



Ik zag je staan op het schoolplein. Je oogde verlegen en leek overweldigd wat er daar allemaal gebeurde. Wat veel geluid en gedoe. Het liefst kroop je in een hoek met een boekje of je lievelingspop. Juf nam je aan de hand mee naar jouw klasgenoten. Wat gaan we doen?

Je voelde dat je lijf steeds meer gespannen werd. Eenmaal in de groep werd het je te veel en je begon stilletjes te huilen. Je juf en klasgenootjes keken met een verbaasde blik. Waarom huilt zij?

En eerlijk, jij weet ook niet precies waarom je huilt. Het overvalt je en je kunt er niet mee stoppen. Juf besluit je mee te nemen naar binnen en wil er met je over praten. Opnieuw wellen de tranen bij je op. Wat moet ik zeggen? Je hebt geen flauw benul.

Juf merkt dat praten niet gaat helpen en laat je even met rust. Je kruipt in de speelhoek en ziet een knuffel liggen. De knuffel hou je stijf tegen je aangedrukt en langzaam ebt de spanning uit je lijfje.



Één voor één komen jouw klasgenootjes binnen en kijken vluchtig hoe het met je gaat. Ze begrijpen, net zo min als jij, wat er aan de hand is. Zij gaan in de kring zitten en juf nodigt je uit om ook op je stoeltje te gaan zitten. Je kijkt een keer naar de knuffel en neemt een dapper besluit. Met de knuffel in je hand loop je naar je stoeltje en gaat rustig zitten. Stiekem kijk je een beetje de kring rond en een diepe zucht is hoorbaar. He, he, de spanning is uit je lijf en je kunt weer meedoen.

's Middags komt mama je ophalen en juf verteld aan jouw mama wat er is gebeurd. Je merkt aan jouw mama dat zij hierdoor ook een beetje verdrietig wordt. Onderweg naar huis is het stil tussen jullie. Thuis kruip je bij mama op schoot en jullie geven elkaar een dikke knuffel. Jullie merken allebei dat langzaam de spanning verdwijnt. Lekker samen thuis bij komen van alle prikkels van de dag. Zonder veel woorden voelen jullie elkaar feilloos aan.

Mama laat jou lekker spelen op je kamer. Daar laat jij jouw fantasie de vrije loop. Al je knuffels en poppen verzamel je en speelt na wat er vandaag is gebeurd.

De rest van de week ga je met steeds iets minder plezier naar school. Wat vinden de andere kinderen wel niet van jou? Je blijft het lastig vinden om je te laten horen. Bang om iets verkeerd of gek te zeggen. Misschien worden anderen wel boos op je of gaan ze je uitlachen.....

De weken erna wordt je stiller en stiller op school en thuis huil je steeds vaker of ben je heel boos. De knuffels van mama werken niet meer zo goed. En mama wordt hier ook een beetje onzeker van. Wat is er toch met jou aan de hand? Waarom vindt je school nu ineens zo spannend? Opnieuw wordt ze een beetje verdrietig en het maakt haar onzeker. Hoe kan ik m'n meisje helpen?

Herken jij je dochter, zoon of misschien jezelf wel in dit verhaal? Je geboorte in kaart is een eerste stap in 'Wijs In JeZelf Zijn'.

Ik weet als geen ander hoe het is om jezelf soms niet te begrijpen. Kort geleden heb ik mijn eigen geboorte in kaart gebracht en ineens vielen er kwartjes. Had ik antwoord op m'n vragen en wist ik waar (de meeste van) mijn belemmerende overtuigingen hun oorsprong hebben. Wat mijn onderliggende behoefte zijn en waarom ik het soms zo super spannend

vindt om mezelf te laten zien of horen. Als ik (en mijn ouders) dit eerder hadden geweten, poeh, wat had dat een tranen en stress gescheeld.



Ik ben dan ook enorm dankbaar dat ik in mijn praktijk gebruik mag maken van 'Je Geboorte In Kaart'. Dat ik kinderen en volwassenen inzicht mag geven in hun unieke geboorteverhaal. Dat ze zichzelf (of hun kind(eren)) beter gaan begrijpen.

Wil je meer weten over 'Je geboorte in kaart', neem dan contact met me op. Stuur een mail naar info@ikwijzz.nl of bel naar 06 4411 4784.

