

..Misschien
moet jij gewoon
je tactloze
kufbek houden
zodat ik me
niet heel de
nacht kapot
hoef te liggen
relativeren.

en andere tips ♥

de
dealen-Met-
gezeik-
gids!

voor &
door volgers
van lekker
menselijk.

2022





30 augustus 10:09 PM



Ik ben even benieuwd he. Wanneer iemand wat stoms tegen jou zegt. Iets dat jij als onterecht ervaart.

Laat je dat makkelijk los of blijf je 'die conversatie' in je hoofd herhalen?

Laat ik makkelijk los

11%

Blijf ik (te lang) in hangen

89%



Promoten



Uitlichten



Meer



30 augustus 10:11 PM



En aan iedereen die
zoiets makkelijk los kan
laten.

Hebben jullie tips voor
de mensen die er te lang
in blijven hangen?



Tips:

Typ iets...



Promoten



Uitlichten



Meer

**Ik bespreek zo'n voorval dan
wel vaak met m'n partner en
die zegt dan dat diegene zuigt**



**"Ik heb 1 leven, is dit over een
jaar/5jaar nog belangrijk?!"
Nee=over it, ja=fix it**

**Alleen de mening telt van
mensen die belangrijk voor
me zijn, cant please them all!**

**Weerwoord typen in bijv. een
mail maar niet versturen! Dan
ben jij het kwijt.**

bedankt voor je
ongevraagde feedback,
je hebt de onzichtbare
Rot-op-Fokking
betweterige-
klootzak-Award
gewonnen!



@lekkermenselijk



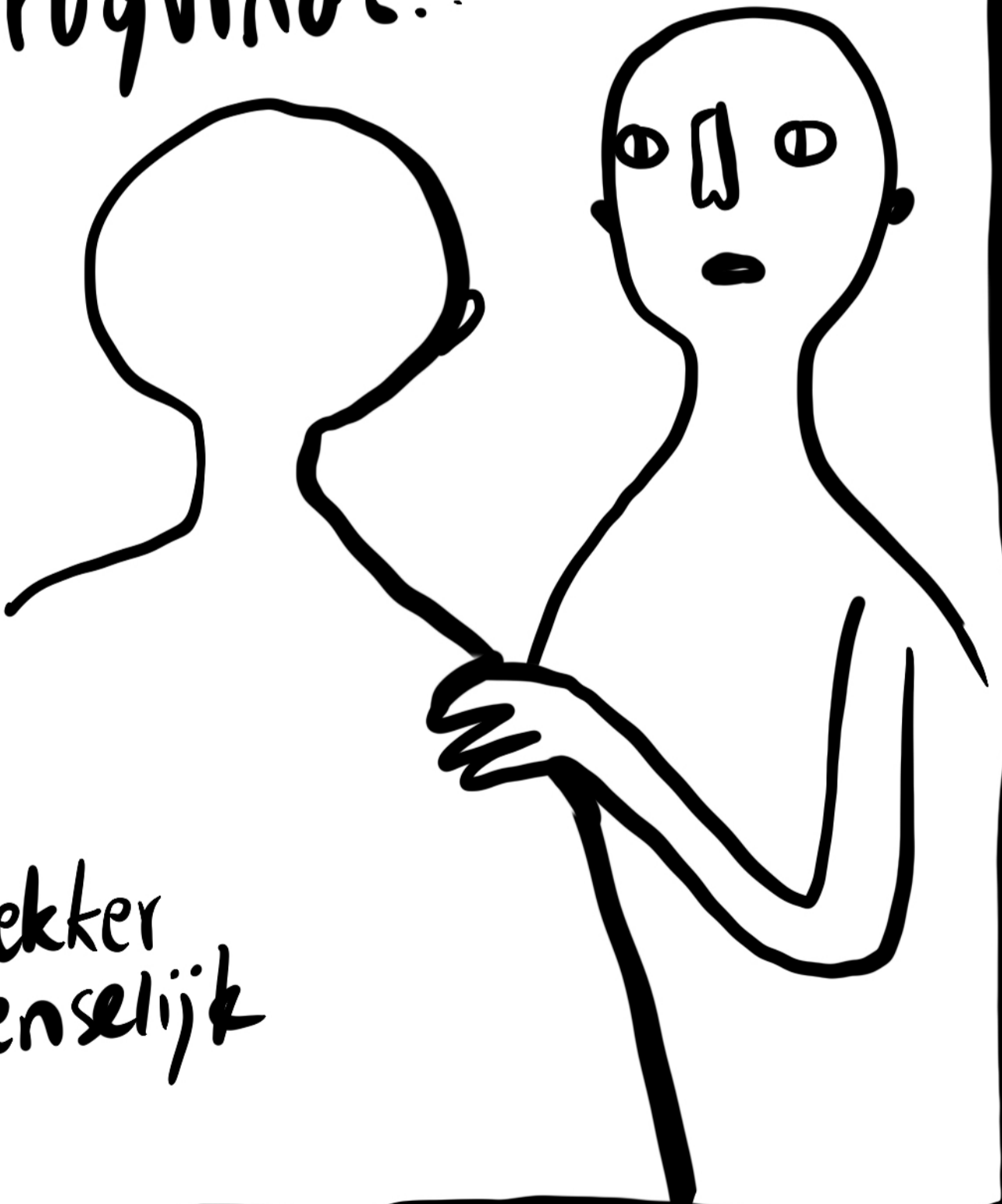
**Hun beperking, niet de jouwe.
Wel een kans voor een
reflectie waarom je het zo
ervaart**

**Helpt mij: Mensen denken niet
zo veel over jou na als je
denkt. Iedereen is met
zichzelf bezig.**

**Ik probeer te denken: zou
degene zich er ook zo druk
om maken als ik zo'n
opmerking zou maken?**

Focus op het grotere gevoel of effect van het gesprek: wat heb je wel bereikt of bewaakt?

ik weet niet waar
je je empathisch
vermogen bent kwijt-
geraakt maar ik
hoop dat je het ooit
terugvindt..



♥
@lekker
menselijk

**Ik probeer een goed mens te
zijn (beste bedoelingen),
heeft die persoon een rottag?**

**Mindfulness en het idee dat ik
er toch niks (meer) aan kan
veranderen.**

**Vraag je af waarom deze
woordkeuze? Wat gebeurde
er daarvoor? Wie is deze
persoon?**

**Lach erom en bedenk je wat
deze persoon mist aan inzicht**

..heey

ontzettend bedankt
voor het maken van
die onnodige kut

opmerking

écht



♥ @lekker
menselijk

**Beseffen dat als je blijft
hangen dat die andere jouw
tijd "wint" dus om zelf te
winnen gewoon loslaten! 🔥**

**Sta erboven, het is een zwakte
van de ander**

**Ik denk altijd mensen die zo
gaan denken wil ik niet
geassocieerd mee worden.**

**Jij weet zelf hoe het zit, je
hoeft niemand te overtuigen.
Sommige mensen vallen niet
te overtuigen..**

ik sta boven

loven

zwakte



@lekker,
menselijk

