoor is het 'Socratisch gesprek'; het onderzoekende gesprek naar andere mogelijkheden die het brein van die ander biedt.

Voor professionele begeleiders is het direct werken met het onbewuste van de ander de meest effectieve manier. In het bewuste deel van het brein zetelt immers het belangrijke afweermechanisme dat we het 'Ja maar systeem' noemen.

Alles wat de persoon doet wordt gestuurd door het brein. Het brein is geprogrammeerd door zijn ervaringen, die voor het grootste deel uit de samenleving komen. En de belangrijkste personen uit de samenleving van het kind zijn de opvoeders. Dat is een grotere groep dan alleen de ouders. De persoon kan niet anders handelen dan wat het brein geleerd heeft en vanuit het geleerde toestaat.

Dit geldt zowel voor het kind, als voor de opvoeder en voor diens opvoeders in een keten van vele generaties.