

# “Ik ben dom”

**Ik trek mij altijd veel van anderen aan.**

“Als iemand iets vervelends over mij zegt, dan blijft dat in mijn hoofd zitten. Het gaat er niet meer uit. Maar ik doe net of ik er niet mee zit en dat het mij niets kan schelen. En zolang ik mijn mond houdt, kan mij niets gebeuren! Vaak voel ik mij verdrietig en huil ik op mijn kamer als ik alleen ben. Papa en mama vertellen ik het maar niet. Papa zegt toch altijd dat ik mij er niets van moet aantrekken en mama zegt, dat “ze” het heus niet zo bedoelen. En toch blijft het in mijn hoofd zitten, dat ze mij dom vinden....ik ben dom!”

*(kind, 10 jaar)*

Veel kinderen identificeren zich met datgene wat hun gezegd wordt: Jij bent stom! Jij bent dom! Jij bent een watje! Allemaal vormen van 'zijn' waarin een kind kan gaan geloven. Maar is het waar?

Natuurlijk roepen we dan dat dit niet zo is, maar het kind gelooft het wel. Het kind zet de overtuiging vast in zichzelf en kan dit jaren met zich meedragen. Dit kan er uiteindelijk aan bijdragen dat je kind geblokkeerd raakt. Door te denken “ik ben dom” kan het gebeuren dat het kind niet goed meer iets durft te ondernemen. Of zijn mening niet zal uiten, uit angst om dom gevonden te worden, want in het verleden was dit ook al zo. Op deze manier blijven veel kwaliteiten overschaduwd en worden niet, of minder snel, gezien. Een kind is niet dom, maar houdt zich van de domme, omdat het, ooit in een ver verleden, heeft ervaren dat dit gedrag het meest veilig is.

Hoe zit het eigenlijk bij jou als volwassene? Welke verhalen over jezelf ben jij in de loop van je leven gaan vertellen? Verhalen die je verteld zijn, verhalen die je zelf bedacht hebt, verhalen die je gedachten over jezelf bevestigen, verhalen genoeg...



Sinds 2006 is Celeste werkzaam als psychosociaal therapeut en begeleidt zij jongeren en volwassenen in hun carrièerekeuzes of bij levensvragen.



De inspirerende Kindercoach

*Ethisch Kompas*

WWW.ETHISCHKOMPAS.NL

WWW.DEINSPIRERENDEKINDERCOACH.NL