

Leren leven met blokkades? Vergéét het maar!



Informatiefolder over hoe emotionele blokkades ontstaan én hoe ze verdwijnen.

INLEIDING

Deze folder vertelt over het ontstaan van een emotionele blokkade. We gebruiken daarvoor een eenvoudig voorbeeld met Evert als hoofdpersoon. Aan de hand van de plaatjes en tekst leggen we uit hoe een emotionele blokkade kan ontstaan. We zien ook dat elke emotionele blokkade op een leugen is gebouwd. Deze folder is speciaal ontwikkeld om de problematiek rond deze blokkades eenvoudig te kunnen uitleggen. Uitgangspunt daarbij is dat deze folder de mondelinge uitleg ondersteunt. Deze folder geeft daarom geen volledig beeld over de praktijk van het verwijderen van emotionele blokkades.

Evert



Dit is Evert, hij is 3 jaar oud. Op het plaatje zit hij lekker te smullen van een bananesplitijsje die z'n vader net voor hem heeft gekocht. Van kinderen van 3 jaar weten we één ding zeker, ze kunnen niet netjes eten. Het is dan ook niet bijzonder als hij er al na 5 minuten helemaal onder zit. Het is een geweldig feest, totdat er voor Evert plotseling iets heel onverwachts gebeurt. Het zal zijn leven op een ongekende manier beïnvloeden. Aan dit feest komt plotseling een onverwacht einde...

De vader van Evert



Stop eens met dat éeuwig geknoei!

Dit is de vader van Evert. Hij houdt van netjes eten. Hij heeft zich al steeds zitten ergeren aan Evert en plotseling, helemaal onverwachts, valt hij op een verschrikkelijke manier uit naar Evert. "Stop eens met dat eeuwig geknoei!", schreeuwt hij. Evert krimpt ineen en weet niet waar hij het moet zoeken. Als hij in het niets had kunnen oplossen, had hij dat gedaan. Door een volwassen persoon zou zo'n woede uitbarsting misschien gerelativeerd kunnen worden. Maar voor een jongetje van 3 jaar is dat niet zo eenvoudig. We kijken hoe het verder gaat met Evert....

Reactie van Evert



Evert is hevig geschrokken maar vindt het ijsje veel belangrijker dan het moppen van z'n vader. Evert trekt zich lekker niets van z'n vader aan en denkt bij zichzelf: "Ouwe sukkel, je snapt niets van kleine kinderen."

Maar helaas denkt Evert dit niet. Hij trekt namelijk een andere, ingrijpende conclusie. Een conclusie die past bij zijn leeftijd waarin je nog niet kunt relativieren zoals volwassen mensen dat kunnen...

Reactie van Evert



Evert is vreselijk geschrokken van de woede uitval van zijn vader. Hij durft bijna niet verder te eten. Hij is bang om nog meer vlekken op z'n T-shirtje te maken. Hij trekt een conclusie die zijn verdere leven zal beïnvloeden. En die conclusie is "Ik mag geen fouten maken". Een onmogelijke opdracht die hij onmogelijk kan volbrengen. Een opdracht die ervoor gaat zorgen dat hij zijn persoonlijkheid heel veel geweld gaat aandoen.

Evert gelooft in een leugen



Vanaf dit moment is er een leugen in het leven van Evert gekomen. De buitenwereld eist van hem dat er geen fouten meer gemaakt worden. Een volwassen persoon zou begrijpen dat deze woede uitval van z'n vader een op zich staande gebeurtenis is. Voor Evert is dat als 3 jarige niet te begrijpen. Hoe gaat z'n leven eruit zien na deze voor hem pijnlijke gebeurtenis...?

Evert, jaren later

**Evert maakt
geen fouten
meer....
hij is
perfectionist
geworden**



De Evert van vroeger is nu een volwassen man geworden. Hij denkt nog steeds dat hij geen fouten mag maken. Hij heeft z'n hele leven daarop ingericht. In alles is hij bijna volmaakt. Z'n kleding zit altijd onberispelijk en zijn werk voldoet aan de hoogste eisen. Het lijkt allemaal heel goed te gaan met Evert, maar dat is dan vooral de buitenkant. De binnenkant van Evert heeft zwaar te lijden onder deze onmogelijke opdracht om geen fouten te maken. Eigenlijk gaat het helemaal niet goed met Evert.

Evert, jaren later

**De pijn van vroeger
zit aan de leugen
"ik mag geen fouten
maken"
Door geen fouten te
maken voelt hij de
pijn van vroeger
niet meer**



Evert loopt op z'n tenen. Hij vergt het uiterste van zichzelf, maar is nooit tevreden. Hij denkt dat anderen ook zulke hoge eisen aan hem stellen. Ja, hij is ook boos op mensen die in zijn ogen slordig zijn en dat isoleert hem. Hij is eenzaam. Want als hij een fout maakt, voelt hij de pijn weer die aan die herinnering van vroeger vastzit. Pijn, afwijzing, onbegrip, eisen die je niet kunt waarmaken. Eisen die je jezelf oplegt en waarin je gevangen zit. Je lijkt gevangen te zitten in een gevangenis zonder deuren. Hoe zal het verder gaan met Evert?

Evert, jaren later

**Evert kan niet
voldoen aan de
hoge eisen van
zijn eigen
leugen, en komt
in emotionele
problemen**



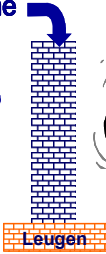
Omdat Evert al z'n hele leven probeert te voldoen aan de opdracht "Ik mag geen fouten maken" beginnen er zich steeds meer problemen voor te doen. Hij leeft voortdurend onder stress en is ook voortdurend bezig met de vraag of hij alles wel goed heeft gedaan. Er beginnen zich verschijnselen voor te doen die op overspannenheid beginnen te lijken. Hij kan zomaar ineens heftig uitvallen tegen iemand die een klein foutje maakt en begint ook diverse lichamelijke klachten te vertonen die wel eens met oververmoeidheid te maken kunnen hebben. Het gaat steeds slechter met Evert.

De helper van Evert

Perfectionisme



Ik mag geen fouten maken



Hier zien we de schematische voorstelling van de blokkade in het leven van Evert. De blokkade functioneert vanuit Evert als een bescherming (helper). Mensen om hem heen zullen de bescherming als een blokkade ervaren. Wie is de ware Evert? De blokkade die "perfectionisme" heet, is gebouwd op een fundament van een leugen. Het fundament heeft de naam van de leugen en heet "Ik mag geen fouten maken". Wanneer hier niets aan gedaan wordt, zal deze situatie Evert z'n hele leven parten spelen. Tot op zekere hoogte kan hij leren met deze blokkade om te gaan, maar emotioneel gezien zal er altijd een innerlijke strijd blijven die niet te winnen is.

Perfectionisme



Ik mag wel fouten maken!

Waarheid

Door deze bescherming (helper) aan de Here Jezus (De Waarheid) te geven, is het fundament (de leugen) van de muur verdwenen. Net als bij een echte muur zal ook hier de muur instorten omdat er geen fundament meer is.

Voor Evert betekent het dat vanaf dit moment de emotionele blokkade uit z'n leven verdwenen is. Hij kan nu gaan functioneren op de manier zoals dat bij hem past. Hij zal een enorme rust ervaren omdat de eisende drang om perfect te zijn, nu verdwenen is. Hij zal nog wel even moeten wennen aan de nieuwe situatie, omdat het zonder deze blokkade anders aanvoelt.

Deze folder is een uitgave van:



www.livethelife.nl
info@livethelife.nl

DISCLAIMER

Aan deze publicatie kunnen geen rechten worden ontleend. LiveTheLife is niet aansprakelijk voor de directe of indirecte schade die een gevolg is van het gebruik van deze publicatie. Het is toegestaan onze producten gratis te kopiëren en te verspreiden. Het is belangrijk dat iedereen kennis kan nemen van de problematiek rondom emotionele blokkades.

LiveTheLife
2007