

Hersteltalent



Het proces van herstel na vroegkinderlijke traumatisering:

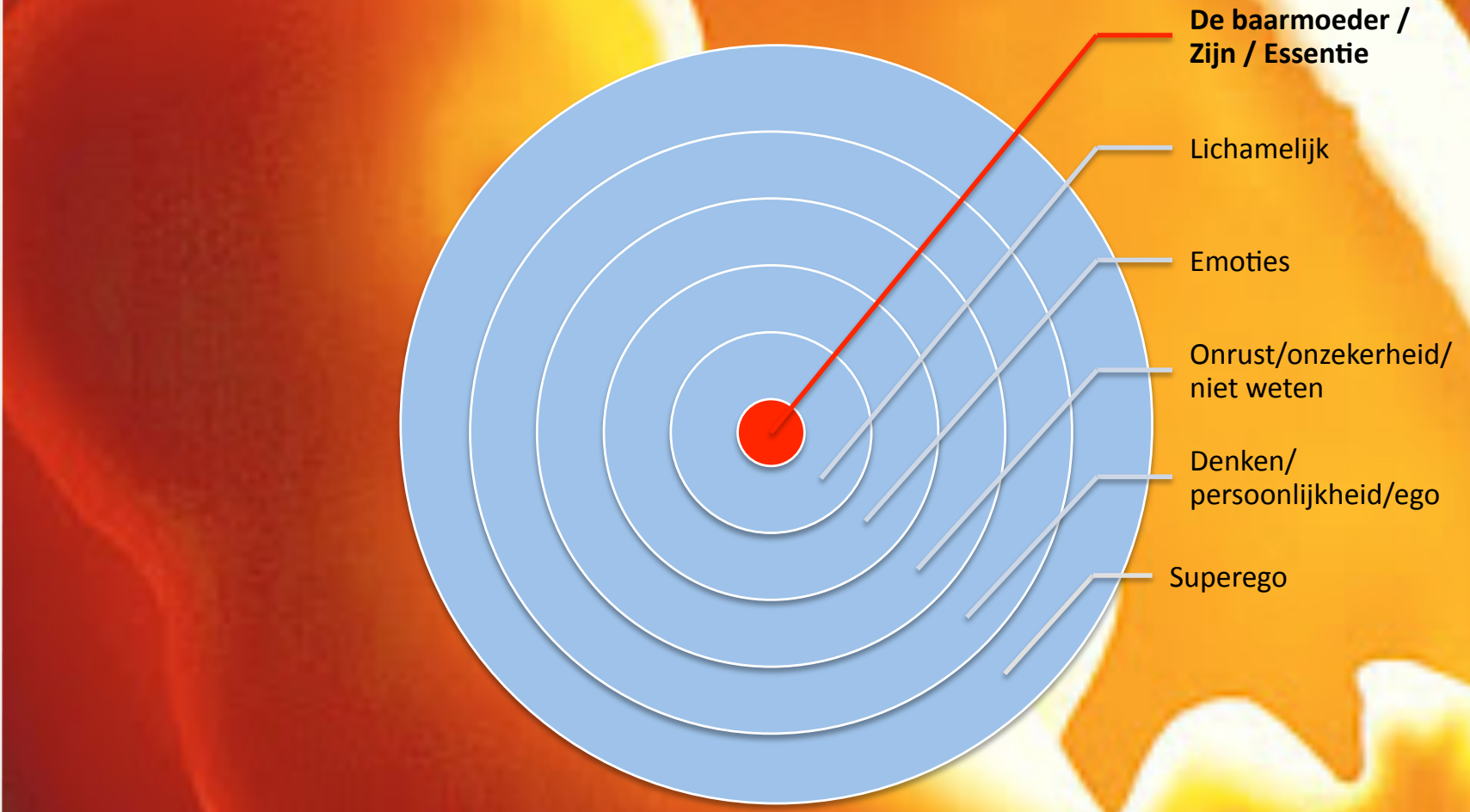
**SCHAPENPAADJES creëren in een OERWOUD van
EMOTIES**

Kortenberg, 27 november 2015

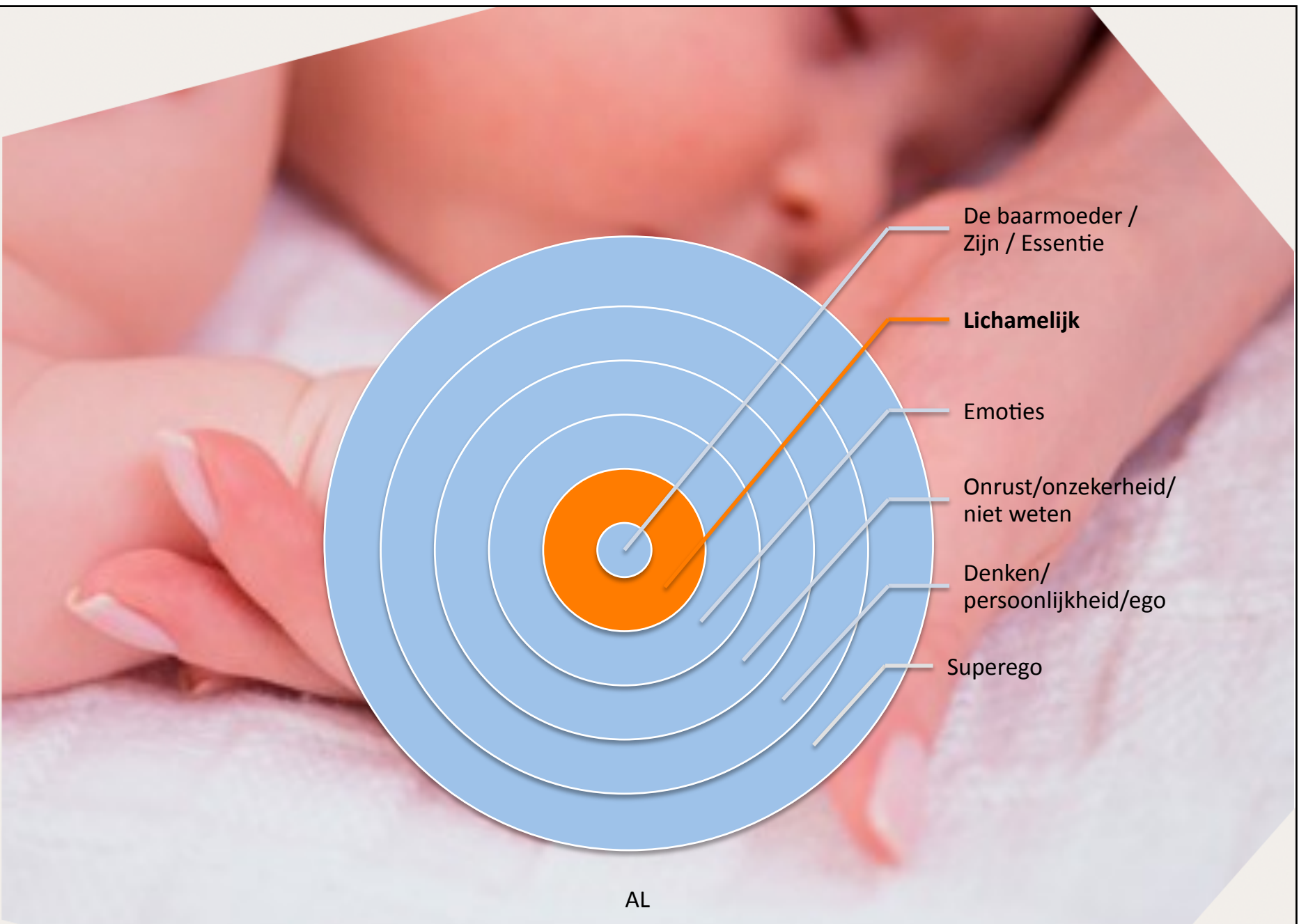
Ze lopen wat af en **ALTIJD** hetzelfde **PAADJE**







AL



De baarmoeder /
Zijn / Essentie

Lichamelijk

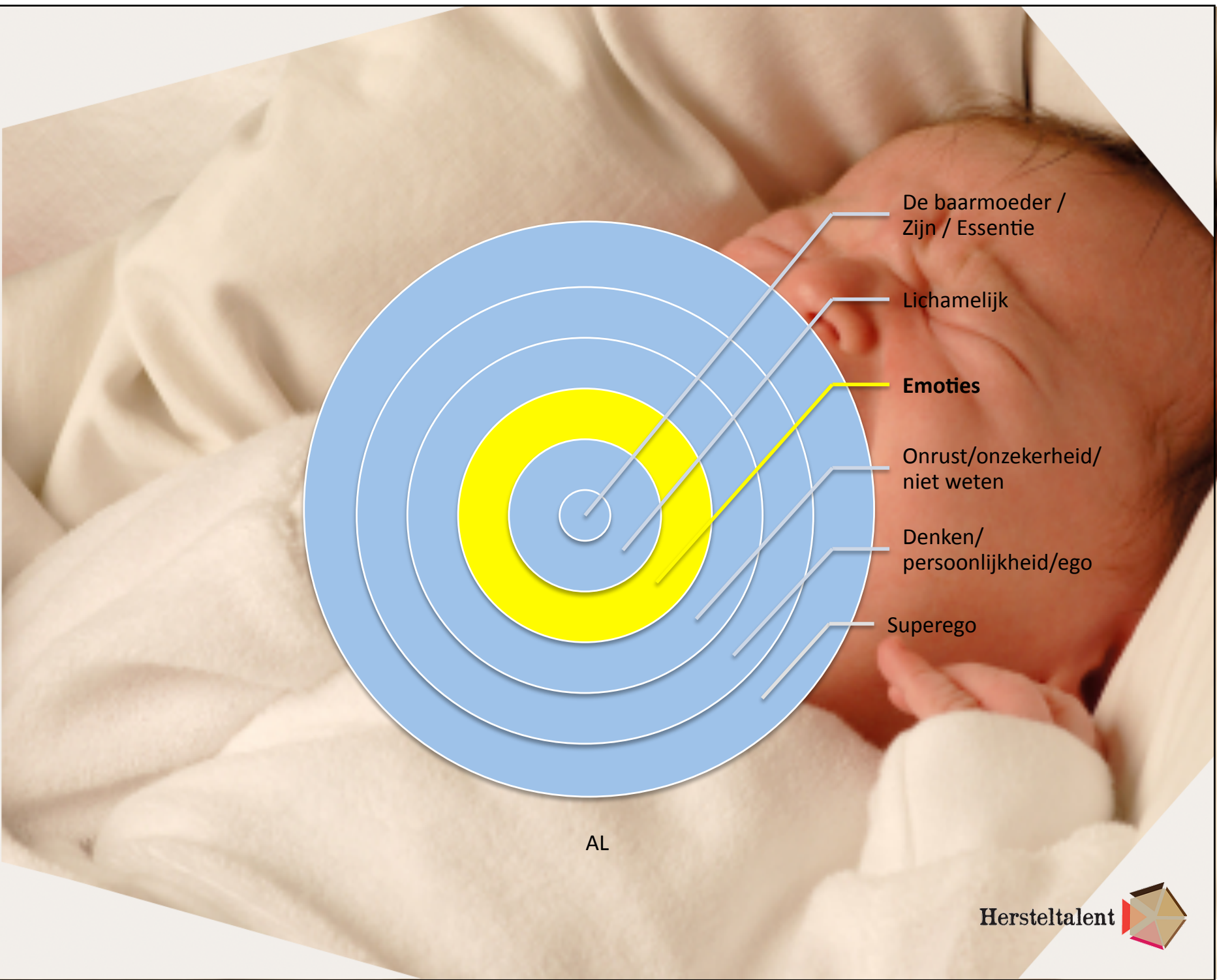
Emoties

Onrust/onzekerheid/
niet weten

Denken/
persoonlijkheid/ego

Superego

AL



De baarmoeder /
Zijn / Essentie

Lichamelijk

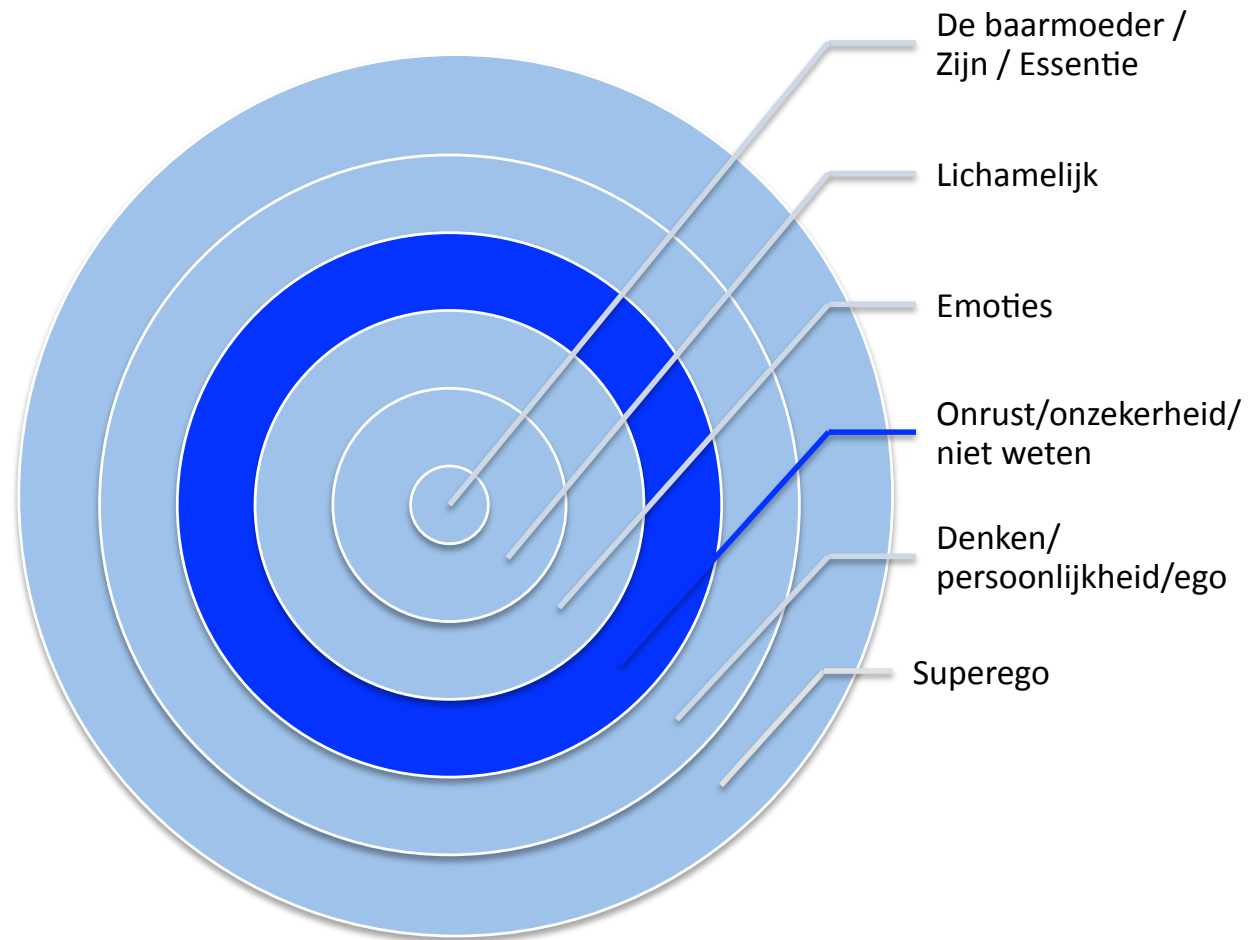
Emoties

Onrust/onzekerheid/
niet weten

Denken/
persoonlijkheid/ego

Superego

AL



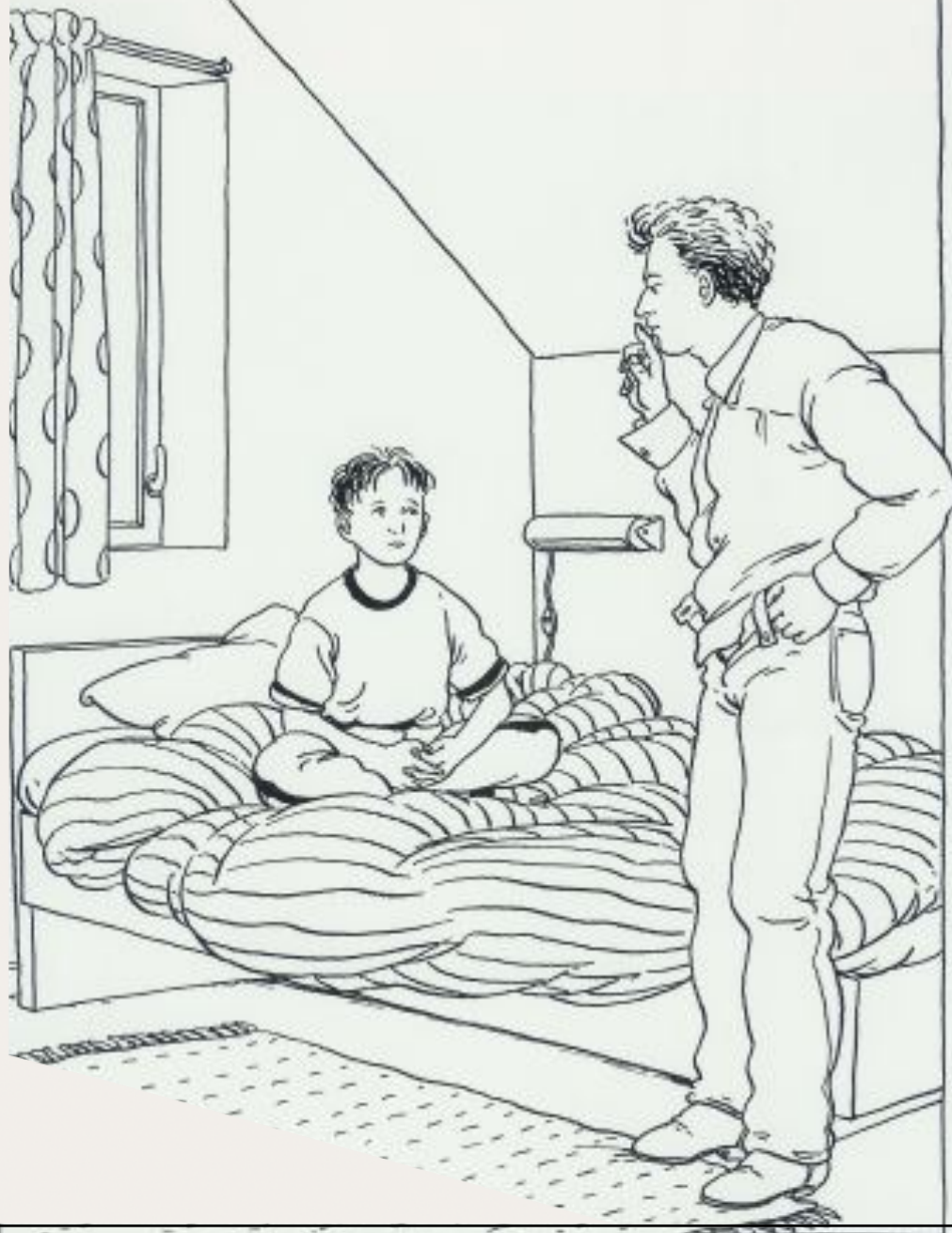
AL

IK stopte mijn EMOTIES ver weg in een SPELONK van mijn GEEST





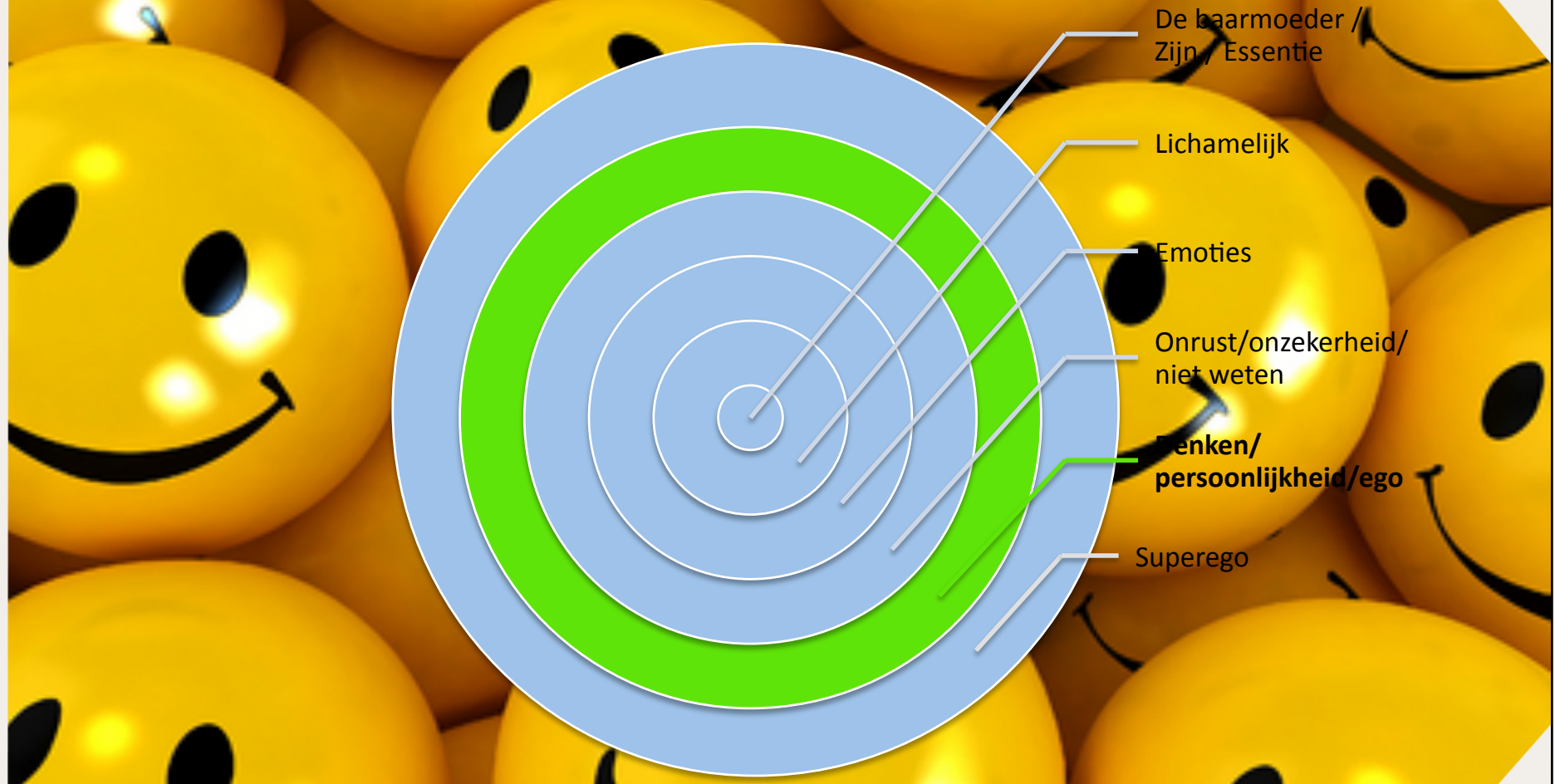
je zou maar
GESTRAFT zijn met
een **KIND** als IK



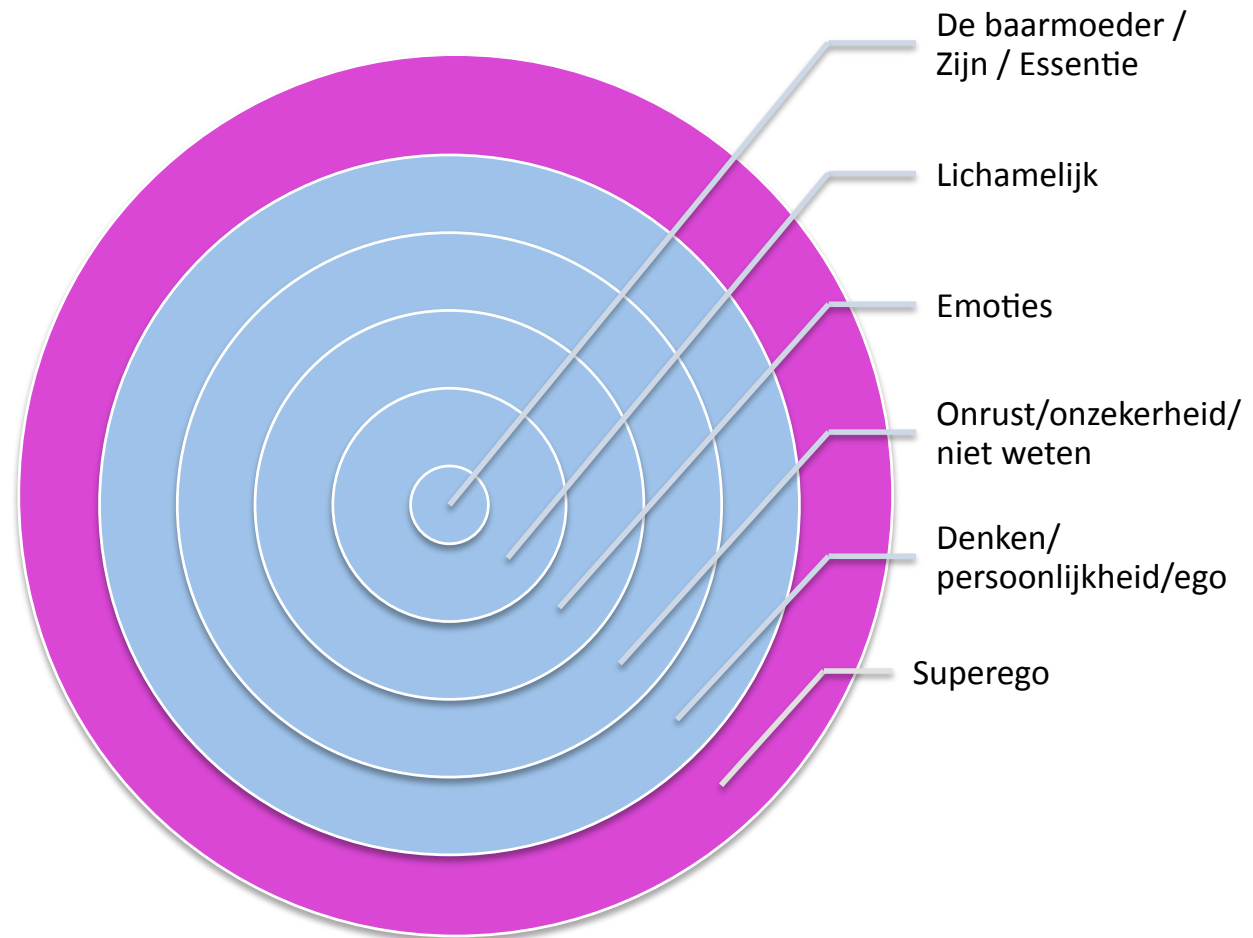
**SEKSUELE
mishandeling
BEGREEP ik OOK**



**IK werd ook NOOIT
BOOS**



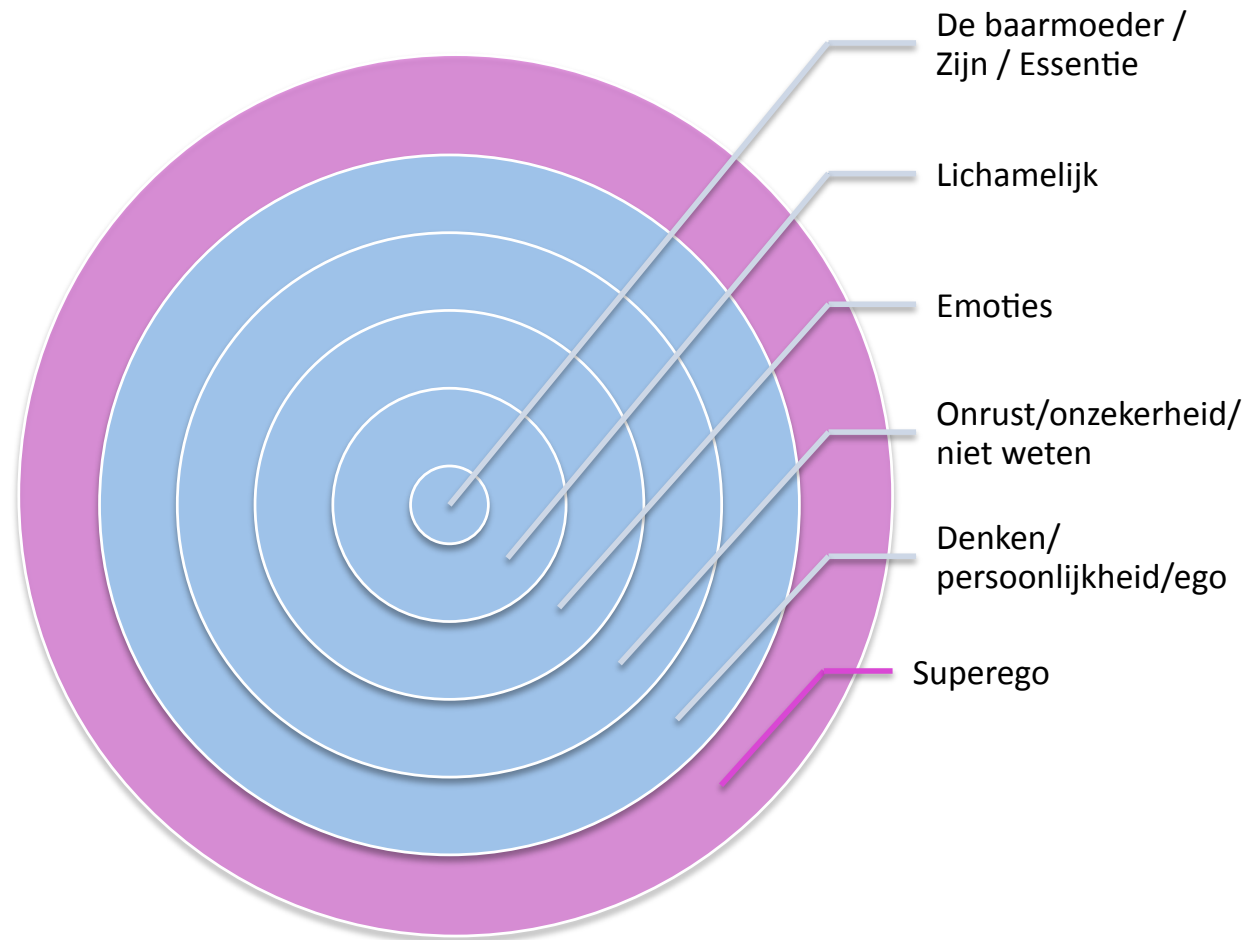
AL



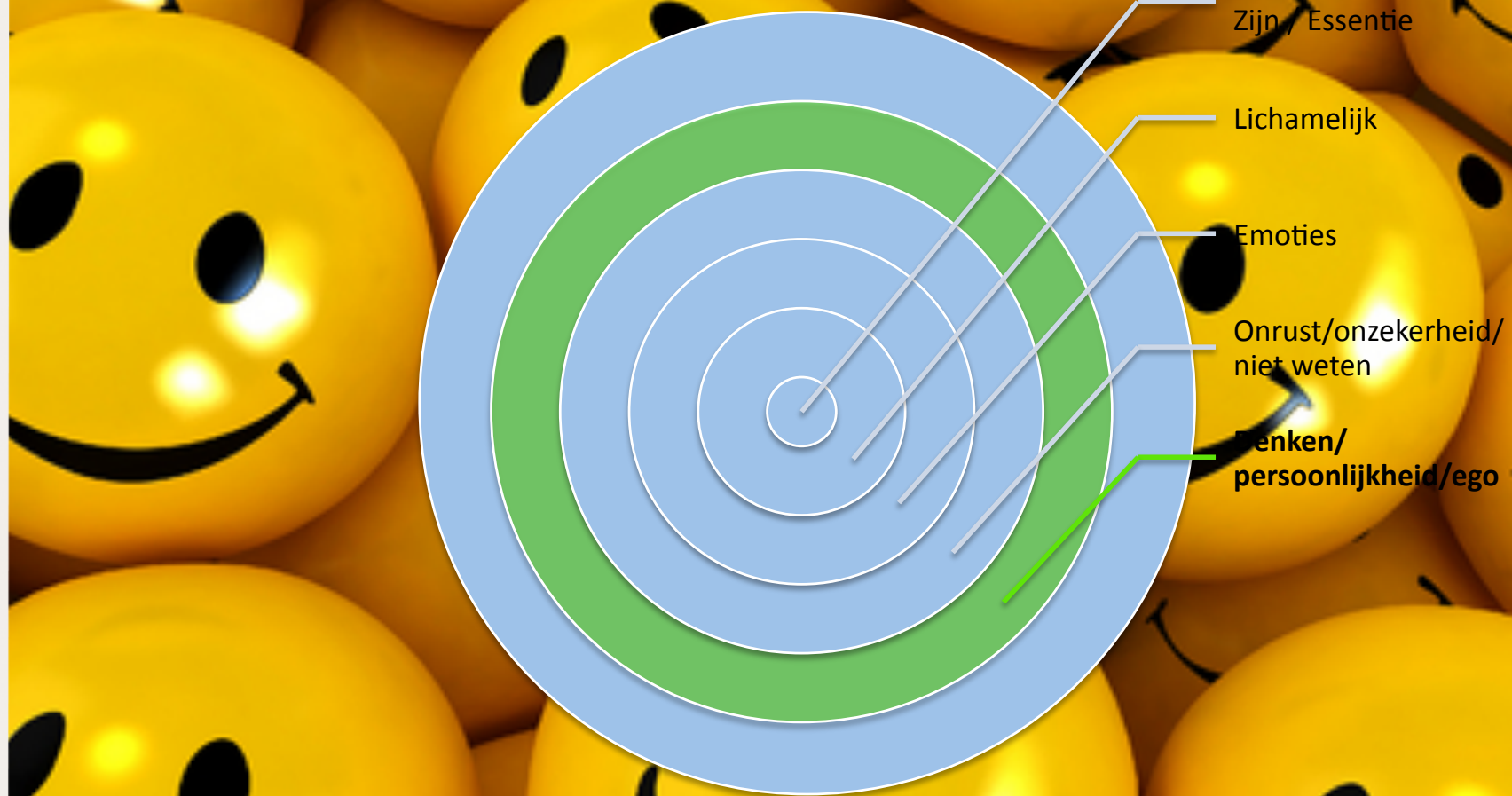
AL



**Op het PAD zoals mijn
OUDERS en ANDEREN
dachten dat GOED
voor me was**



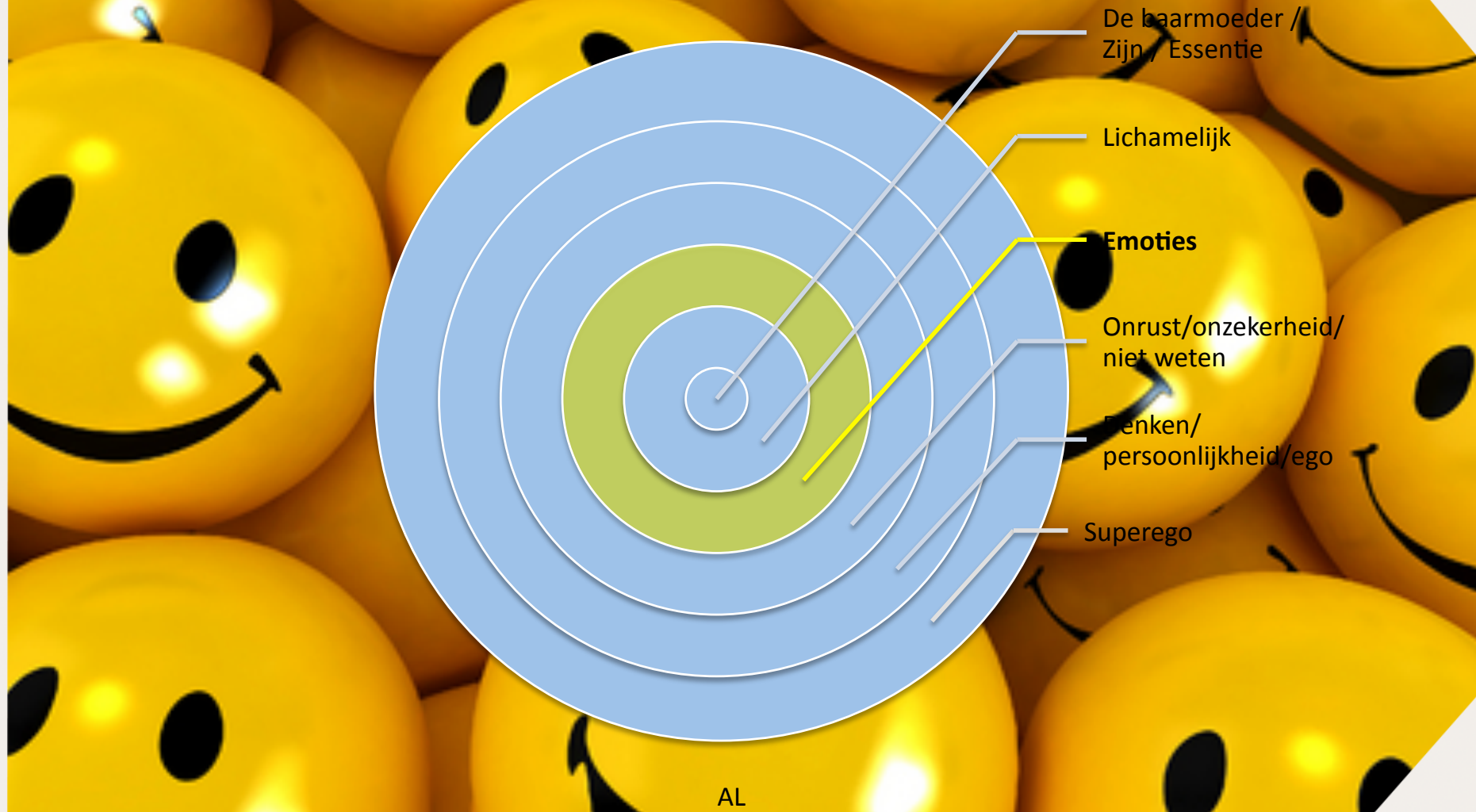
AL

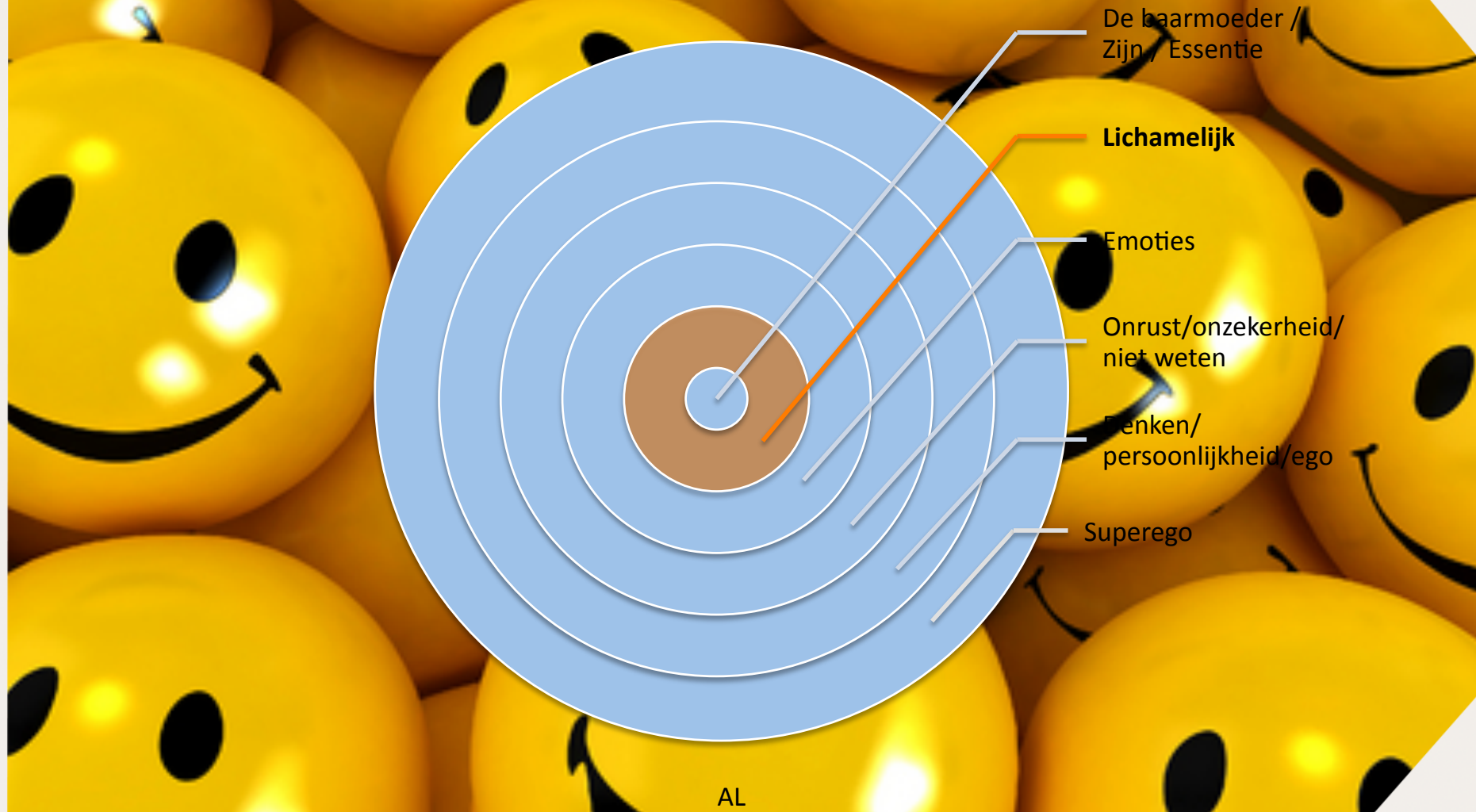


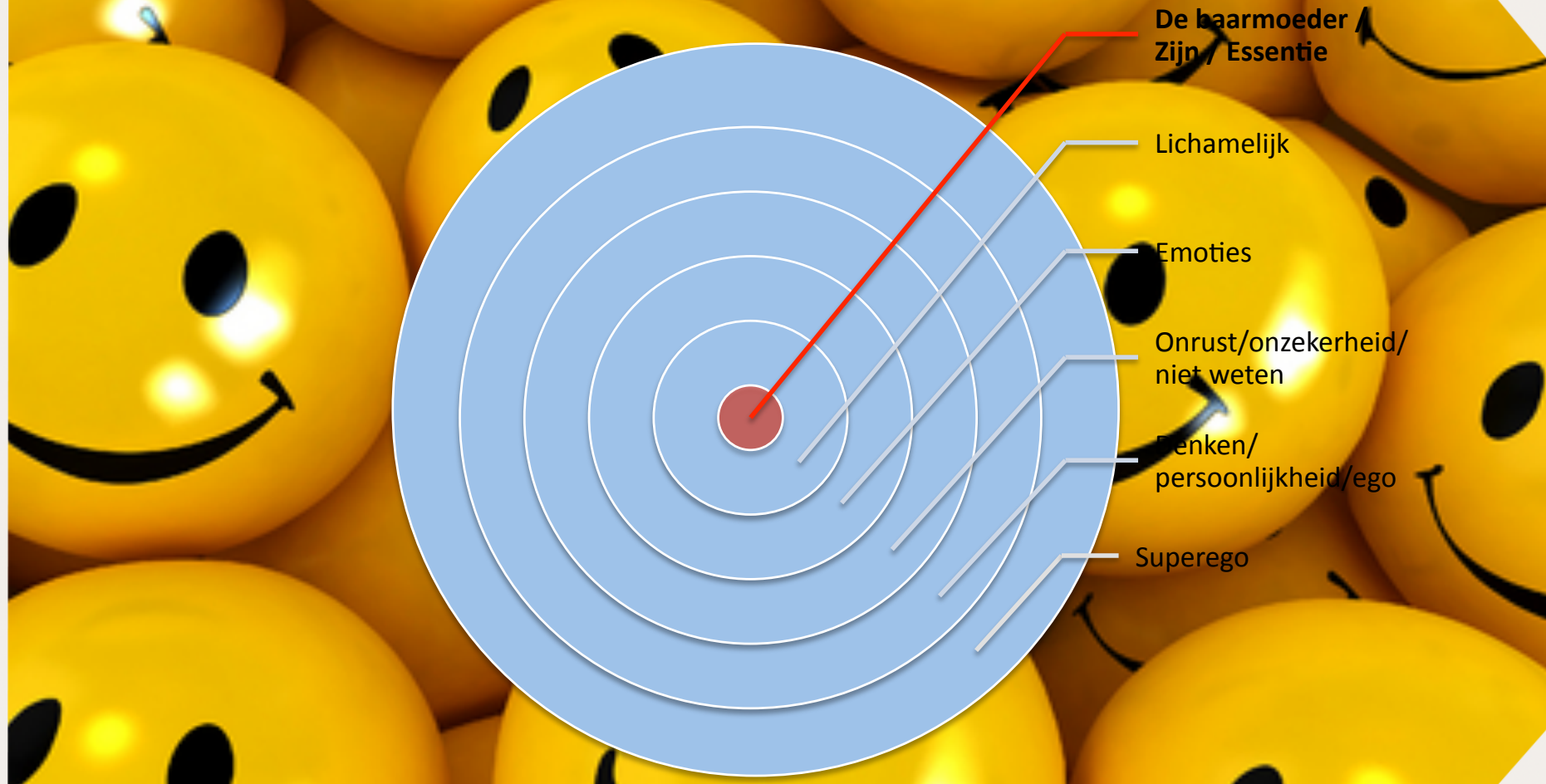
AL



AL

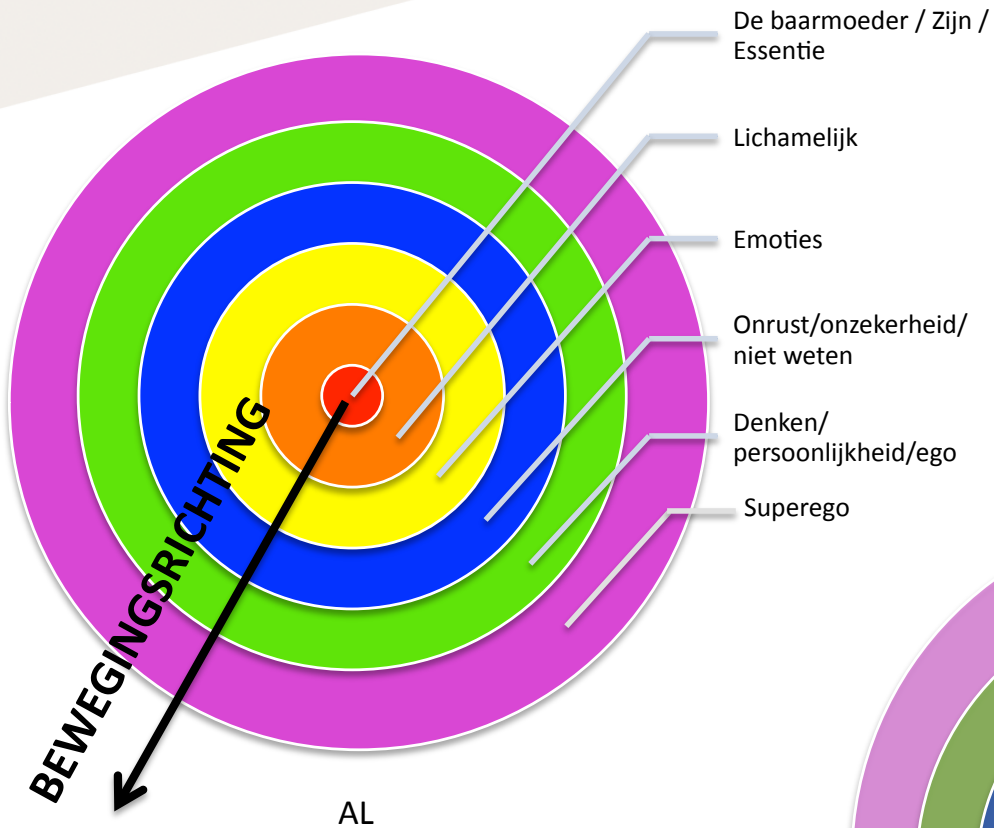






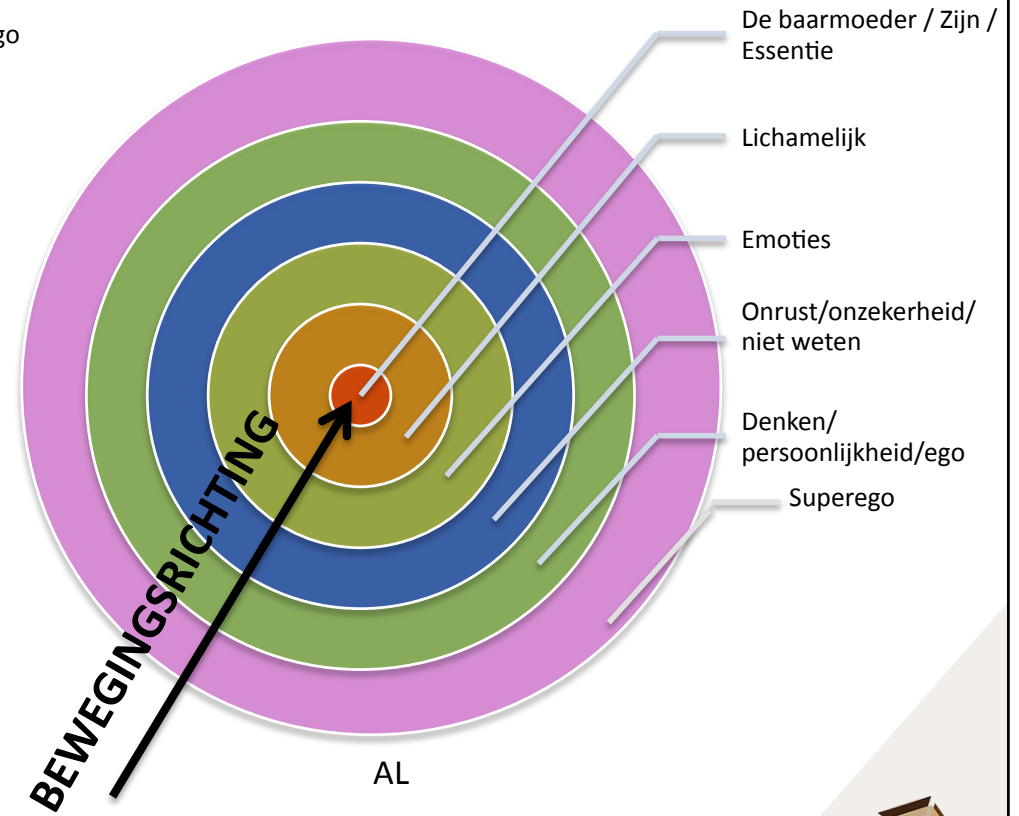
AL

De LOGICA van mijn CRISIS



AL

Opbouw
persoonlijkheid



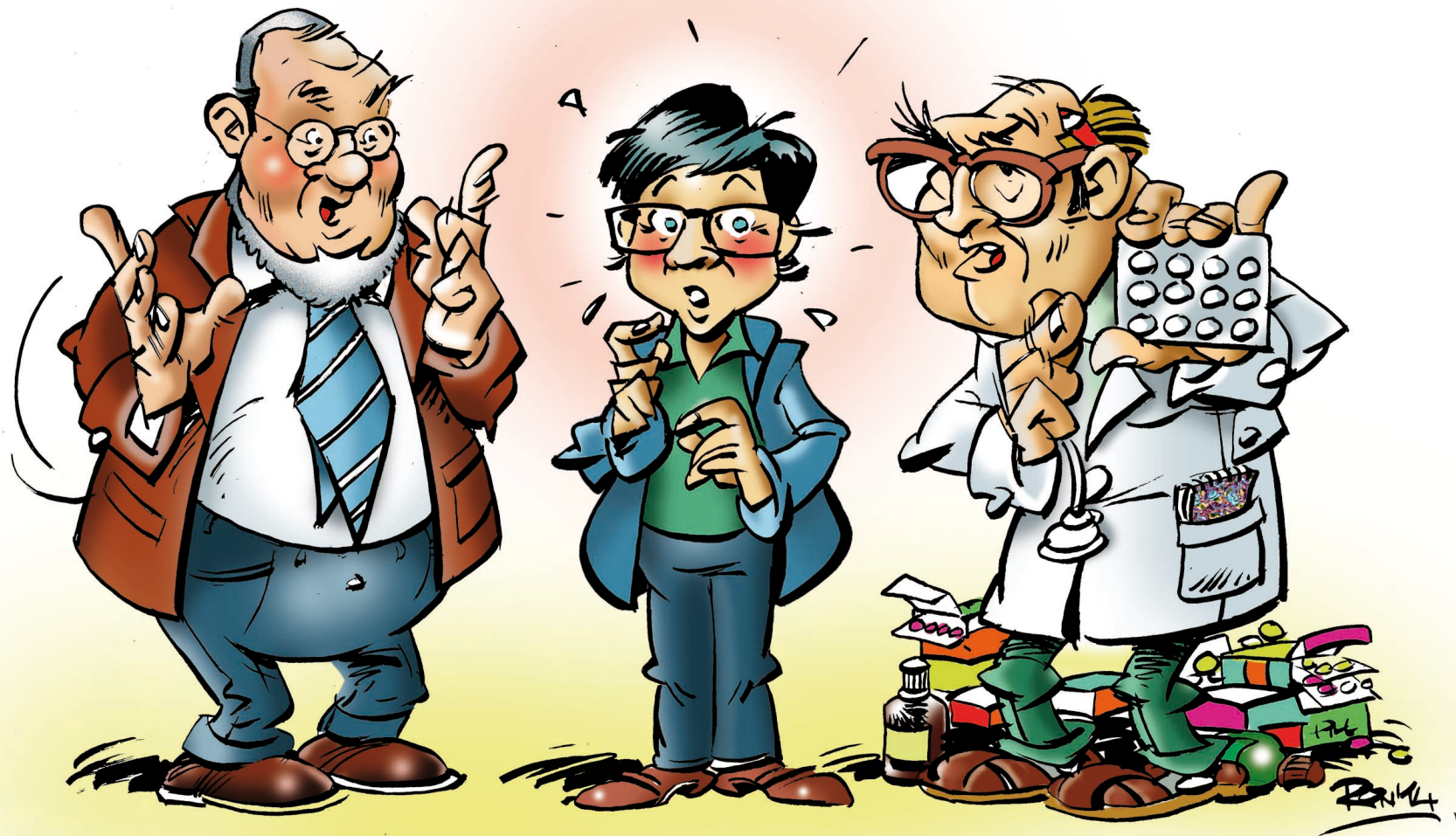
AL

Crisis

Hersteltalent



**“Ze DOET wel GEK,
maar volgens MIJ is ze NIET GEK”**



WAT JE WAARNEEMT IS EEN KWESTIE VAN PERSPECTIEF...

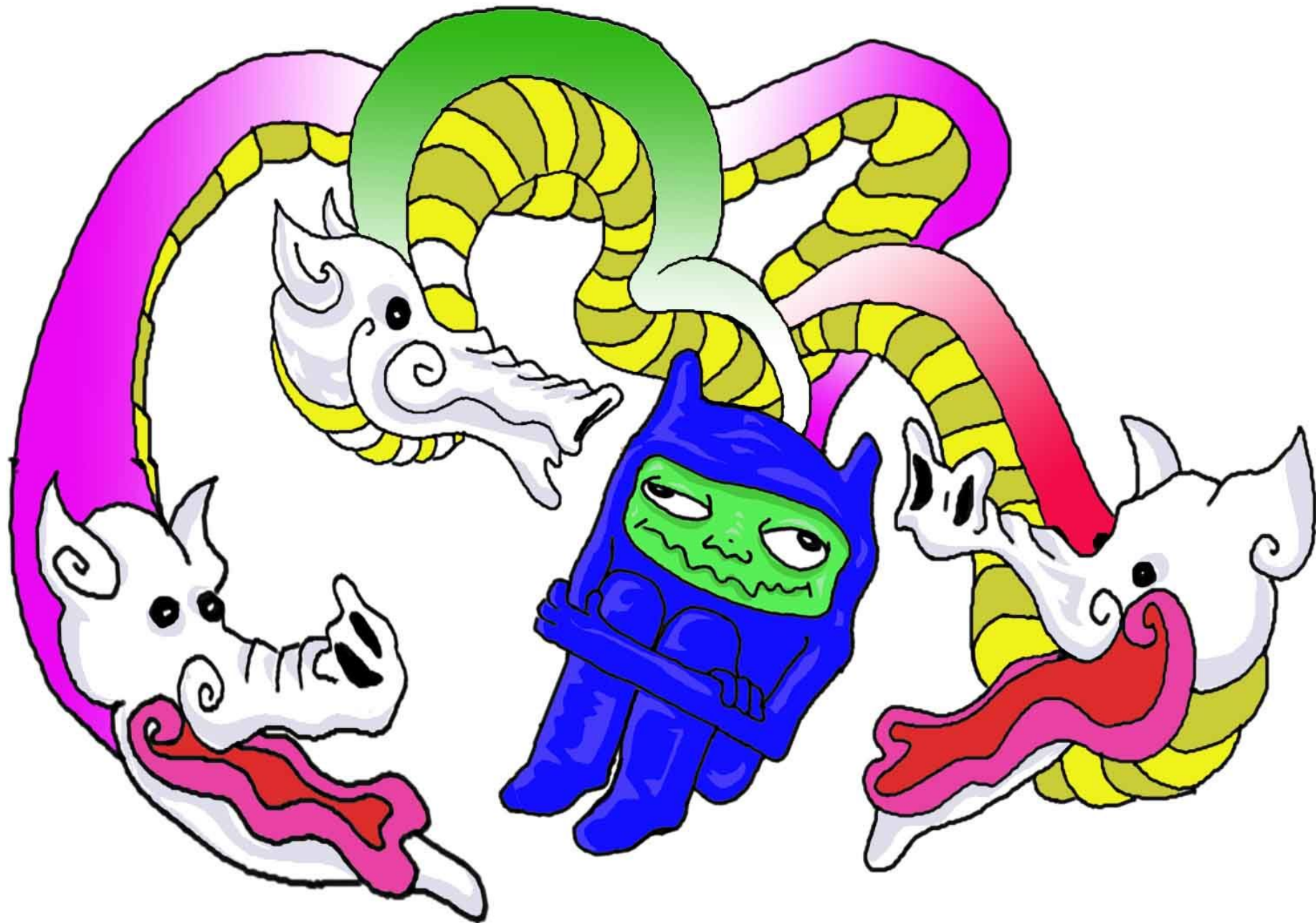


MISSCHIEN kun je het zelfs wel **VERGELIJKEN**
met het **PLATBRANDEN** van een **OERWOUD**





**De IDEE dat ik door
mijn 'ZIEKTE' geen
ONDERDEEL van mijn
EIGEN OPLOSSING
kon zijn**



STEMMEN HOREN hielp me SIMPELWEG



Door met mijn HOOFD te
BONKEN uitte ik hoe
BOOS, VERDRIETIG en
WOEDEND ik was.

**VOEDING bood me
inderdaad
BIJZONDERE
mogelijkheden**



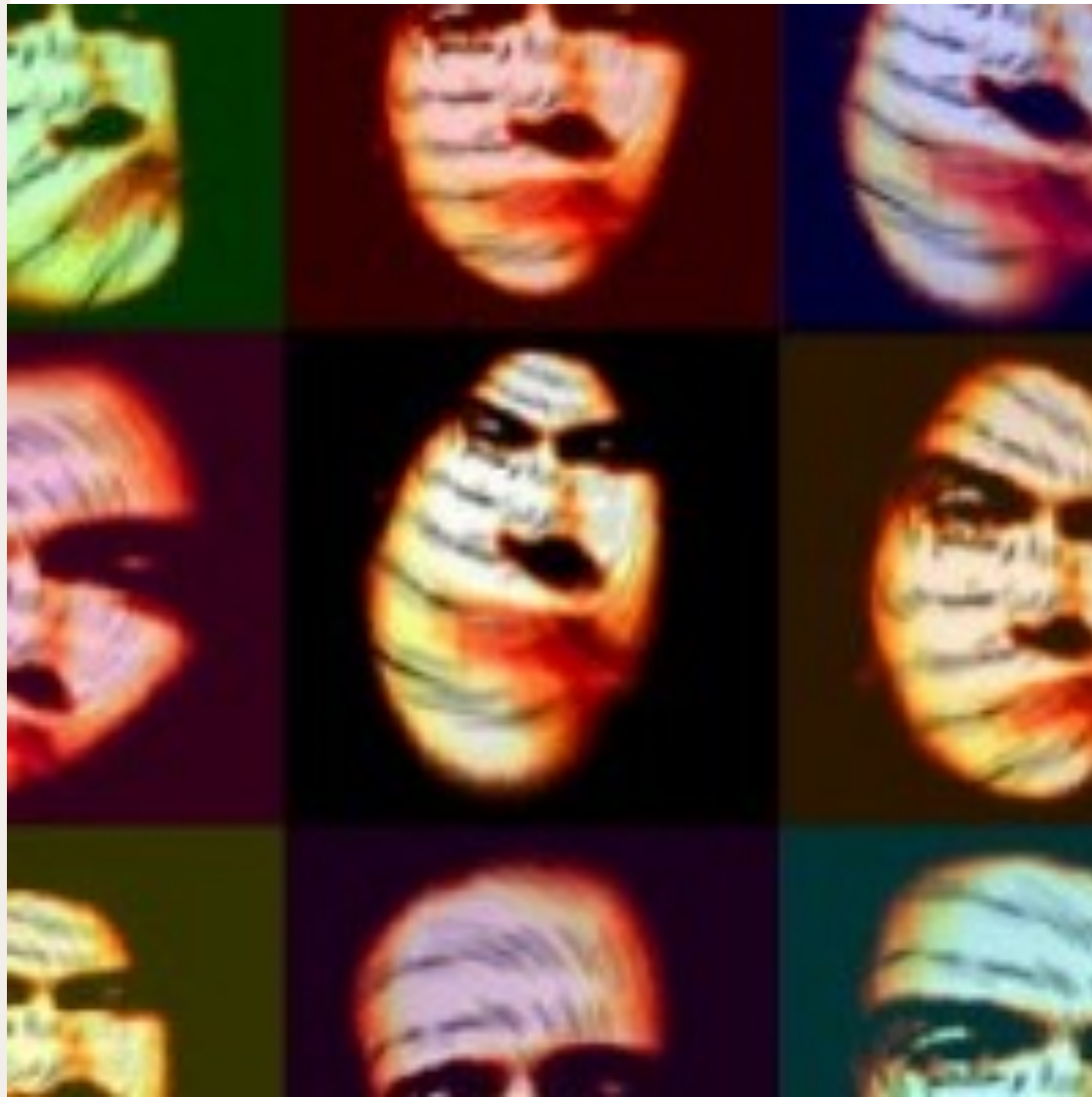


**De PARANOIA
waar ik aan LEED
was
VERKLAARBAAR**



MANIPULATIE





**een VREEMD
WISSELEND beeld van
DISSOCIATIEVE delen
van 'mijn ZELF'**



Meervoudige Persoonlijheids Stoornis (MPS)

Oude
PERSOONLIJKHEID
weer op de RAILS
zetten





Net zoveel TIJD nodig voor HERSTEL als de TIJD die je OUDERS hebben gebruikt om SCHADE aan te richten



STEEDS maar weer HETZELFDE PAD



STEMMEN als VERDEDIGINGS- MECHANISME



Voice **Dialogue**



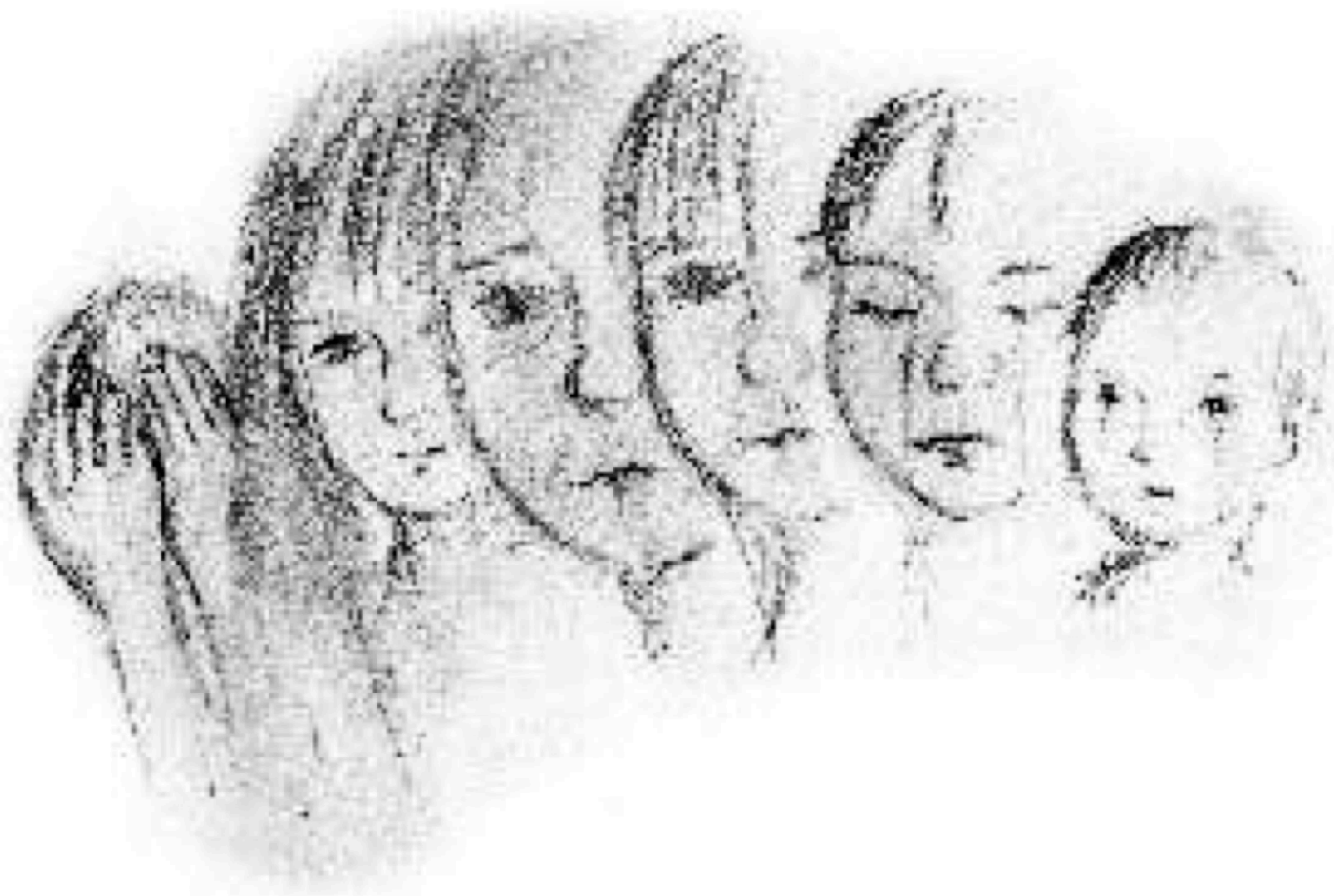
STEM op VAKANTIE





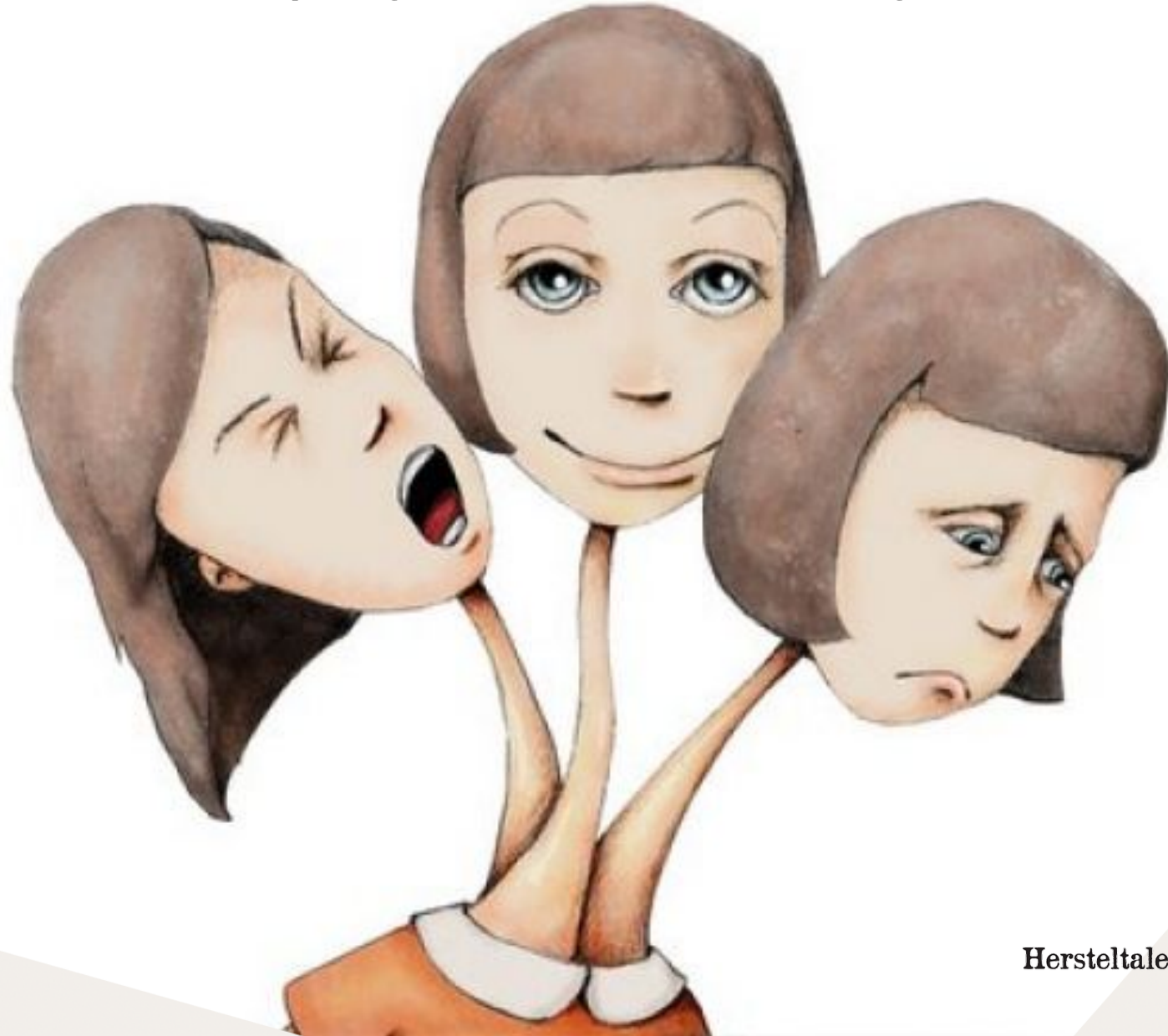


ALTERS



**De IDENTITEIT van de verschillende ALTERS en hun
KARAKTERTREKKEN werden in kaart gebracht**

**Ik was het ZELF die via de alters MIJN gevoelens
aan MIJN pleegvader en MEZELF uitlegde**



ANTIPSYCHOTICADEPOT





**COLD
TURKEY**

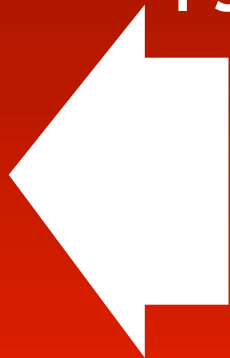


**EMOTIONELE pijn
UITDRUKKEN in
NEUROLOGISCHE
uitval**

FYSIOCOACH
(fysiotherapeut + coach),
Niek Knol



**WERELD VAN DE
PSYCHIATRIE**



**NORMALE
WERELD**



RUNNING THERAPIE



危機

CRISIS

=

危

GEVAAR

機

KANS



- 1. Vechten**
- 2. Vluchten**
- 3. Bevriezen**
- 4. VRIJHEID**

4 STAPPEN

1. Schouwen
2. Afstemmen
3. Invloed van de buitenwereld op jou
4. Jouw invloed op de buitenwereld

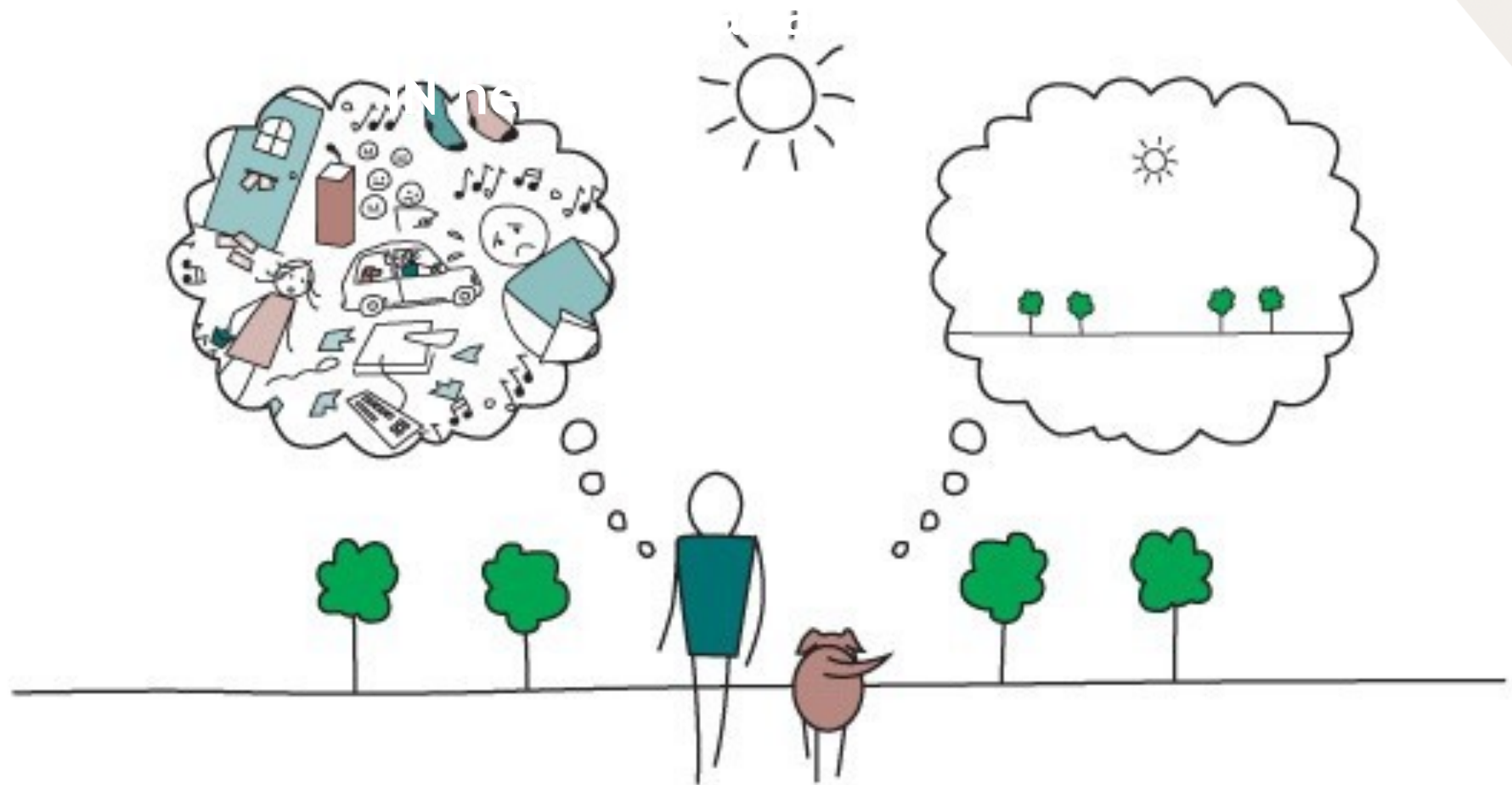
Stap 1 - SCHOUWEN



"And years from now,
darling, you'll be able
to blame me for
EVERYTHING!"

"Won't that be fun!"






mind full of mindfulness ?

BIJNA-DOOD ervaring



A glowing yellow egg is the central focus, set against a dark background with light rays emanating from behind it. A jagged crack runs horizontally across the middle of the egg, with a bright white light shining through it. The egg has a soft, warm glow, and the background features several horizontal light streaks that create a sense of depth and movement.

If egg is broken by
outside force, life
ends.

If broken by
inside force, life
begins. Great
things always
begin from inside.

Emoties ONVOORWAARDELIJK toelaten



Stap 2 - AFSTEMMEN op mijn EMOTIES



anger



joy



fear

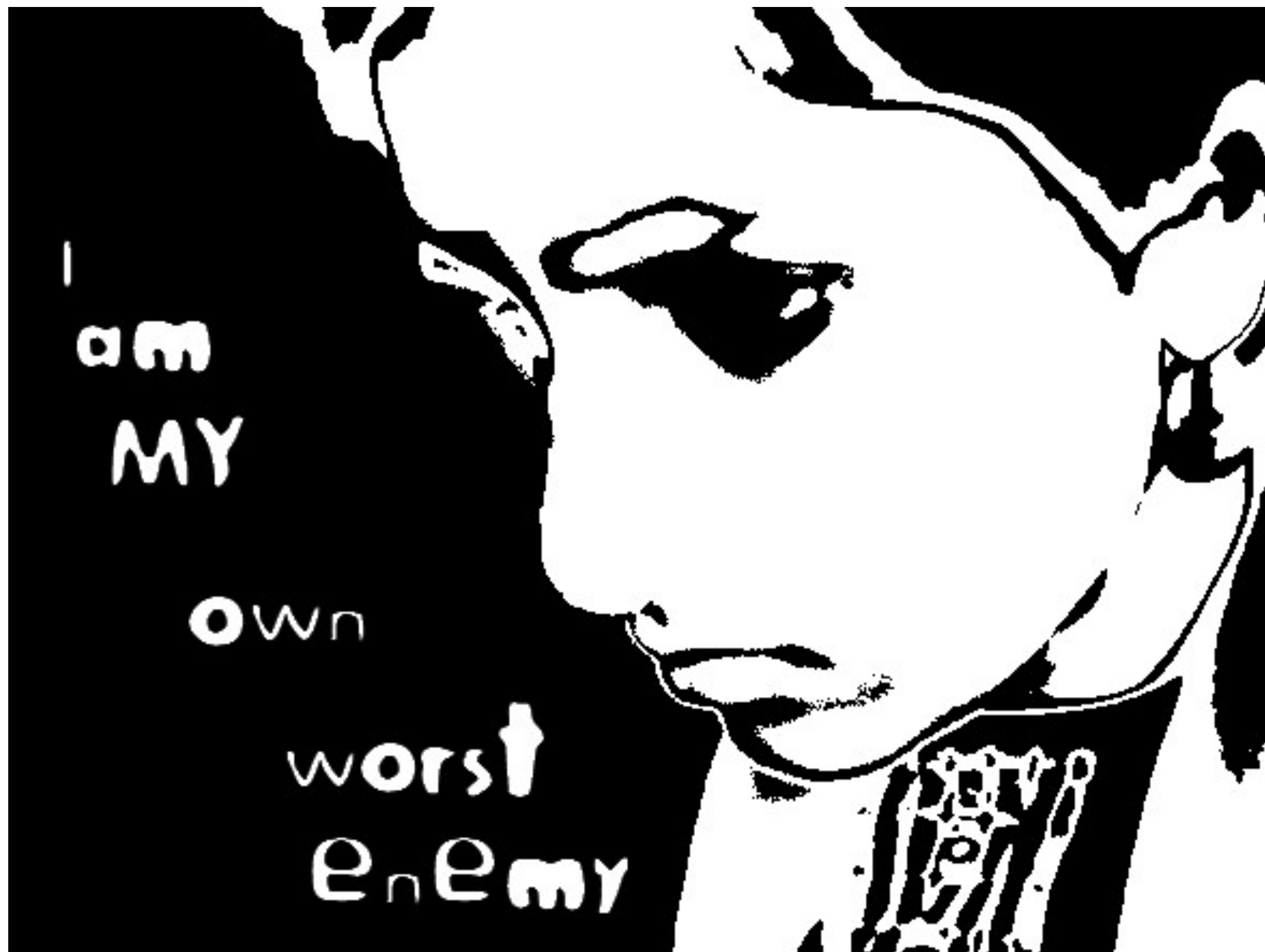


sadness



love





I
am
MY

own

worst
enemy

A black and white close-up portrait of Audrey Hepburn, looking slightly to the left with a soft expression. Her hair is styled in a classic updo.

**Stap 3 - De
INVLOED van
de BUITENWERELD
op JOU**

**You can tell more about a person by
what he says about others than you can
by what others say about him.**

--Audrey Hepburn

Ik leerde mijn SCHADUWKANTEN kennen



Stap 4 - Mijn INVLOED op de BUITENWERELD





Het was KEIHARD werken



Hersteltalent



DANK U WEL voor het LUISTEREN!