



Negatieve offering

Dynamiek van negatieve offering:

Negatieve offering komt in onze maatschappij veel voor, met name bij mensen met een lager zelfbeeld, die bevestiging willen krijgen van anderen en altijd beschikbaar zijn. Zij komen vaak terecht bij mensen die weinig verantwoordelijkheid nemen voor hun eigen leven, die altijd meer willen en zelden dank je wel zeggen.

Deze vorm van offering gaat niet bewust gepaard met jezelf herstellen na te veel geven.

Negatieve offering is dat je graag veel voor een ander wil doen, uit behoefte om waardering te krijgen. Of je bent uit op complimenten om gezien te worden.

Je neemt vaak iets uit handen van een ander die het ook zelf had gekund. Je denkt dat dat het beste is. Negatieve offering leidt uiteindelijk tot vermoeidheid.

Negatieve offering is dat je taken overneemt van anderen die te gemakzuchtig zijn om ze zelf te verrichten. En je bent maar behulpzaam en zij doen steeds minder. Daar moet je altijd waakzaam op zijn, ter behoud van je eigen ontwikkelingsweg, maar ook ter ondersteuning van de ander die een redelijke maat van zelfstandigheid mag leren beoefenen.

Hulpverlening

Negatieve offering houdt in dat je niet goed kijkt wat de hulpvraag is, dat je meer gaat doen dan noodzakelijk is. Je bent altijd bereid ook als het je totaal niet schikt.

De hulpvraag is nog niet gerijpt en in de kern niet diep genoeg verankerd in de ander.

Iemand wil hulp, maar kan of wil de verantwoordelijkheid hiervoor niet aangaan. Hij hoopt dat je hem geeft wat hij nodig heeft, zonder zelf te hoeven werken.

Er zijn patiënten die altijd sjoemelen met de hulpvraag, die eigenlijk vertroeteld willen worden als een kind alsof ze zelf tot niets meer in staat zijn. Ook zijn er mensen die blijven vragen, die steeds meer willen zonder er zelf iets voor te doen.

Wat je vaak ziet dat anderen hulp vragen aan jou, op een gebied waar ze zichzelf niet verantwoordelijk voor maken. Je doet dingen voor een ander, die ze eigenlijk zelf kunnen. Als jij onzorgvuldig afstemt, geef je ruimte voor wat nog niet wezenlijk genoeg ervaren is bij de ander.

Het is belangrijk om mensen die op een bepaald moment niet zelfstandig kunnen functioneren te ondersteunen en hen te helpen zich weer op te richten ... maar je moet geen doekje worden voor het bloeden.

Kenmerken van negatieve offering:

1. geen zelfbewuste keuze maken
2. niet afstemmen of het doel wel wezenlijk is
3. geen verantwoording nemen voor je zelfvoeding
4. het risico lopen jezelf weg te geven aan zaken die niet wezenlijk zijn en waar anderen te weinig zelfverantwoordelijkheid nemen.

Ad 1 stel dat je altijd alles doet voor iemand die klagerig is en helemaal niet bereid is om zelf actie te ondernemen.

ad 2 dat je te onnadenkend gaten invult die andere mensen ogenschijnlijk niet kunnen aanpakken in hun eigen leven en dat jij die door bovenmatige aandacht invult vanuit zorgbehoefte van jezelf naar een ander.

Ad 3 Je glijdt alsmaar in geven, geven, geven, je checkt niet meer in hoeverre de ander nodig heeft wat je feitelijk doet, en je holt jezelf uit en voedt jezelf daarna onvoldoende, en zeker niet tussentijds.

Ad 4 Je doet geen gezonde zelfverantwoordelijke inzet om weer voldoende energiereserves aan te leggen.

Hoe herken je negatieve offering?

Als je met tekort aan zelfvoeding anderen van aandacht voorziet. Je vraagt je niet af wat het zelfstandig vermogen van de ander is. Je checkt niet wat de echte behoefte is. En je geeft met een vanzelfsprekendheid zoveel dat het je uitput. Je geeft om het geven. Anderen zijn belangrijker dan jezelf.

Vanuit het geloof lang geleden werd vaak verwacht, zeker van vrouwen, dat je maar bleef geven zonder onderscheid te maken aan wie. Er werd te weinig afgevraagd of mensen zelf verantwoordelijkheid konden nemen voor hun eigen proces.

Het gevolg voor de ontvanger

is dat ze vaak lusteloos ontvangen en weinig natuurlijk dankbaar zijn. Ze zullen een steeds groter beroep doen op de gever, voor van alles en nog wat, omdat die zijn eigen kern niet goed bewaakt. Door steeds harder te trekken gaat de energie bij de ander meer uitlebben. Wanneer hij iemand tegenover zich heeft die zelfbewust geeft, dan zal hij eerst goed nadenken wat hij zal vragen, want hij voelt dat het om iets moet gaan wat echt nodig is. Hij weet dat hij om iets mag vragen wat hij zelf niet kan verwezenlijken.

Het is aan mensen gegeven om elkaar daarin te ondersteunen. Degene die vraagt, behoedt ook het uitlebben van de ander door niet om onnodige zaken te vragen.

Het gevolg voor jou als gever

is dat je zó inlevend naar die ander bent, dat je alles aanreikt aan de ander en je niet bij jezelf blijft. Je doet van alles voor die ander, maar je doet het niet echt vanuit je wezenlijke zijn. Je raakt steeds losser en vervreemder van jezelf en verliest je eigenwaarde. Dan is het natuurlijk dat de zelflust afneemt, omdat je het niet meer vanuit plezier doet.

Als je te weinig van jezelf houdt, dan mis je de eigen richting in wat je onderneemt. Als je jezelf te weinig voedt, zijn anderen mateloos in behoefte. Zaken waar ze nooit aan gedacht hebben komen dan ineens naar boven.

Wat je dan vaak ziet, dat de ander niet zelf aan de slag gaat en zich afhankelijk gedraagt. En jij laat je overheersen door de omstandigheden.

Met voldoende zelfvoeding en zelfliefde kun je nog steeds vanuit een groot hart je liefde aan dezelfde persoon geven. Bij te weinig zelfvoeding en zelfliefde kan je je niet meer bewust richten en dan kom je bij negatieve offering uit. Bij negatieve offering geef je jezelf weg.

Het is belangrijk om niet meer te geven aan anderen dan dat je ook echt in huis hebt. Alleen zo kan je een natuurlijk gezond zelfbeeld opbouwen.