

Souvenir

Een casus

In een samengesteld gezin heeft een zoon grote interne problemen, vanuit zijn eerdere huiselijke heftige situaties. Gespannen, onzeker kan hij weinig druk aan.

De moeder van in dit gezin probeert de jongen op een andere manier te begeleiden, al is het af en toe spitsdroeden lopen.

Het komt tot een plotselinge escalatie in de keuken, waar een messenblok staat.. Na 112 loopt het met een sisser af. Al kon ze haar kalmte bewaren, kan dit zonder gevolgen blijven?

Scannen

Vanuit onze Nucleus visie bezien, worden ingrijpende gebeurtenissen op 2 manieren in ons brein opgeslagen: een deel dat we kunnen vertellen, een deel dat we kunnen voelen.

Het deel, dat we voelen, heeft in een razendsnelle opname modus de hele omgeving 'gescand', opgeslagen.

Tegelijkertijd wordt het gevoel erbij opgeslagen in dat deel van ons geheugen. Dit -onderbewuste-deel is, door de opnamesnelheid niet precies, maar globaal.

Wat er in bovenstaande gebeurtenis was gescand, is de plek, waar dit plaatsvond. In deze 'opname' is het decor de keuken, met enkele sterk beladen elementen, zoals het keukenblok...

Triggers

Net zo goed als een souvenir ons ineens weer in een vakantiegevoel kunnen brengen, zullen in negatieve zin heftige gevoelens zich ineens kunnen opdringen. Zoals een voorwerp, een geur, brief of muziek.

Deze triggers kunnen van alles zijn; van stem, geur, tast, gebaar of beweging, kleur. Dit wordt in een traumatische context allemaal opgenomen in het brein.

Bij confrontatie van de trigger reageert dat geheugen soms onmiddellijk met het bijpassende gevoel, dat toen ook werd opgenomen.

Chronisch

Wat, als de gebeurtenis thuis plaatsvond? De reactie van het onderbewuste blijft automatisch en is tijdloos (denk aan vakantie souvenir). De voortdurende triggering kan het lichaam aanzetten tot een, wat we noemen secundaire klacht, een aanpassing, leiden. De keuken, waar je dagelijks staat, is zo'n voortdurende bron van stress en gevoeligheid.

Verrassend

In mijn praktijk liggen de hulpvraag en de gebeurtenissen soms heel eind uit elkaar. In deze casus was de hulpvraag, stress in de ouderrelatie en gevoel steeds te moeten bemiddelen met voortdurend moeten schakelen. Daardoor gevoelig voor stress. Dit voorval had ze niet gerealiseerd, qua imoact.

Hoe kon ik weten, dat fibromyalgie te maken had met de kleur van een bank en vloer? Of niet goed kunnen lezen met het lettertype van een beladen brief? Of een chronische schouderklacht of een brekebeentje"te maken hadden met een val van moeder prenataal? Of een afkeer van oranje met een keukenklik te maken had?

Ontdekkingsreis

Ben jij benieuwd, waar jou chronische klachten, je sterke voor- of afkeuren, jouw burnout, je beroepskeuze, diep verdriet etc. etc. vandaan komen? Die ontdekkingsreis kan ik met je maken. Het is een uitermate boeiende, maar ook helende reis. Die reis is niet belastend, zwaar, lang of ontregelend. Maar deze korte reis geeft verlichting, opluchting, rust en zelfinzicht en energie.

Je kunt me [bellen, mailen of appen](#)

