

Behandlings- og udviklingsplanen

- bliv smuk, god og sand!
- støtte til personlig udvikling af livskvalitet, sundhed og funktionsevne
- målrettet forbedring af livet når:
 - du ønsker at udvikle dig hurtigt
 - tingene er svære at overskue
 - du er i krise, alvorligt syg fysisk eller psykisk, eller døende

– BLIV SMUK, GOD OG SAND!

Behandlings- og udviklingsplanen er et
– STØTTE TIL PERSONLIG UDVIKLING AF
tilbud til dig, der vil hurtigt og effektivt
LIVSKVALITET, SUNDHED OG FUNKTIONSEVNE
videre mod det gode liv. Det er også en god

ide at lægge en udviklingsplan når du har
– MÅLRETTET FORBEDRING AF LIVET NÅR:
svært ved at overskue din egen situation og ikke

selv sikkert ved, hvilken form for hjælp og støtte
• DU ØNSKER AT UDVIKLE DIG HURTIGT
du har brug for.

• TINGENE ER SVÆRE AT OVERSKUE

• DU ER I KRISE, ALVORLIGT SYG FYSISK

Vi anbefaler, at du i fællesskab med en erfaren holistisk
ELLER PSYKISK, ELLER DØENDE
behandler lægger en plan for din behandling og personlige

udvikling gennem de næste 3, 6 eller 12 måneder.

I denne plan beskrives dine **personlige mål** og din
vej til dem. Det vil fremgå af planen, hvor langt du kan regne
med at komme med dig selv i dette tidsrum, forudsat at du føl-
ger behandlingsforslaget – tager imod den støtte til din person-
lige vækst som vi kan give dig – og selv gør hvad der
kræves af dig for at nå dit mål.

Du må selv finde vejen og selv gå vejen

– vi følges gerne med dig
på rejsen

De forskellige former for holistisk behandling og støtte er hjælp til selvhjælp; du må selv gå vejen. Du må selv finde viljen til at blive rask, glad og velfungerende. Du må tåle at lide, når du går igennem de gamle smerter og ser virkeligheden i øjnene på godt og ondt.

Vi kan hjælpe dig med at blive mere smuk, god og sand. Når du bliver det, vil de helbredende kræfter i kroppen – de helende principper i naturen – virke og måske gøre dig rask. Om du når at blive helt rask er et spørgsmål om tid og kræfter.

Din behandlings- og udviklingsplan vil tage udgangspunkt i din egen analyse af din nuværende situation og dine ønsker for fremtiden mht. livskvalitet, **helbred og funktionsevne**.

Vi tror, at du som levende menneske i bund og grund er fuld af livsglæde, livsenergi, intuitiv viden om livet og masser af intelligens til at løse dine egne problemer med.

Vi er her for at hjælpe dig til at opdage, at det faktisk er sandt.

Behandlings- og udviklingsplanen må rumme din personlige målsætning og din vej til målet

Det tager normalt to timer at lægge udviklingsplanen. Somme tider er noget hjemmearbejde nødvendigt.

Det er en fordel at du har kendskab til den holistiske medicin, enten gennem et kursus eller et foredrag, eller ved at have læst brochuren “Hvad er Holistisk Medicin?” eller en relevant bog.

Det er vigtigt at du har formuleret din personlige målsætning så godt du kan før du kommer for at lægge din behandlings/udviklingsplan. Det er også godt hvis du har gjort dig nogle tanker om hvad der kunne støtte dig i din udvikling.

Din personlige målsætning må meget gerne være stor, og ambitiøs. Det giver energi til projektet. Det er altid godt at ville være mere smuk, god og sand – og lykkelig, sund og velfungerende!

Behandlings- og udviklingsplanen er en naturlig del af “Livskvalitetspakken” (se brochuren om denne) og kan revideres sammen med en erfaren holistisk behandler med passende mellemrum, for eksempel hver 6. måned.

Bliv smuk, god og sand

Vi mennesker har et næsten uendeligt
potentiale til at vokse og
udvikle os. Det er over-
raskende sjældent at vi
dyrker vores mulighed
for personlig vækst i
vores samfund, hvor
alle har så travlt
med børn, karriere,
forbrug og livets
daglige gøremål.

At gro er en skøn
ting, der indebærer
alle former for nydelser
og glæder – og alle for-
mer for problemer og
vanskeligheder. At gro betyder,
at man tilstår at man ikke kender
sig selv fuldt ud og at man er nødt til
at give sig selv frihed til at lære sig selv
bedre at kende ved at **være** på
nye måder og gøre nye ting. Frihed til at
have nye meninger og synspunkter og møde
nye mennesker.

At vokse og gro betyder at man tager sig af sig
selv og gør noget for sig selv. Det betyder at
man bruger tid, energi og ressourcer på at
være god ved sig selv. Og at man
dermed trives og under sig selv en
luksus, som mange andre ikke
under sig selv: nemlig at
leve.

At udvikle sig som menneske er ikke helt enkelt. At få støtte til vores personlige udvikling kan virke som en vild luksus. Men udviklingsstøtte er ikke luksus; det er faktisk ofte nødvendigt for at komme videre for alvor. Vi er nemlig oppe mod mange modsatrettede kræfter, når vi skal gro. For i samme øjeblik du forandrer dig, skifter meninger og bliver dig selv mere, vil mange mennesker, der kender dig, blive utilfredse med dig: du lever nemlig ikke længere op til deres **forventninger**.

Så kan det godt være, at du er blevet et bedre menneske, mere omsorgsfuld, mere **kærlig**, mere **spændende**, mere **modig** og **ærlig**, mere energisk og sund. Måske ligefrem mere velfungerende. Men det er ikke det, det kommer an på, kan andre mene.

Folk, der kender dig godt, har et billede af hvordan du er, og sådan har du bare at være, fortsat og i al fremtid. Så det kommer som en chok for venner, partner og familie, når de pludselig "ikke kender dig mere".

De burde være lykkelige over at du gror. De burde takke dig for at du har forbedret dig. Men sådan er det ikke. Mennesker, der ser andre **vokse**, især når den anden er tæt på, mindes så smerteligt om, at de måske også selv burde udvikle sig og udfri sig selv af nogle selvskabte plager og begrænsninger. Og her slutter festen.

Ingen af os er gode nok mod os selv. Når vi møder folk, der er bedre til at leve end os, har mere succes i kærlighed, socialt og på job, bliver vi misundelige. Vi forstår sjældent, at vi selv kunne udvikle os og få den samme grad af lykke og succes, Vi ser ikke, at vi kunne lade os **inspirere** til at finde en bedre version af os selv frem. I stedet bliver vi onde på den, der trives bedre. Men sådan behøver det ikke være.

Velkommen

Du er altid velkommen til at få en snak med en af vore behandlere eller komme til et af de mange foredrag og arrangementer vi løbende afholder. Eller bare at kigge ind og se vores udvalg af bøger om livskvalitet og personlig vækst. Vi ønsker dig held og lykke med dit personlige udviklingsprojekt og håber at du lader os hjælpe dig videre!

Hjælp os med forskningen

Du kan hjælpe os og vores fremtidige patienter ved at sige "ja" til at være med i vores forskning. Det vil typisk betyde at du skal svare på spørgeskemaer og skrive din **histOrie** til os. Vores forskerteam behøver ofte også adgang til din læge- og sygehusjournal. Læs mere om forskningen og hvad det indebærer for dig i brochuren "**Forskning Og udvikling**".

Bevidsthedsorienteret lægevidenskab – Sundhed gennem livskvalitet og personlig vækst

Phønix-Trykkeriet Tlf.: 8733 6699 - Papir: Munken Lynx - TreBræk Papir A/S 43664366
Trykning - Phønix-Trykkeriet Tlf.: 8733 6699 - Papir: Munken Lynx - TreBræk Papir A/S 43664366
Bent Mathiasen, AD - Elisabet Merle Petersen, Tlf.: 00312042 19577 - Grafisk design - Finnandesign MDD, Tlf.: 7020 1230. Billedkunstner - Pia P., Tlf.: 2360 7719.

Grafisk produktion og sponsorer:
Projektleder - Bent Mathiasen, AD - Elisabet Merle Petersen, Tlf.: 00312042 19577 - Grafisk design - Finnandesign MDD, Tlf.: 7020 1230. Billedkunstner - Pia P., Tlf.: 2360 7719.



Bliv smuk, god og sand. Pia P. har malet “Verdensmoderen” efter inspiration fra Gustav Klimt til Forskningsklinik for Holistisk Medicin. “Verdensmoderen” udtrykker en indre tilstand af skønhed, godhed og sandhed. Klinikken skal netop hjælpe folk til at blive mere smukke, gode og sande.



FORSKNINGSKLINIK FOR HOLISTISK MEDICIN APS

Teglårdstræde 8A, DK - 1452 CPH.K, Tlf. +45 3314 1113, Fax. +45 3314 1123

klinik@livskvalitet.org, www.holistiskmedicin.dk

© 2002 Forskningscenter for Livskvalitet og læge Søren Ventegodt

“Livskvalitet som medicin”

ISBN 87-90190-38-6

Ret til ændringer forbeholdes