

Deel 2 - Praktijkbevindingen

Introjecties ontstaan bij het ongeboren kind



“ Het ongeboren kind is een wezen met gevoelens, herinneringen en bewustzijn, en dat is de reden waarom datgene wat er in de negen maanden tussen conceptie en geboorte met hem, met ons allen, gebeurt in zeer belangrijke mate bepalend en vormend is voor zijn persoonlijkheid, drijfveren en ambities.”

(Thomas Verny & John Kelly, *The Secret Life of the Unborn Child*)

Neemt een ongeboren kind reeds de waarheid of overtuiging van de moeder en haar omgeving over ten koste van de eigen persoonlijke ontwikkeling? Zo ja, wat kan hypnotherapie bieden om op een doelgerichte manier introjecties op te sporen en te behandelen?

De conclusie uit het eerste deel van deze scriptie is duidelijk: Een ongeboren kind kan inderdaad de waarheden en overtuigingen van de moeder en haar omgeving overnemen ten koste van de eigen persoonlijke ontwikkeling. Op basis van deze conclusie is vanuit de hypnotherapie het zogenaamde Prenataal Innerlijk Kind Werk (zie blz. 22-24) ontwikkeld om doelgericht de schadelijke invloeden die destijds zijn meegenomen in de ontwikkeling van het ongeboren kind te helen.

In dit tweede deel van mijn scriptie heb ik in het eerste halfjaar van 2003 een aantal cliënten behandeld. De manier waarop deze cliënten zijn verworven en de onderzoeksmethode die is gebruikt, worden besproken in hoofdstuk één. Het Prenataal Innerlijk Kindwerk is tijdens het praktijkgedeelte aangepast en het herziene behandelplan inclusief de nieuwe technieken die zijn toegepast, worden toegelicht in hoofdstuk twee.

Tijdens het behandelen van cliënten is in deze periode in de media het belang van de baarmoederperiode op het latere leven van het kind op een merkwaardige manier ter sprake gekomen. Tijdens de Irak-oorlog die in maart 2003 begon, had Dr. Jerrold Post, een vooraanstaande psychiater in de VS, de belangrijke taak om de psyche van Saddam Hussein te analyseren en te voorspellen hoe hij de oorlog zou voeren. In een interview werd Dr. Post gevraagd om zijn professionele mening te geven over de oorzaak van de ontwikkeling van Saddam Hussein als meedogenloze dictator. Dr. Post beantwoorde deze vraag als volgt: "De oorzaak ligt in de baarmoederperiode van zijn leven. Tijdens de zwangerschap stierf eerst zijn vader en daarna een broer van Saddam die pas 12 jaar oud was. De moeder deed een abortus poging en probeerde zelfmoord te plegen." ¹

Op het moment dat het praktijkgedeelte van deze scriptie wordt geschreven is de oorlog in Irak afgelopen en hebben vier cliënten de therapie afgerond. De bevindingen van deze cliënten worden beschreven en geëvalueerd in de volgende hoofdstukken. Hoewel de verslagen van de sessies van deze cliënten uiteraard minder extreem zijn dan het verhaal van Saddam Hussein, hebben ze een belangrijk kenmerk gemeen die de bevindingen in het eerste gedeelte bevestigen. De ervaringen die worden opgedaan tijdens het verblijf in de baarmoeder leggen de fundering voor het latere leven.

Hier volgt een kort overzicht van de introjecties van de vier cliënten die worden besproken in het praktijkgedeelte van deze scriptie:

- **Rose:** Het ontstaan van de hardnekkige overtuiging, 'ik mag niet zijn zoals ik ben', wordt aan de hand van de beschrijving van de sessies van Rose duidelijk gemaakt in hoofdstuk drie.
- **Judith:** Een 5000 jaar oud karmische relatie en de invloed van familie op moeder en haar zich ontwikkelende ongeboren kind komen aan bod in hoofdstuk vier: de sessies van Judith die last heeft van de overtuigingen, 'Ik moet het alleen doen,' 'Ik ben het niet waard' en 'Het zou beter zijn als ik er niet was'.
- **Saskia:** In hoofdstuk vijf worden de sessies van Saskia beschreven die haar leven in de baarmoeder beschrijft als "negen maanden in een koude gevangenis". Saskia heeft last van de volgende overtuigingen: 'Ik red het niet', 'Ik ben het niet waard' en 'Ik mag er niet zijn'.

- **Els:** Het effect van onverwerkte rouw van moeder door het verlies van een kind wordt inzichtelijk gemaakt in hoofdstuk zes door het verslag van de sessies van Els die last van de volgende overtuigingen heeft: 'Ik mag geen nee zeggen', 'Ik moet anderen tevreden stellen' en 'Ik mag er niet zijn.'

De zogenaamde 0- en de 1-meting (de meting voor en na de hypnotherapeutische interventie) van dit onderzoek naar Introjecties ontstaan bij het ongeboren kind worden gepresenteerd in hoofdstuk zeven. Tenslotte worden conclusies aan de hand van de praktijkbevindingen getrokken en aanbevelingen gegeven in hoofdstuk acht.



Ongeboren kind van 16 weken

De cliënten die hebben meegedaan aan dit onderzoek in het eerste halfjaar van 2003 zijn verworven door briefjes op te hangen in de Centrale Bibliotheek te Amsterdam en New Age centra en winkels. Zie bijlage 1 voor een exemplaar van het briefje.

Ten eerste moesten deze cliënten last hebben van overheersende gevoelens zoals 'ik red het niet alleen' of 'ik ben het niet waard'. Ten tweede moesten ze weten of vermoeden dat de omstandigheden voor de moeder omtrent de zwangerschapsperiode moeilijk waren.

Naast de vier cliënten die klaar zijn met de therapie zijn twee cliënten ermee gestopt en vier zijn er nog mee bezig. De twee cliënten die zijn gestopt hebben maar twee sessies ondergaan: Een ontspanningssessie en een 'Ik-Versterking' sessie. Een van deze cliënten neemt antipsychotica en de andere een antidepressivum. Beiden zitten in een moeilijke periode en hebben het gevoel dat ze hun hoofd net boven water houden. Na de sessie 'Ik-versterking' bleek dat hun draagvlak onvoldoende verbreed was. Voordat aan de baarmoederperiode zou kunnen worden gewerkt, zijn vele sessies Ik-versterking nodig. Deze cliënten zijn voorlopig niet in staat om dit aan te willen of kunnen. Op basis hiervan zijn beide cliënten gestopt met de therapie.

De vier cliënten die klaar zijn met de therapie hebben gemiddeld vijf sessies ondergaan en de hypnotherapeutische werkwijze en stappenplan voor het Prenataal Innerlijk-Kind Werk zoals beschreven in het eerste gedeelte werd toegepast op alle cliënten. Wegens het beperkte aantal sessies is er alleen gewerkt aan de moeder-kind relatie. De rol van de vader bij de ontwikkeling van het ongeboren kind is hiermee slechts op een indirecte manier aan bod gekomen. Daarnaast zijn sommige sessies in de praktijk echter heel anders verlopen dan verwacht, waarbij de ervaring heeft geleerd dat de therapeut heel flexibel moet zijn om de cliënt goed te blijven volgen. In de volgende hoofdstukken wordt hieraan extra aandacht besteed om de hypnotherapeut te helpen met het begeleiden van cliënten in hun baarmoederperiode.

De herziene versie van het Prenataal Innerlijk Kind Werk, inclusief de nieuwe technieken die in de praktijk zijn toegepast, worden toegelicht in hoofdstuk twee.

De hypnotherapeut kan het Prenataal Innerlijk-Kindwerk, zoals beschreven in het eerste gedeelte van deze scriptie, beschouwen als de basis voor het werken met introjecties ontstaan bij het ongeboren kind. De therapeut dient echter enkele aanvullende technieken in zijn gereedschapskist te hebben om de belastende invloeden van de baarmoederperiode op een doelgerichte manier te helen. Op basis hiervan komt het voorgestelde stappenplan op blz. 24 te vervallen en wordt vervangen door een herzien behandelplan van de technieken die zijn toegepast in dit onderzoek. Deze volgt hierna inclusief een nieuwe stappenplan voor een zeer belangrijk onderdeel van het Prenataal Innerlijk-Kindwerk – het omzetten van een hardnekkige introjectie in een positieve levensovertuiging. Dit toegevoegde onderdeel van de behandeling wordt Innerlijk-Kind Versterking genoemd en kan worden toegepast op alle vormen Innerlijk-Kindwerk.

Herzien Behandelplan

- **INTAKEGESPREEK:** Het blijkt uit datgene wat naar voren kwam in de praktijk dat het schetsen van het baarmoederperiode-plaatje belangrijk is om het onbewuste te stimuleren. Dit bevordert het verloop van de vervolg sessies.
- **ONTSPANNING/ IK-VERSTERKING SESSIE:** Als de cliënt onvoldoende draagvlak heeft, moet er minstens één ik-versterking sessie worden gedaan.
- **HET VERKENNEN VAN DE BAARMOEDERPERIODE IN TRANCE:** De ervaring met cliënten heeft geleerd blijkt dat het essentieel is om door middel van regressie de cliënt terug te laten gaan naar de baarmoederperiode om een overzicht van maand tot maand te vormen. Het wordt dan heel duidelijk in welke maanden de introjecties zijn ontstaan. Daarnaast ziet de cliënt onder ogen welke invloeden en omstandigheden er zijn gekoppeld aan de introjecties. Tijdens het verkennen van de baarmoederperiode kan het ook duidelijk worden of de cliënt eerst iets moet verwerken uit een vorig leven.
- **REINCARNATIETHERAPIE:** Reïncarnatietherapie moest worden toegepast bij twee cliënten (Judith, zie blz.39 en Els, zie blz. 49) om verder te kunnen gaan met het werk aan de baarmoederperiode. Reïncarnatietherapie is een onderdeel van regressietherapie. De cliënt gaat terug in de tijd om alsnog los te komen van emotionele invloeden en overtuigingen uit een vorig leven.*
- **IDEOMOTORISCHE VINGERSIGNALLEN:** Bij één cliënt (Judith, zie blz. 39) werd ideomotorische vingersignalen twee keer toegepast en heeft deze methode een belangrijke rol gespeeld in de therapie. Via ideomotorische vingersignalen kan direct met het onbewuste worden gewerkt waarbij het onbewuste van de cliënt antwoorden op vragen geeft door middel van vingersignalen.*
- **INNERLIJK-KIND VERSTERKING:** Als het verkennen van de baarmoederperiode voldoende overzicht geeft over het ontstaan van de introjecties en er geen belemmeringen zijn om het Prenataal Innerlijk-Kindwerk voort te zetten, kan de therapeut beginnen aan het helen van het ongeboren kind.

*Voor meer informatie over de nieuwe technieken die zijn toegepast in de praktijk zie het *Handboek van Moderne Hypnotherapie* van Uijtenbogaardt.

De ervaring met cliënten heeft geleerd dat de introjecties niet alleen in de persoonlijkheid van de cliënt ingeprent zijn, maar ook in het lichaam zelf. Het omzetten van een hardnekkige introjectie in een positieve levensovertuiging vergt dan veel tijd en aandacht. Het is essentieel om de oude introjectie om te zetten in een nieuwe levensovertuiging en deze positieve overtuiging te laten inprenten in zowel de gedachten als het lichaam van de cliënt inclusief de zintuigen. Dit wordt stap voor stap uitgelegd in het stappenplan op blz. 32.

- **LOSMAKINGSRITUEEL:** Het losmakingsritueel, met name met moeder, is nog een essentieel onderdeel van het Prenataal Innerlijk-Kindwerk en kan het beste worden toegepast in de laatste sessie. Het voorgaande werk, vooral het omzetten van de introjecties in nieuwe levensovertuigingen, zorgt ervoor dat de energetische verbindingen met de moeder zonder veel moeite los komen. Het is een vrij eenvoudige, maar zeer effectieve techniek, waarbij de energetische verbindingen tussen de cliënt en de ouders worden losgemaakt.



Ongeboren kind van 20 weken

*Voor meer informatie over de nieuwe technieken die zijn toegepast in de praktijk zie het *Handboek van Moderne Hypnotherapie* van Uijtenbogaardt.

Stappenplan Innerlijk-Kind Versterking

1. De cliënt sturen naar het moment in de zwangerschap waarop de introjectie is ontstaan.
2. De cliënt dit moment geassocieerd laten herbeleven. Doorvragen naar omstandigheden in de baarmoeder, gevoelens, aanwezigheid van de vader, enzovoort. De cliënt laten doorvoelen en ruimte geven voor het uiten van emoties, indien nodig.
3. De cliënt laten dissociëren voor perspectief en inzicht in het hele plaatje (moeder, vader en de omgeving) zodat de ervaringen en gevoelens herkend en begrepen kunnen worden. De cliënt de volgende vraag laten beantwoorden: 'Wat heeft het kleintje nodig?'
4. Het kleintje in een beschermend cocon van licht zetten in of buiten de baarmoeder* en het kleintje alles wat het nodig heeft laten ontvangen van de volwassene .
5. Terwijl het kleintje geniet van alle aandacht en troost, benoemt de volwassene een nieuwe levensovertuiging voor het kindje.
6. Hierna laat de volwassene het kleintje zich verder ontwikkelen in de cocon met deze nieuwe levensaffirmatie totdat het kindje klaar is om opnieuw geboren te worden.
7. Bij de geboorte neemt de volwassene het kindje in de armen en geeft de levensaffirmatie nogmaals door aan de pasgeboren baby.
8. Vervolgens neemt de volwassene de baby op in zijn lichaam en geeft aan welke kleur energie er is ontstaan op de plek waar het kindje werd opgenomen.
9. Vanuit deze plek (meestal in de hartstreek of buik) wordt uitgebreid aandacht besteed aan het zich laten verspreiden van de energie van het opgenomen kindje, het laten wegstromen van de oude energie en het laten inprenten van de nieuwe levensovertuiging. Het gebied waarin het kindje is opgenomen wordt eerst gevuld met de nieuwe energie en de suggestie wordt gegeven dat alle oude energie kan worden weggespoeld door een opening aan de achterkant van het lichaam bij het respectievelijke gebied. Vervolgens wordt deze oude energie opgenomen door de aarde en getransformeerd.
10. Daarna wordt de volgende suggestie gegeven: " En deze nieuwe energie neemt de waarheid mee, dat je ... (herhalen van de levensaffirmatie)... Laat je buik weten wat de waarheid is. Zeg het maar tegen hem."
11. De stappen 9 en 10 herhalen voor alle gebieden van het lichaam inclusief de zintuigen: buik & maag, borst, nek & schouders, hoofd en gezicht (met uitgebreide aandacht voor de ogen, oren, mond, neus en de bijbehorende zintuigen) armen, handen (met extra aandacht voor het gevoelszintuig), rug en wervelkolom, bekkengebied, bovenarmen, knieën en onderbenen, enkels en voeten). Tevens kan er bij de armen en benen extra aandacht worden besteed aan de gewrichten (enkels, knieën, ellebogen en polsen). Indien mogelijk een posthypnotische suggestie aan de functie van het zintuig koppelen. Bijvoorbeeld bij de ogen kan het volgende worden gesuggereerd: " En iedere keer als je naar iets of iemand kijkt, zie je de waarheid... (herhalen van de levensaffirmatie)."
12. Ten slotte kan het Innerlijk-Kind versterking worden afgerond door aandacht aan de longen te besteden met de volgende suggestie: " En iedere keer als je inademt, adem je de waarheid in ... (herhalen van de levensaffirmatie)."

* Sessies met cliënten in de beginfase van de therapie lieten zien dat het belangrijk is om het kleintje in een cocon van beschermend licht te zetten voordat het kleintje ontvangt wat het nodig heeft. Het is belangrijk dat de therapeut de cliënt hiervoor veel ruimte geeft door het volgende te suggereren. 'Voel maar of je behoefte hebt om het kleintje in een cocon van beschermend licht te zetten. Misschien voelt het goed om dit in de baarmoeder zelf te doen of wellicht voelt het beter om het kleintje te verhuizen naar een cocon van licht buiten de baarmoeder,' (zie het verslag van de sessies van Rose, blz. 37).

Tips

1. Mocht de cliënt tevens fysieke klachten hebben dan kan er extra aandacht worden besteed aan het respectievelijke orgaan en/of lichaamsgebied.
2. Andere kleuren energie kunnen vanzelf ontstaan bij bepaalde gebieden van het lichaam. Vandaar dat het altijd goed is om de volgende suggestie te geven aan de cliënt: "Deze energie verspreid zich verder uit naar 'X' en voel maar wat voor kleur energie bij 'X' hoort."

Hierna worden de sessies van Rose, Judith, Saskia en Els besproken.

Achtergrond en hulpvraag

Rose volgt een opleiding voor hulpverlening en heeft daardoor veel aan zichzelf kunnen werken. Er blijft bij haar echter een hardnekkige angst over om er te mogen zijn en deze kan optreden in werk- en studiesituaties. Deze angst hangt meestal samen met presteren. Rose voelt dat ze deze angst heeft overgenomen van moeder en vermoedt dat de oorsprong van deze angst in de baarmoederperiode ligt. Rose wil van het gevoel 'ik mag niet zijn zoals ik ben' af.

Intakeschets van zwangerschapsplaatje

Rose weet heel weinig van de zwangerschapsperiode maar haar vader hield een dagboek bij van de eerste paar jaar na haar geboorte. Door dit te lezen heeft Rose zich een duidelijk beeld kunnen vormen over de instelling van haar ouders met betrekking tot het kindje. Hoewel Rose denkt dat zij wel gewenst was, komt het in het dagboek duidelijk naar voren dat moeder veel angsten had. Haar vader schreef: "Ik kan Rietje (moeder) niet overtuigen dat haar baby even mooi en lief is als de andere baby's op de kraamafdeling."

De moeder van Rose heeft een moeilijke jeugd gehad waarin ze veel geslagen werd. Dit heeft geleid tot heel veel onzekerheid en de overtuiging dat ze niet goed genoeg is. In het dagboek staan veel opmerkingen over de imperfecties van Rose als baby en veel commentaar over haar fysieke ontwikkeling. Bijvoorbeeld wat zij kan, en niet kan, en dat na tien maanden de ouders moeite hadden om het kleintje zindelijk te krijgen. Hierdoor vermoedt Rose dat het contact met moeder op gevoelsniveau heel gebrekkig was in de baarmoederperiode.

Het verkennen van de baarmoederperiode in trance

Hier volgt een overzicht van de ervaringen die Rose heeft opgedaan in de baarmoederperiode.

- **1^e maand:** Rose ziet haar ziel als een grote, warme, kloppende bal van oranje licht die om de baarmoeder heen draait. Zij probeert contact te maken met moeder: "Maak je niet druk, het is de bedoeling dat ik er ben. Het is goed, heb er maar vertrouwen in dat het goed gaat" zegt Rose tegen moeder. Helaas lukt het Rose niet om contact te leggen met moeder. Hierdoor voelt ze zich niet gezien en gehoord. Zij denkt aan het lekkere holletje waar zij vandaan is gekomen en vraagt zich af: "Wil ik dit echt?". In de derde week gaat de ziel van Rose de baarmoeder in. Zij voelt meteen dat haar grote warme bal van oranje licht wat kleiner geworden is.
- **2^e maand:** In de tweede maand van de zwangerschap komt er een donkere oranje schil met barstjes om de oranje bal van licht heen. Rose vindt dit erg jammer omdat de bal meer een ding wordt dan een warm kloppend leven. Rose zegt: "Ik word beperkt door de schil. Het uitstralen van liefde wordt niet toegestaan."
- **3^e maand:** Rose kan moeder noch voelen noch zien en heeft kramp in de hartstreek. Zij voelt zich eenzaam en gelooft dat ze het alleen moet doen.
- **4^e maand:** Er gebeurt heel veel met Rose zelf waardoor zij een soort opwinding ervaart. Ze zegt: "Ik zal laten zien dat ik het allemaal zelf kan. Rose voelt zich nog steeds afgesloten van moeder."

- **5^e maand:** De pijn in de hartstreek breidt zich verder uit en de bal van oranje licht wordt steeds kleiner. Rose kan nu een bepaalde trots van moeder voelen maar moeder is niet trots op het levende gevoel van de oranje bal, zij is juist trots op de schil erom heen. Het lijkt alsof de kleine Rose zich al heeft aangepast aan de omstandigheden in de baarmoeder.
- **6^e maand:** Een soort berusting vindt plaats. De oranje bal is net zo groot als in de 5^e maand.
- **7^e maand:** Het eerste beeld van de vader komt naar voren: Hij kijkt heel trots naar de buik van zijn vrouw. Hoewel Rose ontroerd is, blijft de schil in de weg zitten om echt contact met moeder te krijgen. De oranje bal van licht is nu wat kleiner geworden.
- **8^e maand:** Rose is zeer teleurgesteld omdat haar essentie, de oranje bal van licht steeds kleiner wordt. "In eerste instantie was ik hem helemaal, nu is het maar een knikker geworden," zegt Rose. De potentie van de bal is er nog wel maar de kracht en energie ervan mag er niet zijn.
- **9^e maand:** Rose heeft heel veel spijt. Zij had zo graag alle eigenschappen van de oranje bal van licht willen meenemen. Dit gevoel van gemis lijkt sterk gekoppeld te zijn aan de pijn die opnieuw zeer aanwezig is in haar borststreek.

In het nagesprek was het helemaal duidelijk voor Rose dat de overtuiging 'ik mag er niet zijn zoals ik ben' is ontstaan in de baarmoederperiode. Zij moest zich behoorlijk inhouden om zich aan de omstandigheden omtrent de zwangerschap aan te kunnen passen.

De nieuwe jas

In de volgende sessie is gewerkt aan de overtuiging 'ik mag er niet zijn zoals ik ben'. Na een ontspannende inductie geniet Rose even van een prachtig bergdal en vooral van de rust en de ruimte. Door deze gevoelens te versterken gaat zij terug naar het moment voor de conceptie en wordt zij de grote oranje bal van licht. Zij voelt zich sterk en haar gloeiende energie straalt uit als een zonsondergang.

Op een gegeven moment, als het tijd wordt om te incarneren, voelt Rose duidelijk aan dat het nieuwe leven voor haar moeilijk gaat worden. Zij overdenkt wat zij allemaal moet opofferen (een bestaan met geborgenheid en geen beperkingen) om aan haar nieuwe leven te beginnen.

Met de suggestie om naar het moment te gaan wanneer de overtuiging 'ik mag er niet zijn zoals ik ben' is ontstaan, gaat Rose naar de tweede maand van de zwangerschap. Zij maakt contact met de al gevormde schil om de oranje bal van licht heen en ze voelt zich erg angstig. Rose voelt zich afgewezen door moeder en geeft aan dat dit verbonden is aan de overtuiging 'ik mag er niet zijn zoals ik ben'. Vervolgens zegt ze: "Ik weet dat het mijn lot is om de angst van mijn moeder over te nemen."

Van een afstandje beseft Rose dat het heel dubbel is voor moeder. Enerzijds wil moeder blij zijn dat ze zwanger is. Anderzijds is zij bang dat zij het niet aan kan. De moeder van Rose moest haar baan opzeggen om te trouwen en zij moest wennen aan het leven als huisvrouw. Dit vindt ze nog steeds heel moeilijk en ze mist haar vriendinnen. Daarom wil ze zich bewijzen als ze straks een zogenaamd 'perfect' kind krijgt. Zij is bang dat zij het kind niet goed genoeg zal opvoeden of dat het kind niet helemaal gezond zal zijn.

Vanuit de dissociatie kan Rose overigens waarnemen dat de kleine Rose reeds bang is dat zij het niet goed genoeg zal doen en dat zij haar opdrachten in het leven niet goed zal voltooien. Haar levensopdrachten zijn onder andere het overwinnen van angsten zoals 'ik ben niet goed genoeg', haar eigen kracht vinden en weer de oranje bal worden.

Rose wil de angsten waardoor het kindje ondergesneeuwd is, teruggeven aan de moeder. Ze kan duidelijk zien dat er een heel pakket angsten aan de nek en schouders van de kleine Rose vastgebonden is maar het lukt niet om de angsten terug te geven. Rose voelt zich te verantwoordelijk voor het welzijn van moeder en is bang dat zij het niet zal redden als ze haar zoveel negatieve energie terug geeft. Vervolgens ziet Rose een beeld van moeder, omgeven met een dikke schil. Deze schil dient als bescherming tegen haar innerlijke leegte. De moeder probeert deze leegte te vullen met van alles van buitenaf inclusief veel energie en aandacht van Rose.

De sessie loopt even vast maar door de suggestie te geven dat het onbewuste een manier kan vinden om de angsten wel terug te geven, komt de volgende recente gebeurtenis naar boven. Onlangs was Rose op visite bij moeder in het verpleeghuis en Rose had een nieuwe jas aan. Een prachtige jas waarmee zij heel blij is. Moeder vroeg "zullen we van jas ruilen?" als grap maar zij meende het echt. Deze opmerking raakt Rose heel diep en allerlei emoties komen naar boven. Het kwartje bij Rose valt en ze ziet dat haar nieuwe jas vergelijkbaar is met de energie van haar oranje bal van licht en dat de oude jas van moeder versleten is van verdriet en minderwaardigheidsgevoelens. Daarna beseft Rose dat de kleur van de jas van moeder dezelfde kleur heeft als de schil om haar oranje bal van licht heen. Rose stelt nu voor dat ze haar angsten terug kan geven aan moeder door middel van de oude jas.

Ten slotte, maakt Rose contact met de oranje bal van licht in zichzelf en laat dit licht door haar hele lichaam heen stralen. Hieraan wordt uitgebreid aandacht besteed.

Teletubbyland

In het voorgesprek is er afgesproken om terug te gaan naar de baarmoederperiode om het openstaande innerlijk kind werk uit de laatste sessie te voltooien.

[De techniek Prenataal Innerlijk-Kindwerk is inmiddels verder ontwikkeld waardoor een nieuwe volgorde van stappen tot stand is gekomen. Zie blz. 33. Sessies met andere cliënten hebben aangetoond dat het innerlijke 'prenatale' kind eerst genezen en versterkt moet worden voordat er aan het teruggeven van de introjecties en losmakingsritueel kan worden gewerkt].

Tijdens de inductie geeft Rose aan dat ze een zwaar gevoel heeft op haar schouders, alsof er iets op drukt. Zij heeft ook kramp in haar buik. Door er meer aandacht aan te besteden wordt Rose door haar onbewuste begeleid naar het moment in de baarmoederperiode waarop deze gevoelens zijn ontstaan.

Rose voelt zich heel angstig en kan van een afstandje waarnemen dat het kleintje de angst van moeder voelt en overneemt. De moeder van Rose is bang om te leven en continu bang dat alles verkeerd zal gaan. Vanuit de dissociatie geeft Rose aan dat het kleintje blijdschap, iets van welkom geheten te worden, vertrouwen, speelsheid, lichtheid en vreugde nodig heeft. Rose vat dit als volgt samen: 'gewoon een klein blij kind mogen zijn.'

In plaats van het kleintje in een cocon van licht te zetten, verplaatst Rose het kleintje naar een groen landschap met klaprozen, en een hele felle blauwe lucht met een felle gele zon. Het staat buiten kijf dat het kindje ruimte en zonlicht om zich heen wil hebben. Dit landschap doet Rose denken aan de Teletubbies en zorgt voor een grote glimlach op haar gezicht. Vervolgens bedenkt Rose een nieuwe levensovertuiging voor het kleintje: 'Je hebt recht op ruimte, licht, warmte en speelsheid.'

Vervolgens worden de resterende stappen van de 'Innerlijk-Kind versterking' afgemaakt (zie blz. 33) waarbij Rose alle kleuren van de regenboog gebruikt om de nieuwe levensovertuiging energetisch te verankeren in het lichaam.

Losmakingsritueel

Rose ontmoet moeder in trance in een prachtig bergdal en ze maakt de volgende energetische verbindingen los:

- **Een vishaak aan een touw** loopt van de buik van Rose naar de keel van moeder. Deze verbinding heeft te maken met de manier waarop Rose is gemanipuleerd door de normen, waarden en ideeën van moeder. Bovendien komt Rose tot de realisatie dat de plek waarin de vishaak zit, precies dezelfde plek is die pijn doet bij haar menstruatie. Rose maakt de vishaak los door met warmte en liefde naar haar buik te sturen en daarna benoemt ze de volgende nieuwe overtuiging: 'Ik ben baas in mijn eigen buik.'
- **Een grote knijper** op de keel van Rose die energetisch verbonden is met de keel van moeder. Deze knijper maakt het moeilijk voor Rose om zich te uiten en rechtop te staan. Rose maakt de knijper los en vervolgens benoemt ze een nieuwe overtuiging: "Ik ben niet verantwoordelijk voor haar."
- **Een draaiend, dringend gevoel** alsof er een knijpende hand op de maag van Rose drukt die haar beperkt en klein houdt. Rose maakt deze hand los met groene en witte energie en ze benoemt de volgende overtuiging: "Ik maak ruimte voor mijn eigen energie."
- **Een soort zuignap** die drukt tegen het voorhoofd van Rose aan. Deze zuignap zorgt er voor dat Rose aan haar eigen ideeën twijfelt. Rose realiseert zich dat haar leven veel luchtiger kan zijn – zij heeft lucht nodig, zowel letterlijk als figuurlijk.

Naast de verbindingen die Rose heeft losgelaten, ontstaat een gouden lijntje dat loopt van hart tot hart. Dit lijntje gaat gekoppeld met de overtuiging: "Ik maak me zacht en mijn-moeder mag er zijn zoals ze is."

Achtergrond en hulpvraag

Judith is 31 jaar en heeft het grootste gedeelte van haar jeugd therapie gevolgd voor het behandelen van onder andere depressie. Voor zover Judith weet, heeft moeder heel lang aan geestesziekte geleden waardoor zij het karakter van 'Jekyll en Hyde' heeft ontwikkeld. Enerzijds kent Judith een moeder die heel veel van haar houdt en anderzijds heeft ze een moeder die haar letterlijk haat.

Haar ouders gingen scheiden toen zij drie jaar oud was en één jaar later moest zij voor de eerste keer naar een psychiater toe. Zij kreeg de diagnose: depressief. Rond deze tijd werd haar broer, die negen jaar ouder is dan Judith, voor de eerste keer opgenomen in een psychiatrische jeugdinrichting.

Ondanks vele moeilijkheden heeft Judith altijd verzoening, kracht en vriendschap kunnen vinden in paarden en deze band heeft tot een droom geleid. Zij wil graag een healingcentrum opzetten waar vooral getraumatiseerde kinderen zich kunnen laten genezen door onder andere de helende kracht van paarden. Judith was al meer dan een jaar bezig om dit project tot stand te brengen in Oost-Europa maar wegens problemen met de planning neemt zij er nu even wat afstand van om aan zichzelf te werken.

Judith zou aan de volgende overtuigingen, waarvan zij last heeft, willen werken: 'Ik ben het niet waard', 'Ik moet het alleen doen' en 'Het zou beter zijn als ik er niet was'. Het verkennen van haar eigen baarmoederperiode spreekt Judith zeer aan omdat moeder aan een zware postnatale depressie leed en zij vermoedt dat de wortels van de bovengenoemde overtuigingen in de baarmoederperiode liggen.

Intakeschets van zwangerschapsplaatje

De moeder van Judith wist eigenlijk dat ze geen toekomst meer had met haar man. Hun relatie was al behoorlijk achteruit gegaan door onder andere zijn beroep als koopvaardijmatroos. Desalniettemin wilde zij echter nog één kind en raakte met opzet zwanger zonder dit te bespreken met haar echtgenoot. De vader van Judith wilde geen tweede kind en was vaak voor langere periodes afwezig vanwege zijn werk.

Judith weet niet zeker wanneer de geestesziekte van moeder is ontstaan. Zij denkt en hoopt dat het niet in het begin van de zwangerschap is ontstaan omdat moeder haar altijd heeft beschuldigd de oorzaak te zijn van haar ziekte.

'Native' een bijzonder paard

Voordat er aan de baarmoederperiode kan worden gewerkt, is er één sessie besteed aan ik-versterking waarbij Judith bepaalde hulpbronnen in zichzelf ontdekt, om haar draagvlak te vergroten voor de toekomstige sessies.

Vooraf de affiniteit met paarden komt bij Judith naar voren. Na een lange inductie bevindt ze zich met Native, een bijzonder paard, in de schuur van de kostschool waarop zij heeft gezeten. Judith vindt het heerlijk om Native te verzorgen en haar hoofd neer te leggen op de plek tussen zijn nek en schouder. Deze plek noemt zij de 'love spot' en om daar contact mee te maken kan zij de onvoorwaardelijke liefde en warmte van Native door haar hele lijf heen laten stromen. Native heeft een krachtige aanwezigheid waardoor Judith

zich heel veilig voelt. Om dit gevoel van veiligheid te vergroten stelt Judith voor dat haar lichaam zich vult met blauw licht. Vervolgens ervaart ze op zielenniveau wederzijdse totale acceptatie.

In het nagesprek is er afgesproken dat in de volgende sessie aan de baarmoederperiode zal worden gewerkt.

Het verkennen van de baarmoederperiode in trance

- **1e maand:** Judith associeert zich met haar ziel en voelt meteen aan dat haar leven heel zwaar zal worden. Als ze het positief bekijkt weet ze ook dat als ze door deze moeilijkheden heen gaat, zij veel dichterbij zichzelf zal komen en dat ze haar eigen levenskoers zal kunnen bepalen. Daarnaast neemt Judith waar dat moeder vooral gespannen is als haar vader aanwezig is terwijl ze toch niet alleen wil zijn.
- **2e maand:** Judith ziet een beeld van grote kaken met scherpe tanden en is bang. Zij voelt de angsten van moeder die bang is dat zij zal worden afgewezen door haar man en familie als ze er achter komt dat ze zwanger is. De moeder van Judith voelt zich minderwaardig. Judith's ziel zit nu in de baarmoeder.
- **3e maand:** Judith beseft dat ze al voor zichzelf moet gaan zorgen omdat het steeds moeilijker gaat worden. Judith zoekt contact met moeder die nog steeds ontkent dat ze zwanger is en doet er alles aan om er niet aan te hoeven denken. Het gebrek aan contact doet pijn. De ouders hebben flinke relatieproblemen.
- **4e maand:** De moeder vertelt haar man dat ze zwanger is en hij reageert beter dan verwacht. Zij voelt zich nu een klein beetje opgewonden en overweegt andere mensen te gaan vertellen dat ze zwanger is. Op een heel diep niveau kan Judith voelen dat moeder trots op haar is.
- **5e maand:** De moeder wil dolgraag een meisje hebben en de baby moet perfect zijn en aan alle verwachting en eisen voldoen. Judith voelt zich onder druk gezet en niet goed genoeg zoals ze is.
- **6e maand:** De navelstreng zit vast aan haar nek en Judith heeft moeite om te ademen. De angsten van de moeder nemen toe. De moeder wordt dagelijks aangevallen met angsten dat ze niet goed genoeg is en dat ze het niet waard is. Als de vader aanwezig is maken de ouders flinke ruzie. David, de broer van Judith die negen jaar oud is, heeft er veel last van en vlucht voor de werkelijkheid door gebruik van drugs. De sfeer thuis is heel gespannen.
- **7e maand:** De vader is meestal weg en de moeder komt even bij.
- **8e maand:** De moeder krijgt nauwelijks steun van de familie en andere mensen om haar heen. Iedereen vindt dat ze verkeerd bezig is om nog één kind te nemen terwijl de huidige familie al zoveel problemen heeft.
- **9e maand:** De moeder doet alles, grotendeels ten koste van haarzelf, om ervoor te zorgen dat haar man het naar zijn zin heeft. Zij wil zo graag dat alles perfect is. De vader wil eigenlijk nog wel één kind hebben maar wenst dat de moeder van het kind niet zijn vrouw is.

Enkele brandende vragen

De moeder van Judith heeft vaak tegen haar gezegd dat zij de oorzaak van haar geestesziekte is. Dit is altijd een zware belasting voor Judith geweest en naar aanleiding van de laatste sessie wil Judith graag weten hoe het precies zit met de geestesziekte van moeder. De therapeut stelt voor dat ideomotorische vingersignalen worden toegepast om hier inzichten over te krijgen. (Zie blz. 31 voor toelichting over deze techniek).

Eerst wordt gevraagd aan het onbewuste van Judith of het goed voor haar zou zijn om specifieke informatie te weten te komen over de geestesziekte van moeder. Dit is goedgekeurd en na een reeks vragen geeft het onbewuste van Judith aan dat de geestesziekte van moeder is ontstaan in de achtste maand van de zwangerschap en dat Judith hiervan niet de oorzaak is. Het onbewuste van Judith bevestigt ook dat wat zij heeft overgenomen van moeder in de baarmoederperiode grote invloed uitoefent op haar depressie.

Aan het einde van de sessie zegt Judith dat de antwoorden die ze heeft ontvangen haar een enorm gevoel van verzoening hebben gegeven.

Ik ben niet goed genoeg

In het voorgesprek van de volgende sessie geeft Judith aan dat ze in de afgelopen twee weken veel last heeft gehad van de overtuiging 'ik ben niet goed genoeg'. Met dit gevoel gaat Judith terug naar de vijfde maand van de baarmoederperiode, toen deze overtuiging is ontstaan.

De ouders hebben continu onenigheid en Judith lijdt er onder. Zij voelt zich in de weg zitten en doet er alles aan om niet op te vallen zodat ze moeder niet lastig zal vallen. "Mijn bestaan lijkt op het spelletje 'hide and seek'. Ik doe alsof ik er niet ben. Ik probeer zelfs niet te ademen want zelfs mijn ademhaling kan mij verraden.'

Van een afstandje kan Judith waarnemen dat het kindje depressief wordt. Zij kan het niet aan en trekt zich terug in een donkere, gesloten wereld. Het moeilijkste voor het kleintje is het gebrek aan contact en liefde met de moeder dat gekoppeld is aan het meeleven met alle ellende die moeder meemaakt. Als ze maar enigszins liefdevolle aandacht van moeder kon krijgen dan zou zij de moeilijkheden wel aan kunnen. Bovendien geeft Judith aan dat het kindje erkenning en een gevoel van waardering nodig heeft.

Vervolgens zet Judith het kleintje in een cocon van blauw licht met een gouden beschermend laagje en ze zorgt ervoor dat het kleintje alles krijgt wat het nodig heeft. Daarna benoemt Judith een nieuwe levensovertuiging: 'Ik ben het waard omdat ik compleet ben zoals ik ben.'

Ten slotte worden de volgende stappen van het 'Innerlijk-Kind versterking' gevolgd (zie blz. 33) waarbij Judith vooral gebruik maakt van groen licht om de nieuwe levensovertuiging te verankeren in het lichaam.

Wakker worden van een karmische kater

Tijdens het voorgesprek van de volgende sessie vertelt Judith dat de relatie met haar vriend uit is. Zij voelt zich heel verdrietig en veel oude pijn komt naar voren. Ondanks deze moeilijke periode voelt ze zich meer gemotiveerd om terug te gaan naar Oost-Europa. Het doel om een healingcentrum met paarden op te zetten wordt weer actueel. Zij heeft ook

veel gedacht over de relatie met moeder en de invloed ervan op haar leven met betrekking tot een diepgeworteld schuldgevoel. Op basis daarvan wil Judith graag nog een keer een aantal vragen stellen aan haar hogere zelf/onbewuste.

Judith is door de therapeut in een diepe trance gebracht ter voorbereiding voor de techniek ideomotorische vingersignalen. Na het stellen van enkele vragen bevindt Judith zich plotseling in een vorig leven ongeveer 5000 jaar geleden. Zij is de leider van een vreedzaam volk dat in harmonie met de natuur leeft. Dit volk heeft een bepaalde levenswijze waarbij persoonlijke ontwikkeling en spiritualiteit belangrijk zijn. Om ervoor te zorgen dat de leider zijn ego leert kennen en het volk goed leidt, heeft iemand de specifieke functie om de leider uit te dagen en te provoceren. Deze functie heet 'de Schaduw' en de tweelingbroer van de leider vervult deze rol.

Onder begeleiding gaat Judith naar het moment in dit vorige leven waarop zij sterft. Een enorme tragedie vindt plaats op de dag wanneer Judith als leider een belangrijke toespraak moet houden over de toekomst van haar hele volk. Zoals altijd daagt de Schaduw de leider uit maar in plaats van alleen gedachten uit te wisselen, begint de Schaduw de leider nu ook te duwen. Op een gegeven moment verliest de leider zijn evenwicht en valt. Zijn hoofd botst per ongeluk tegen een loodzwaar voorwerp met fatale gevolgen. De Schaduw doet er alles aan om zijn tweelingbroer, de leider, te redden maar het is te laat. De leider sterft met de overtuiging: 'Ik moet iets verkeerd gedaan hebben, anders was dit niet gebeurd.' De Schaduw wordt het land uitgezet en wordt voor de rest van zijn leven gekweld door een ondraaglijk schuldgevoel.

Van een afstand beseft Judith dat de Schaduw moeder is in haar huidig leven. Vervolgens wandelen de gedachten van Judith vanzelf terug naar de baarmoederperiode en haar onbewuste laat haar iets belangrijks waarnemen. In de tweede maand van de zwangerschap herkent moeder op een heel diep onbewust niveau dat de ziel van haar baby de ziel van haar tweelingbroer is uit het bovengenoemde vorige leven. Deze karmische relatie wordt onbewust voortgezet tijdens de baarmoederperiode en in het leven erna. Judith ziet nu dat dit de reden is waarom moeder haar altijd heeft beschuldigd van de oorzaak van haar geestesziekte. Dit inzicht helpt Judith om de energetische verbindingen met het vorige leven los te maken inclusief de overtuiging dat zij iets verkeerd heeft gedaan en zij dit meegenomen heeft in het huidige leven.

Losmakingsritueel

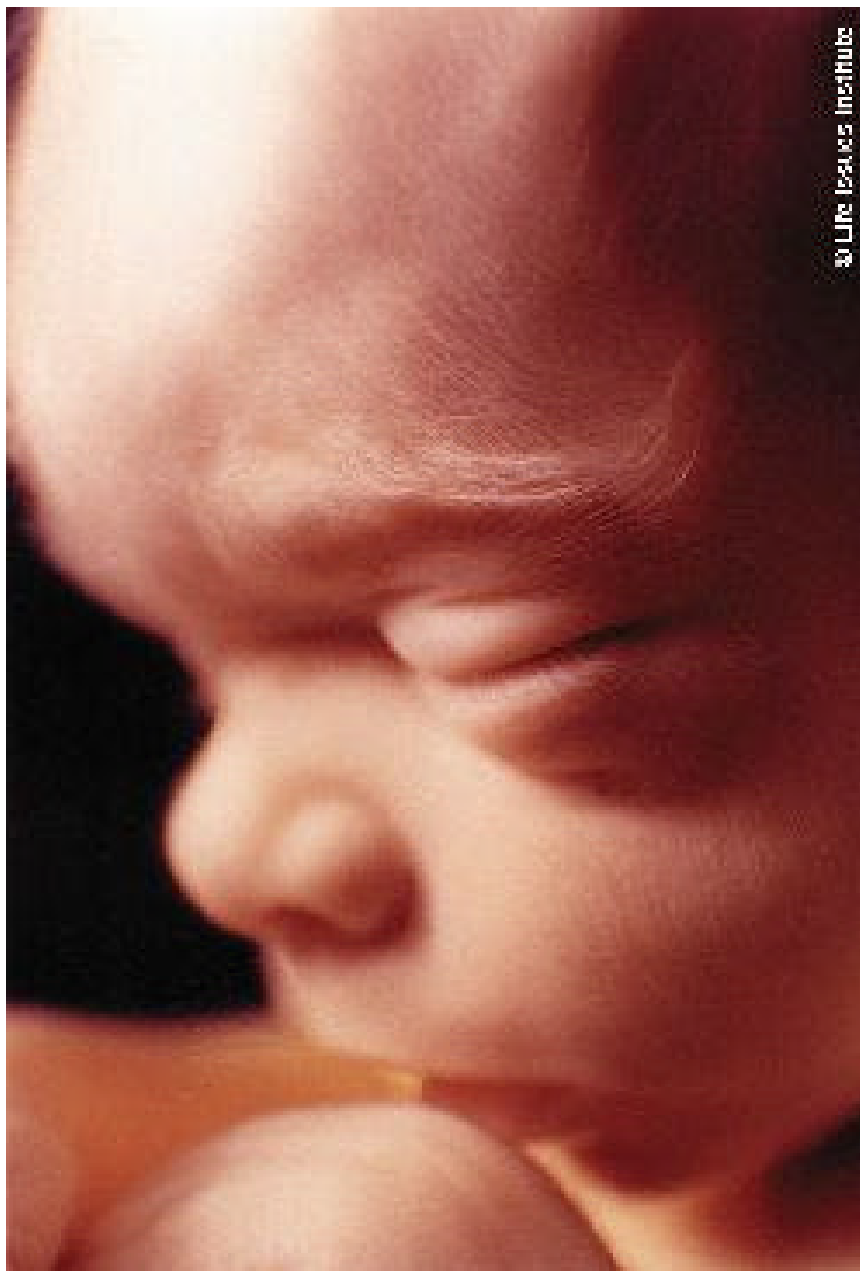
Judith ontmoet moeder bij een rivier in een vallei tussen de bergen en ze maakt de volgende energetische verbindingen los:

- **Een grijze wolk** hangt tussen Judith en moeder en deze maakt het heel moeilijk elkaar te kunnen zien en goed te kunnen begrijpen. Judith zorgt ervoor dat deze wolk verdampt door veel tederheid, liefde en roze energie te sturen naar moeder. Daarna benoemt zij een nieuwe overtuiging: 'Ik geef je mijn onvoorwaardelijke liefde.'
- **Een onzichtbare energie** schopt Judith in haar buik en gaat gepaard met de boosheid van moeder. Judith beschermt zich en stuurt deze energie weg en ze benoemt de volgende nieuwe overtuiging: 'Ik ben de woede van mijn moeder niet.'
- **Een hondenriem** loopt van de geslachtsorganen van Laura naar de hand van moeder. Deze riem staat voor de controle die de moeder heeft uitgeoefend over het vrouwzijn

van Laura en haar seksualiteit. Judith maakt deze riem los en vervolgens benoemt ze de volgende overtuiging: 'Ik mag moeder zijn.'

- **Een zwarte laserstraal** loopt van het voorhoofd van Laura naar het voorhoofd van moeder die gekoppeld is aan het aanvoelen van de kwellingen van de ziel van moeder. Judith maakt er een gouden licht van en ze benoemt een nieuwe overtuiging: 'Mijn licht verlicht de donkerste schaduwen.'

Tenslotte maakt Laura een verbinding van liefde en warmte die loopt van hart tot hart en ze geniet van de harmonie tussen haar moeder en zichzelf



Ongeboren kind van 20 weken

Achtergrond en hulpvraag

Saskia heeft naast een jeugd die heel zwaar was heel veel meegemaakt. Zij is al jaren bezig om het verleden te verwerken en is nieuwsgierig naar wat er is gebeurd in de baarmoederperiode en wat voor invloed dit op haar latere leven heeft gehad. Nadat Saskia geboren was, werd ze vrij snel gescheiden van moeder en kwam terecht bij verschillende pleeggezinnen. Sinds enige jaren hebben ze weer af en toe contact met elkaar. Saskia lijdt aan hardnekkige basisangsten zoals, 'ik red het niet', 'ik ben het niet waard' en 'ik mag er niet zijn'.

Intakeschets van zwangerschapsplaatje

Saskia heeft enkele jaren geleden een belangrijke discussie gevoerd met moeder over de periode waarin ze zwanger van haar was. Moeder vertelde haar dat zij de zwangerschap helemaal niet aan kon. Toen ze ontdekte dat ze zwanger was, kreeg ze een enorme angst- en paniekaanval. Zij deed een poging om de vrucht af te drijven door 2 liter wijn te drinken en sterke pijnstillers in te slikken. Hoewel deze poging mislukte, bleef moeder heel depressief en angstig tijdens de hele zwangerschap. Door de relatie-problemen met haar man hoefde zij op steun van hem niet te rekenen en ze voelde zich daardoor erg eenzaam. Hierdoor bleef ze veel drinken tijdens de zwangerschap om haar eenzaamheid en angsten te ontvluchten.

Het verkennen van de baarmoederperiode in trance

- **1^e maand:** In het begin ervaart Saskia een tintelend gevoel gecombineerd met veel nieuwsgierigheid naar het leven. Dit verandert snel in een overheersend gevoel van 'ó nee, ik heb iets verkeerd gedaan.' Saskia voelt aan dat de omstandigheden rond haar nieuwe leven ontzettend zwaar zijn. De ziel is buiten de baarmoeder.
- **2^e maand:** Saskia associeert zich met de ziel, die nu verbonden is met de foetus maar buiten de baarmoeder blijft, en ze voelt zich behoorlijk in de war. Ze ervaart veel lichamelijke sensaties zoals pijn in de borst, koude voeten en buikpijn. In de vijfde week ervaart Saskia een overheersende angst dat zij het niet gaat redden en dat er iets vreselijks met haar gaat gebeuren. Moeder probeert de vrucht af te drijven door 2 liter wijn te drinken en sterke pijnstillers in te slikken waardoor Saskia in een soort verlamde toestand terecht komt die gepaard gaat met ontzettend veel verdriet.
- **3^e maand:** Het vruchtwater is volledig vergiftigd door de angsten van moeder: ik red het niet en ik ben het niet waard. Saskia ruikt alcohol en beseft dat moeder wanhopig, dronken en bewusteloos is. Op een gegeven moment gaat de ernstige angst over in een soort apathie. Haar angst lijkt bevroren te zijn waardoor het kindje zich aan past aan de moeilijke omstandigheden. De ziel blijft nog buiten de baarmoeder.
- **4^e maand:** De angst van het kleintje lijkt nog meer bevroren te zijn. Haar ziel blijft nog buiten de baarmoeder.
- **5^e maand:** Er lijkt iets meer onspanning te zijn maar haar angst is er nog. De ziel is nu één geworden met het kindje in de baarmoeder.

- **6^e maand:** Saskia ervaart een overheersende doodsangst en beseft dat moeder zich voor de trein wil gooien.
- **7^e maand:** De wanhoop van moeder neemt verder toe en zij is regelmatig dronken. Saskia wordt overspoeld door verdriet en eenzaamheid die gepaard gaat met de overtuiging 'ik mag er niet zijn'.
- **8^e maand:** De bevroren angst lijkt het hele lijf van het kleintje te bevriezen inclusief het bovengenoemde verdriet.
- **9^e maand:** Saskia voelt zich heel slap en is ervan overtuigd dat ze het niet aan kan en dat ze er niet mag zijn.

Mijn hersenen zijn vergiftigd

Saskia wil eerst aan het overheersende gevoel 'ik red het niet' werken dat vergezeld lijkt te gaan van een hevig benauwd gevoel in haar borst.

In trance gaat ze terug naar de derde maand van de zwangerschap en het hevige benauwde gevoel in haar borst neemt toe. Zij voelt zich volkomen in de steek gelaten, ongelukkig en heeft opeens zelfmoordgedachten. "Mijn hersenen zijn vergiftigd door de gedachten van mijn moeder," zegt Saskia.

Van een afstandje ziet Saskia dat moeder haar helemaal geen aandacht gaf. Moeder was er niet aan toe. Het was voor haar al een dagelijkse strijd om haar hoofd boven water te houden laat staan het alleen moeten zorgen voor een zich ontwikkelende baby. Saskia beschrijft haar omgeving in de baarmoeder als een soort gevangenis, heel koud en kil, zonder liefde en licht, vergiftigd door de gedachten van moeder dat ze het niet gaat redden. Dit zorgt voor een diep gewortelde angst om dood te gaan. Saskia geeft aan dat het kleintje vrij wil zijn van het benauwde gevoel in de borst en van de giftige gedachten. "Zij kan het gif door de navelstreng uitplassen," zegt Saskia, waarna ze liefde en aandacht nodig heeft.

Saskia troost het kindje en hierna wordt zij door haar onbewuste begeleid naar de laatste drie maanden van de zwangerschap. Het kindje beleeft een soort verdoofde existentie omdat moeder veel drinkt en daarnaast ook slaappillen slikt. In de metapositie kan Saskia duidelijk begrijpen waarom zij zo worstelt met haar eigen existentie. Moeder doet alsof zij niet bestaat. In de laatste maanden van de zwangerschap doet ze vaak hele strakke kleren aan om haar dikke buik te verbergen. Het kindje lijdt aan hoofdpijn en het benauwde gevoel is weer terug in de borst en spreidt zich verder uit naar de maag. Het gevoel van gevangen zitten is sterker geworden.

Gedissocieerd ziet Saskia dat het bovenlijfje van het kleintje bijna helemaal bedekt is met een soort bruine massa en een harde korst. Saskia heeft een gereedschap nodig om de bruine massa voorzichtig open te breken. Vervolgens zorgt Saskia er voor dat het kleintje helemaal schoon wordt. Daarna wordt het kleintje opnieuw geboren en de volwassen Saskia ontvangt de kleine Saskia in haar armen en schenkt haar veel liefde en aandacht. Het kindje wordt vervolgens opgenomen in de borst van Saskia en vanuit deze plek wordt nu ook helend licht gestuurd naar de longen en de rest van het lichaam.

(Na deze sessie is de techniek Prenataal Innerlijk-Kind Werk verder ontwikkeld waardoor een nieuwe volgorde van stappen tot stand is gekomen. Zie blz. 33)

Ik heb het recht om te leven

Tijdens het voorgesprek van de volgende sessie gaf Saskia aan dat ze nog veel last heeft van de overtuiging dat zij het niet waard is. "Ik voel me als een soort afval, waardoor ik geen contact met mezelf heb. Ik voel me niet geborgen." Naar aanleiding hiervan kiest Saskia ervoor om te kijken naar het moment waarop de overtuiging 'ik ben het niet waard' is ontstaan.

In trance gaat Saskia terug naar de achtste maand van de zwangerschap en zij voelt zich behoorlijk klem zitten. De navelstreng zit om haar hals heen en zij is ontzettend bang dat ze gaat stikken. Van een afstandje kan Saskia duidelijk zien dat de kleine helemaal geen contact heeft met moeder omdat ze onder invloed is. Moeder is heel depressief en de overtuigingen dat ze niets kan en dat ze het niet waard is spoken de hele tijd door haar en de kleine Saskia heen. Deze introjectie is nu heel duidelijk geworden.

Vervolgens, vanuit de dissociatie, geeft Saskia aan dat de kleine Saskia vertrouwen, warmte en liefde nodig heeft in deze moeilijke omstandigheden. Bovendien verlangt de kleine zowel naar meer ruimte om zich te bewegen in de baarmoeder, als haar innerlijke ruimte. Vóórdat de volwassene deze eigenschappen aan de kleine kan geven, wil Saskia de navelstreng, die om de nek van het kleintje zit, losmaken. Saskia zorgt ervoor dat deze wordt weggehaald en in plaats daarvan komt er een filter om het schoonmaakproces op gang te brengen. Daarna legt Saskia de kleine in een ruime cocon van helend blauw licht. Op de vraag of deze cocon een beschermende laag nodig heeft, reageert Saskia enthousiast en ze zet er meteen een gouden licht omheen. De eigenschappen die de kleine nodig heeft, worden door de volwassene met veel liefde gegeven.

Daarna ontdekt Saskia dat er een gele bal in de cocon zit, die verbonden is met moeder. Deze bal zegt "je bent niet welkom." De kleine Saskia schop de bal nu uit de cocon en de volwassene zorgt er voor dat de bal kan worden terug gegeven aan moeder. Er blijven echter wat spoorpjes van de bal achter en deze worden nu ook naar de oorspronkelijke bron terug gestuurd. Tegelijkertijd maakt Saskia de volgende levensovertuiging: "Ik houd van het leven en ik voel vreugde omdat ik leef."

Dan verschijnt er een dode boom die uit de borst van de kleine steekt. Deze dode boom blijkt bij de vader te horen en niet bij de kleine. De volwassene haalt voorzichtig de dode boom weg en geeft deze terug aan de vader en tegelijkertijd maakt zij de volgende levensovertuiging: "Ik heb het recht om te leven."

De kleine Saskia kan nu genieten van de blauwe cocon met de beschermende laag van gouden licht, en van de nieuwe eigenschappen die ze heeft meegekregen. Enige momenten later merkt Saskia dat er nog een kleine Saskia in de baarmoeder zit. Door een gebrek aan tijd kan er nu niet uitgebreid aan worden gewerkt in deze sessie. Vandaar dat Saskia het kleintje van 4 maanden tijdelijk opneemt in de cocon en zich laat integreren met de kleine van acht maanden. In de volgende sessie zal hieraan meer aandacht worden besteed. Saskia is er blij mee en de geïntegreerde baby ontwikkelt zich verder tot de geboorte waarbij Saskia staat te wachten om het kindje in de armen te nemen. De volwassene geeft de nieuwe levensovertuigingen meteen door aan het kindje: "Je hebt het recht om te leven, je houdt van het leven en je voelt de vreugde dat je leeft."

Vervolgens neemt de volwassene het kindje op in haar hart waarbij een gouden licht ontstaat. Ruime aandacht wordt besteed aan het doorstralen van het licht door het hele lichaam heen. Het licht wordt gestuurd naar elk deel van het lichaam en de levensovertui-

gingen worden bij elk lichaamsdeel en elk zintuig opnieuw herhaald. Daarna straalt het licht verder uit naar buiten en om deze energie bij zichzelf te houden, plaatst Saskia een groot ei van groene energie om zich heen.

Het verdriet begint te smelten

Na de laatste sessie heeft Saskia zich behoorlijk verdrietig en eenzaam gevoeld. Zij wil kijken naar de bevroren angst en het verdriet dat sterk aanwezig was in de vierde en de zevende maand van de zwangerschap.

In trance gaat Saskia terug naar de vierde maand en ze maakt contact met de bevroren angst die vooral in haar buik en borst zit. Haar lijf is weer bedekt met een soort bruine massa die op gedroogde aarde lijkt en haar voeten zijn ijskoud. Daarnaast heeft Saskia veel pijn in haar borst. Vanuit een positie buiten de baarmoeder geeft Saskia aan dat het kleintje van binnen uit schoon gemaakt moet worden en dat het veel liefde, geborgenheid en zekerheid nodig heeft. De volwassene zet het kleintje in een oranje cocon van licht met een blauw beschermend laagje erom en ze vervangt het vruchtwater door een heldere helende vloeistof. Vervolgens zorgt Saskia ervoor dat het kleintje van binnen schoon gemaakt wordt met helend wit licht en ze zorgt dat het kindje de eigenschappen ontvangt die het nodig heeft. Hierna geeft de volwassene de volgende levensovertuiging door aan het kleintje: 'Je bent krachtig en zeker van jezelf'.

Dan leidt het onderbewuste van Saskia haar naar het moment in de zesde maand van de zwangerschap, waarop moeder zich voor de trein wil gooien en het kleintje bijna bewusteloos is door haar overmatige drankgebruik. Het kleintje verdrinkt in angst en wanhoop en voelt zich enorm eenzaam en geïsoleerd.

Van een afstandje geeft Saskia aan dat het schoonmaakproces opnieuw moet worden uitgevoerd en dat er meer liefde, aandacht, geborgenheid en zekerheid aan het kleintje moet worden gegeven. Saskia zet het kleintje weer in een beschermende cocon van licht en reageert enthousiast op de suggestie dat het kleintje *haar* kind is en dat de navelstreng aan haar eigen buik verbonden is. Door deze verbinding kan Saskia het kindje voeden met alles wat ze nodig heeft.

Vervolgens wordt Saskia begeleid door haar onderbewuste naar de zevende maand van de zwangerschap. Enerzijds is ze blij en anderzijds voelt ze zich verdrietig. Zij voelt blijheid aan de voorkant van haar lichaam en verdriet aan de achterkant, vooral in de wervelkolom. Het lijkt alsof het verdriet in haar ruggengraat is bevroren. Om dichterbij het verdriet te komen geeft de therapeut de suggestie het gevoel van blijheid te versterken door een warme zonnige energie te laten stralen vanuit de voorkant van het lichaam. Binnen enkele minuten beginnen de tranen te lopen – het verdriet begint te smelten. Een catharsis wordt bereikt en gaat over in 'healing' en tegelijkertijd geeft Saskia de volgende levensovertuiging door aan het kleintje: 'Ik ben perfect zoals ik ben.' Daarna wordt het kleintje opnieuw geboren, de levensovertuiging wordt herhaald en de pas geboren baby wordt opgenomen in de maag van Saskia. Goud, geel en groen licht ontstaat in de maag dat naar elk deel van het lichaam wordt gestuurd en de levensovertuigingen worden bij elk lichaamsdeel en elk zintuig opnieuw herhaald.

Losmakingsritueel

Saskia ontmoet moeder in een trance op een prachtige lagune en ze maakt de volgende energetische verbindingen los:

- **Een gerafeld touw** loopt van de voeten van moeder naar het bekken van Saskia, met de overtuiging 'Ik mag niet leven'. Saskia heeft vertrouwen nodig om het touw los te kunnen maken. Dit krijgt ze van een bijzondere zwaan. Daarna benoemt Saskia een nieuwe overtuiging: 'Ik wil leven'.
- **Een navelstrengachtige blauwe draad** loopt van het bekken van Saskia naar haar eigen baarmoeder toe. Deze draad betekent 'ik ben waardeloos'. Met behulp van de zwaan ervaart Saskia haar eigenwaarde en ze maakt de verbinding los. Haar levensovertuiging is: 'Ik ben waardevol'.
- **Een heleboel kleine touwtjes** die diep geworteld zitten in het bekken van Saskia. De betekenis van deze touwtjes zijn; 'ik kan niet alleen leven'. De bijzondere zwaan helpt Saskia deze touwtjes te verwijderen en zij maakt de volgende levensovertuiging: 'Ik kan prima alleen leven'.
- **Een gele ijzeren draad** loopt van het hart van moeder naar de heupbotten van Saskia die gekoppeld gaat met de overtuiging: 'Ik kan niets'. Saskia trekt deze draad er uit en ze benoemt een nieuwe overtuiging: 'Alles wat mij gevraagd wordt, kan ik aan.'
- **Twee metalen verroeste kabels lopen** vanuit het stuitje van moeder naar de buik van Saskia. Deze betekenen 'ik heb geen zin om te leven' en 'ik heb geen zin om iets te doen.' Met meer vertrouwen en energie vanuit de aarde maakt Saskia deze los en ze maakt een nieuwe levensovertuiging: 'Ik wil leven'.
- **Een wortelachtige draad** loopt van de buik van de moeder naar het hart van Saskia die gekoppeld gaat met de overtuiging: 'Ik ben bang en ik ben alleen.' Saskia trekt deze draad los en ze benoemt een nieuwe overtuiging: 'Ik houd van het leven.'
- **Een blauw koord gemaakt van zijde** loopt van de keel van moeder naar de keel van Saskia. Deze betekent 'ik wil meer maar ik mag me niet uiten.' Saskia maakt deze draad los en ze maakt de volgende levensovertuiging: 'Ik kan me vrij uitspreken en ik heb alles wat ik wil.'
- **Zwarte mist** die hangt tussen de hart van de moeder en het derde oog van Saskia dat gekoppeld gaat met de overtuiging: 'ik heb behoefte aan negativiteit, toestanden, drugs, alcohol en negatieve gedachten.' De zwaan verwijdert de mist en vervolgens benoemt Saskia een nieuwe overtuiging: 'Ik ben helder en zuiver.'
- **Een grijs negatief draadje** loopt van de kruin van moeder naar de kruin van Saskia. Deze betekent: 'ik verveel mij'. Saskia trekt het draadje los en ze maakt een nieuwe levensovertuiging: 'ik ben met zekerheid gevuld.'
- **Een touw van de voeten** van moeder loopt naar de voeten van Saskia en gaat samen met de overtuiging: 'ik mag er niet zijn.' Saskia maakt het touw los en daarna benoemt ze een nieuwe overtuiging: 'Ik ben waardevol, ik mag er zijn en ik heb recht om te le-

Vervolgens baadt Saskia in het helende water en alle littekens waaruit de verbindingen hebben gelopen worden genezen. Dan stuurt Saskia roze energie vanuit haar hart naar de hart van haar moeder. Als afsluiting geeft Saskia een rode roos aan haar moeder en zij ontvangt een witte roos terug.

Achtergrond en hulpvraag

Els is 41 en ziet duidelijk onder ogen dat haar jeugd heel dubbel was. Enerzijds heeft zij sterk het gevoel dat ze als kind zichzelf niet mocht zijn en werd opgevoed met het idee dat zij haar ouders van dienst moet zijn. Anderzijds genoot zij van de relatie met haar zus. In de afgelopen tien jaar heeft Els veel kunnen verwerken ten opzichte van de relatie met haar ouders en het terughalen van haar eigen kracht en energie. Er blijven echter wat hardnekkige overtuigingen over als 'ik mag geen nee zeggen' en 'ik moet anderen tevreden stellen'. Els ervaart deze overtuigingen als ingeprente taken in haar leven. Dit wordt gecombineerd met een overmatig verantwoordelijkheidsgevoel.

Daarnaast heeft Els met enige regelmaat last van de overtuiging 'ik mag er niet zijn' waarbij zij haar gevoelens gedeeltelijk verdooft en zich terug trekt. Els vermoedt dat deze overheersende gevoelens te maken hebben met wat zij als ongebooren kind heeft meegeemaakt in de baarmoederperiode. Twee jaar voordat Els werd geboren overleed Anna, destijds het jongste kind van haar ouders, aan een blindedarmontsteking toen zij 8 was. Els gelooft dat haar ouders het verlies van Anna nooit hebben kunnen verwerken en dat ze haar als een vervanging van het verloren kind zagen.

Intakeschets van zwangerschapsplaatje

Els denkt dat zij ongewenst was tot de laatste drie maanden van de zwangerschap. De relatie tussen de ouders was nogal gespannen. De moeder was bang voor de driftige buien van haar man en hij leed onder het 'gezeur' van zijn vrouw.

Volgens de oudere zus van Els lag de moeder overdag veel in bed tijdens de zwangerschap. Els vraagt zich af of ze depressief was en vermoedt dat moeder last had van de onverwerkte rouw ten opzichte van de overleden Anna.

De moeder van Els heeft altijd het gevoel gehad dat ze arm was en is altijd heel bang geweest dat haar te kort zou worden gedaan. Zij heeft zich nooit veilig gevoeld in de zin dat zij een stabiele basis in het leven zou hebben en dat haar basisbehoeftes vervuld zouden zijn. Zij gaf haast geen geld uit en gooide nooit iets weg. Rondom de zwangerschapsperiode had de vader van Els geen vast inkomen en de familie verhuisde met grote regelmaat.

Vanuit de intakeschets kan worden gezegd dat het onverwerkte verdriet over het verlies van Anna de ontwikkeling van Els in de baarmoeder schadelijk lijkt te hebben beïnvloed.

Een vorig leven vraagt om aandacht

Door terug te gaan naar het moment vlak voor de conceptie ervaart de ziel van Anna veel spanning en verwarring. Enerzijds voelt haar ziel een sterke dwang om opnieuw te incarneren en anderzijds was ze heel bang om te 'leven'.

Door te dissociëren kon Els op een gegeven moment duidelijk onder ogen zien dat ze in een vorig leven Anna was geweest en dat de ziel van Anna aan haar was blijven 'kleven'. Els associeerde zich met haar ziel die zich bevond in de slaapkamer van de ouders van Anna, de kamer waarin Anna overleed. Deze ervaring leek op een droom waarin de ziel van

Els niet wakker kon worden. Gedissocieerd beseftte Els dat de enige manier om haar ziel uit deze toestand te laten ontsnappen was te reincarneren.

Op dit moment werd het duidelijk dat het werk aan de baarmoederperiode moest worden uitgesteld om eerst aandacht te besteden aan datgene wat onverwerkt bleef toen Anna overleed. Hierdoor kon de ziel van Els worden losgemaakt van de kwellingen van het korte leven van Anna.

Door terug te gaan naar het moment voordat Anna stierf, kwam Els tot het inzicht dat Anna dood ging met de overtuiging dat zij het leven niet waard was. Bovendien had ze een overheersend schuldgevoel dat ze haar ouders had teleurgesteld omdat ze ziek was geworden en uiteindelijk stierf aan een blindedarmontsteking.

Met veel liefde stuurde Els veel helend wit licht naar de ziel van Anna toe waardoor het beeld van haar blindedarm met een opening te voorschijn kwam. In deze opening zat veel emotionele pijn, schuld- en verantwoordelijkheidsgevoelens. Deze kon Els terugsturen naar de oorspronkelijke bron en ze kon het onstane gat vullen met het helende licht. Dit licht liet zij door het hele lichaam stromen en de laatste energetische verbindingen met Anna konden worden verbroken en de ziel kwam los.

Het verkennen van de baarmoederperiode in trance

In de volgende sessie kon Els de ervaringen die zij heeft opgedaan in de baarmoederperiode wel verkennen. Hier volgt een overzicht.

- **1^e t/m 3e maand:** De ziel van Els kan zich maar matig aan haar nieuwe leven toevertrouwen. Els ziet een klein lichtje branden in de baarmoeder dat slechts een klein gedeelte van haar zielsenergie vertegenwoordigt. De ziel beschouwt de ontwikkeling van de foetus vanaf een afstand. Els moet doen of ze er niet is, zij mag er niet zijn. De moeder weet van binnen dat ze zwanger is maar heeft heel veel moeite om dit te accepteren. Zij staat onder stress door financiële onzekerheden en heeft geen vertrouwen in het leven. Els kan geen contact met moeder voelen. Dit doet pijn en Els komt tot de conclusie dat ze voor zichzelf moet gaan zorgen. Haar vader is afwezig.
- **4^e maand:** De ziel van Els is nu meer gehecht aan haar nieuwe lichaam dat zich ontwikkelt in de moederschoot. Zij voelt zich misselijk en enigszins boos. Het lijkt alsof haar maag vol is met iets dat zij niet wil. Zij wil overgeven om van datgene wat er in zit af te komen. Hierbij denkt Els aan moeder.
- **5^e maand:** Het misselijkheidgevoel is nu minder. Angst en verdriet zijn nu aanwezig waardoor Els tot het inzicht komt dat zij alleen via het verdriet het contact met moeder, waar ze veel behoefte aan heeft, kan maken. De inhoud van haar leven lijkt alleen nog uit verdriet te bestaan.
- **6^e maand:** Enerzijds wil Els dood gaan en anderzijds weet zij zich op iets positiefs (het licht) te focussen. Zij is niet eens geïnteresseerd in haar vader.
- **7^e maand:** De sfeer in de baarmoeder voelt nu wat lichter aan. Els wil geloven dat het allemaal goed zal komen. Dit helpt wel, maar blijft oppervlakkig.
- **8^e maand:** Els komt tot de conclusie dat het haar levensdoel is om haar ouders blij te maken. Dit is het enige wat enigszins troost oplevert. Zij moet hierin geloven anders redt

ze het niet. Moeder wil heel graag geloven dat het goed komt met de baby en heeft veel verwachtingen van hoe het leven van het kind er uit moet komen te zien. Als Els hierop ingaat voelt ze zich dichterbij moeder komen.

- **9^e maand:** De overtuiging dat Els haar ouders van dienst moet zijn en haar ouders blij moet maken is nu duidelijk ingeprent. Els bereidt zich voor op haar levensdoel.

Als afronding tijdens het nagesprek werd het bovengenoemde overzicht doorgenomen om vast te stellen welke introjecties in welke periode zijn ontstaan. Els gaf aan dat de eerste drie maanden als één geheel, de vierde, de vijfde en de achtste maanden de zwaarste waren. Tijdens deze maanden zijn een aantal introjecties duidelijk naar voren gekomen: Ik moet doen alsof ik er niet ben', 'ik mag er niet zijn' en 'ik moet voor mezelf zorgen en ik moet mijn ouders blij maken en andere mensen tevreden stellen'.

Acht en een halve maand op een begraafplaats

Aan de bovengenoemde overtuigingen en beperkingen werd verder gewerkt in de vervolgsessie. Na een korte inductie ging Els moeiteloos terug naar de eerste drie maanden van haar verblijf in de baarmoeder.

- **1^e t/m 3^e maand:** Daar ervoer zij heel duidelijk dat ze rustig moest blijven om ervoor te zorgen dat ze niet opviel. Zij mocht moeder niet storen omdat ze om Anna aan het rouwen was. Gedissocieerd kon Els zien dat de kleine in de moederschoot veel beweging en vrolijkheid nodig had. Geassocieerd met de volwassene van nu gaf Els de kleine wat zij nodig had met name veel troost. Op dat moment zijn twee nieuwe overtuigingen ontstaan: 'Ik ben vrolijk en het leven is een feest.'

Vervolgens liet Els het ongeboren kind zich ontwikkelen in een ei van licht met de nieuwe overtuigingen, veel beweging en vrolijkheid tot de vierde maand. Daarna werden de stappen 4 t/m 9 van het stappenplan Prenataal Innerlijk-Kindwerk (zie p. 24) herhaald. De nieuwe eigenschappen die het ongeboren kind nodig had en de nieuwe overtuigingen werden tevens opgenomen in het ei van licht waarin de kleine Els zich verder ontwikkelde. Idem voor de vijfde en achtste maanden. Hier volgt een samenvatting:

- **4^e maand:** Hoewel het misselijkheidgevoel minder leek te zijn (door het werk aan de eerste drie maanden) bleef er een overheersend gevoel van schuld en verwijt over. De ouders maken veel ruzie en de vader is heel agressief. Els is ervan overtuigd dat ze altijd slachtoffer zal zijn van haar levensomstandigheden. De kleine Els heeft veel hoop, vertrouwen en warmte nodig, en door dit aan haar te geven, benoemt Els een nieuwe overtuiging: 'Ik kies voor vertrouwen en positiviteit in het leven.'
- **5^e maand:** Els beseft dat ze een stuk 'dood' in haar buik draagt dat haar herinnert aan het feit dat het leven en de dood echt met elkaar verbonden zijn. Als zij een beetje dood is dan mag ze er wel zijn maar ze mag niet voluit leven. De kleine Els heeft de kracht nodig om voor het leven te kiezen en zal het stuk 'dood' binnen in zich los moeten laten. De volgende nieuwe overtuiging ontstaat: 'Ik kies voor het leven en ik kies voor mezelf.'
- **8^e maand:** Els wordt overspoeld met verwachtingen van moeder waardoor ze gemani-puleerd wordt en de volgende introjectie ontstaat: ik moet mijn ouders blij maken en anderen tevreden stellen. De kleine Els heeft wilskracht nodig om te doen waaraan zij behoefte heeft en door dit aan haar te geven, benoemt Els een nieuwe overtuiging: Ik ben vrij.

Vervolgens ontwikkelde de kleine zich verder in het ei van licht met alle eigenschappen en nieuwe overtuigingen tot de geboorte waarbij de volwassen Els klaar stond om de baby in de armen te nemen. De nieuwe overtuigingen werden nogmaals herhaald en daarna nam Els de kleine op in haar eigen baarmoeder.

Ter afronding tijdens het nagesprek stelde Els het volgende vast: "Ik heb acht en een halve maand op een begraafplaats gezeten!"

Losmakingsritueel

In trance komt Els uit op een prettige plek aan het strand uit, en ze geniet van het contact met de kleine Els in haar buik en van de ruimte om zich heen. Daarna vindt het losmakingsritueel plaats met moeder. Hier volgt een samenvatting van de energetische verbindingen die Els los maakt:

- **Een rode draad** loopt van de keel van de moeder naar het voorhoofd van Els. Deze draad vertegenwoordigt de negatieve uitspraken van de moeder zoals: 'Je kunt niemand vertrouwen in het leven'. Els legt haar hand op haar voorhoofd en knipt deze draad door. Tegelijkertijd benoemt ze een nieuwe overtuiging: 'Ik zie de realiteit, ik ben vrij van illusies.'
- **Een branderige en plakkerige witte draad** loopt van de buik van de moeder naar de keel van Els. Deze draad gaat over de dingen die niet gezegd mochten worden. Bijvoorbeeld de opa van Els ging jarenlang vreemd. In de plaats daarvan komt er een nieuwe overtuiging: 'Ik spreek de waarheid.'
- **Een dunne rode draad** loopt van de buik van Els naar haar eigen benen. Deze draad staat voor veel verdriet en een gebrek aan liefde, aandacht en contact. Na het verwijderen van deze draad benoemt Els de volgende nieuwe overtuigingen: 'De zon mag weer schijnen,' 'Ik kan haar niet helpen met haar verdriet,' 'Ik ben niet verantwoordelijk voor andermans verdriet.'
- **Vele donkere grijze draadjes** lopen van van de buik van de moeder naar de rechter hand van Els. Deze draden staan voor de onderdanigheid van vrouwen die de moeder meekreeg van haar eigen moeder. Els maakt deze draden los met vuur en benoemt de volgende nieuwe overtuiging: 'Ik genees mijn wonden en ik word gezond.'

Els is nu vrij van alle belemmerende energetische verbindingen. Ze neemt afscheid van moeder en ze gaat de zee in. Het water heeft helende kwaliteit die het hele lichaam van Els schoonmaakt/reinigt vooral de plekken van waaruit de draden liepen. Vervolgens worden alle nieuwe overtuigingen herhaald en energetisch geankerd in het lichaam. Hieruit ontstaat voor Els een nieuwe levensovertuiging: 'Ik geniet van mijn vrouwzijn'.

Een eenvoudige evaluatie (0- en 1-meting) is toegepast om de resultaten van de therapie Prenataal Innerlijk-Kindwerk te evalueren. De 0-meting is uitgevoerd tijdens het intake-gesprek en de 1-meting is uitgevoerd twee weken na de laatste sessie. In zowel de 0- als de 1-meting is gevraagd naar het volgende:

1. Hoeveel procent invloed heeft deze overtuiging op u?
2. Heeft u meer last van deze overtuiging als u:
 - (a) alleen bent
 - (b) op uw werk bent/ met collega's
 - (c) met familie bent
 - (d) met uw partner/ intieme relatie bent
 - (e) met onbekenden bent
3. Heeft deze overtuiging...
 - (a) nu meer invloed op u dan 10 jaar geleden
 - (b) nu minder invloed op u dan 10 jaar geleden
 - (c) nu dezelfde invloed op u als 10 jaar geleden

Daarnaast is in de 1-meting gevraagd naar persoonlijke feedback over de therapie: Wat heeft de therapie Prenataal Innerlijk-Kindwerk voor u betekend?

Evaluatie Rose

1. *Ik mag er niet zijn zoals ik ben:* Voor de interventie had Rose 35% last van deze overtuiging die vooral in werk- en studiesituaties optrad. Deze overtuiging had minder invloed op haar dan tien jaar geleden. Na de interventie heeft Rose geen last gehad van de overtuiging dat zij er niet mag zijn zoals zij is. Op het evaluatieformulier schreef Els: "Als de overtuiging wel eens op komt lijkt het wel of de lading er van af is. Misschien is er nog 5% over en dit houdt me wakker."
- *Wat heeft de therapie Prenataal Innerlijk-Kindwerk voor u betekend?* "De sessies hebben een wezenlijk andere verhouding opgeleverd met mijn moeder. Ik kan de verantwoordelijkheid voor de dingen die ze tegenkomt bij haar zelf laten. Vlak na de laatste sessie had ik een moeilijk gesprek met haar, maar ik kon bij mezelf blijven en haar tranen zien als een consequentie van haar eigen gedrag. Ik was daar trots op. Ik ben letterlijk en figuurlijk een stuk lossier van haar. Ik voel me vrijer."

Evaluatie Judith

1. *Ik moet het alleen doen:* Voor de interventie had Judith 80% last van deze overtuiging vooral op haar werk en met familie. Deze overtuiging had minder invloed op haar dan tien jaar geleden. Na de interventie heeft Judith er nog maar 35% last van in dezelfde situaties en in gezelschap.
2. *Ik ben het niet waard:* Vóór de interventie had Judith 90% last van deze overtuiging vooral op haar werk, met familie en met intieme relaties. Deze overtuiging had dezelfde invloed op haar als tien jaar geleden. Na de interventie heeft Judith er nog maar 40% last van in dezelfde situaties en hetzelfde gezelschap.
- *Het zou beter zijn als ik er niet was:* Voor de interventie had Judith 70% last van deze overtuiging vooral met familie en met intieme relaties. Deze overtuiging had minder invloed op haar dan tien jaar geleden. Na de interventie heeft Judith er nog maar 30% last van in hetzelfde gezelschap als van de 0-meting.

- *Wat heeft de therapie Prenataal Innerlijk-Kindwerk voor u betekend?* "De sessies hebben enorm veel licht geworpen op mijn relatie met mijn moeder. Ik begrijp nu heel duidelijk waarom er altijd zo'n heftige lading tussen ons is geweest en kan er nu makkelijker afstand van nemen. Ik heb het grootste gedeelte van mijn leven in meer traditionele therapie gezeten en heb dit vaak als hard en agressief ervaren. Bij deze vorm van therapie heb ik me zowel veilig-, als gezien en gehoord gevoeld."

Evaluatie Saskia

1. *Ik red het niet:* Voor de interventie had Saskia 70% last van deze overtuiging in alle situaties en relaties. Deze overtuiging had dezelfde invloed op haar als tien jaar geleden. Na de interventie heeft Saskia er nog maar 5% last van en de situatie waarin het optreedt is niet veranderd.
 2. *Ik ben het niet waard:* Voor de interventie had Saskia 90% last van deze overtuiging vooral als zij alleen was. Deze overtuiging had dezelfde invloed op haar als tien jaar geleden. Na de interventie heeft Saskia er nog maar 20% last van als zij alleen is.
 3. *Ik mag er niet zijn:* Voor de interventie had Saskia 100% last van deze overtuiging en het had dezelfde invloed op haar als tien jaar geleden. Na de interventie heeft Saskia er helemaal geen last meer van.
- *Wat heeft de therapie Prenataal Innerlijk-Kindwerk voor u betekend?* "De sessies hebben mij stukken stabiel gemaakt. Ik kan weer lachen en word minder geplaagd door angsten. Ik voel mij sterker en zekerder. Het enige gevoel wat ik er aan heb overgehouden is eenzaamheid maar daar hebben we niet aan gewerkt. Dit gevoel is naar mijn idee de bodem. Mijn moeder heeft ook last van die eenzaamheid en het verbaast mij dat het niet naar voren gekomen is. Vroeger waren mijn emoties één grote brij en ik kon ze niet hanteren. Nu, na de sessies, is alles veel duidelijker en daardoor veel beter te hanteren."

Evaluatie Els

1. *Ik mag geen nee zeggen:* Voor de interventie had Els 80% last van deze overtuiging vooral op haar werk, met familie en intieme relaties. Deze overtuiging had minder invloed op haar dan tien jaar geleden. Na de interventie heeft Els er nog maar 25% last van en de situaties waarin het optreedt is niet veranderd.
 2. *Ik moet anderen tevreden stellen:* Voor de interventie had Els 50% last van deze overtuiging, vooral op haar werk en met familie. Deze overtuiging had minder invloed op haar dan tien jaar geleden. Na de interventie heeft Els er nog maar 5% last van in dezelfde situaties als bij de 0-meting.
 3. *Ik mag er niet zijn:* Voor de interventie had Els 50% last van deze overtuiging, vooral op haar werk en met familie. Deze overtuiging had minder invloed op haar dan tien jaar geleden. Na de interventie heeft Els er nog maar 15% last van en de situatie waarin het optreedt is niet veranderd.
- *Wat heeft de therapie Prenataal Innerlijk-Kindwerk voor u betekend?* De sessies hebben veel voor mij betekend. Ik kan nu meer mezelf zijn en het verantwoordelijkheidsgevoel voor het welzijn van andere is aanzienlijk minder geworden. Daarnaast heb ik veel minder last van schuldgevoelens.

Op de volgende pagina worden de resultaten van de evaluatie gepresenteerd in een tabel. Hier gaat het alleen om de percentages van de 0- en de 1-meting en het percentage van het relatieve verschil.

Tabel 1: Evaluatieoverzicht

Cliënt	Introjectie	0-meting *	1-meting *	Relatief Verschil **
Rose	Ik mag er niet zijn zoals ik ben	35%	5%	86%
Judith	Ik moet het alleen doen	80%	35%	56%
	Ik ben het niet waard	90%	40%	55%
	Het zou beter zijn als ik er niet was	70%	30%	57%
Saskia	Ik red het niet	70%	5%	93%
	Ik ben het niet waard	90%	20%	78%
	Ik mag er niet zijn	100%	0	100%
Els	Ik mag geen nee zeggen	80%	25%	69%
	Ik moet anderen tevreden stellen	50%	5%	90%
	Ik mag er niet zijn	50%	15%	70%

Gemiddeld relatief verschil = 75% ***

* Percentage invloed van introjectie

** Percentage van verbetering

*** Gemiddeld percentage van verbetering

Evaluatieconclusie

Uit de evaluatie van dit kleinschalig onderzoek kan worden geconcludeerd dat de cliënten gemiddeld 75% minder last hebben van hun introjecties na afloop van de sessies. Na afloop was er zelfs één cliënt die van één introjectie helemaal geen last meer had.

Vermoedelijk was het gemiddelde relatieve verschil nog hoger geweest als er meer tijd beschikbaar was geweest voor dit onderzoek. De overige 25% zou iets te maken kunnen hebben met de rol van de vader bij de ontwikkeling van het ongeboren kind, bijvoorbeeld door de afwezigheid van de vader, of de invloed de vader had op het welzijn en geluk van de moeder. Deze factoren zijn maar heel indirect aan bod gekomen tijdens de behandelingen.

Het cijfer van het gemiddelde relatieve verschil moet beschouwd worden als een indicatie omdat er slechts enkele metingen bij de cliënten zijn verricht.

De inhoudelijke conclusies van de praktijkbevindingen worden besproken in het volgende hoofdstuk.

Neemt een ongeboren kind reeds de waarheid of overtuiging van de moeder en haar omgeving over ten koste van de eigen persoonlijke ontwikkeling? Zo ja, wat kan hypnotherapie bieden om op een doelgerichte manier introjecties op te sporen en te behandelen?

Deze probleemstelling leverde enkele belangrijke deelvragen op in deel één die zijn beantwoord op basis van het literatuuronderzoek. Dezelfde vragen die betrekking hebben tot het praktijkgedeelte worden hieronder ook beantwoord op basis van de bevindingen uit het praktijkonderzoek:

- *Legt de prenatale periode de basis voor het postnatale leven?*

Ja, het praktijkonderzoek bevestigt bij alle vier cliënten die hier zijn besproken, dat het inderdaad zo is dat in de prenatale periode de basis wordt gelegd voor de ontwikkeling van het kind na de geboorte. Het volgende citaat uit het verslag van Rose toont dit bijvoorbeeld aan: "De moeder wil zich bewijzen als ze straks een zogenaamd 'perfect' kind krijgt. Zij is bang dat zij het kind niet goed genoeg zal opvoeden en dat het kind niet helemaal gezond zal zijn." Vanuit de dissociatie kan Rose overigens waarnemen dat het kleintje reeds bang is dat zij het niet goed genoeg zal doen." Het kleintje neemt de angst over van de moeder om niet goed genoeg te zijn waarbij een overlevingsstrategie van perfectionisme ontstaat. Deze overlevingsstrategie zette zich voort in het leven van Rose als kind en volwassene.

- *Op welke wijze wordt het bewustzijn van het ongeboren kind ontwikkeld?*

Zoals beschreven in deel één zijn er drie communicatiekanalen (het fysiologische-, het gedrags- en gevoelscommunicatiekanaal) tussen de moeder en het ongeboren kind, die een essentiële rol spelen bij het ontwikkelen van het bewustzijn van de ongeborene. Uit het praktijkonderzoek blijkt inderdaad dat de fysiologische- en gedragscommunicatiekanalen belangrijk zijn maar het is het gevoelscommunicatiekanaal dat meer aandacht dient te krijgen.

Als de omstandigheden omtrent de zwangerschap moeilijk zijn dan is het gevoelscommunicatiekanaal in het bijzonder belangrijk. Waarom? Omdat de ziel van het ongeboren kind contact zoekt met de moeder. De sessieverslagen van alle cliënten bevestigen dat de ziel reeds ontwikkeld is en dat deze moeder juist wil steunen, door bijvoorbeeld te zeggen: "Het komt wel goed, ik ben er voor je, we zijn een team". Als de moeder gedurende een lange periode niet in staat is om het gevoelscommunicatiekanaal open te houden, neemt zij de intentie van de ziel van de ongeborene niet waar. Het gevolg hiervan is dat het kleintje zich uiteindelijk afgesloten, verwaarloosd en afgewezen voelt, omdat de wereld waarin het ongeboren kind leeft beperkt wordt tot de moeilijkheden en ellende die de moeder meemaakt - een wereld die wordt verbeeld door het fysiologische- en gedragscommunicatiekanaal waarop het kleintje helemaal geen invloed heeft.

In het volgende citaat uit het verslag van Judith wordt dit uitgelegd: "Van een afstandje kan Judith waarnemen dat het kleintje depressief wordt. Zij kan het gewoon niet aan en trekt zich terug in een donkere, gesloten wereld. Het moeilijkste voor het kleintje is het gebrek aan contact en liefde met de moeder dat samen gaat met het mede doormaken van alle ellende die de moeder meemaakt. Als zij maar enigszins liefdevolle aandacht van de moeder kon krijgen dan zou zij de moeilijkheden wel aan kunnen."

Het volgende citaat dat betrekking heeft op de achtste maand van de zwangerschap van de moeder van Rose illustreert wat er met de ziel gebeurt als het kindje verwaarloosd en afgewezen wordt: "Rose is zeer teleurgesteld omdat haar essentie (haar ziel), de oranje bal van licht steeds kleiner wordt. "In eerste instantie was ik hem helemaal, nu is het nog maar een knikker geworden," zegt Rose. De potentie van de bal is er nog wel maar de kracht en energie ervan mag er niet zijn."

- *Welk effect heeft stress op het ongeboren kind en wat zijn de belastende invloeden bij de ontwikkeling in de baarmoeder die kunnen leiden tot introjecties?*

Ook deze bevindingen uit het literatuuronderzoek in deel één komen overeen met de praktijkbevinding. De houding van de moeder tegenover het ongeboren kind heeft het allergrootste effect op de gezondheid van het ongeboren kind. Als de moeder onder aanhoudende of traumatische stress staat kan dit desastreus zijn voor de ongeborene. Het volgende citaat uit het verslag van Saskia toont dit aan: "Van een afstandje ziet Saskia dat haar moeder haar helemaal geen aandacht gaf. Haar moeder was er gewoon niet aan toe. Het was voor haar al een dagelijkse strijd om haar hoofd boven water te houden laat staan het alleen moeten zorgen voor een zich ontwikkelende baby. Saskia beschrijft haar omgeving in de baarmoeder als een soort gevangenis, heel koud en kil, zonder liefde en licht, vergiftigd door de gedachten van haar moeder dat ze het niet gaat redden. Dit zorgt voor een diep gewortelde angst om dood te gaan."

- *Op welke wijze kan hypnotherapie introjecties, ontstaan bij het ongeboren kind, opsporen en behandelen?*

De hypnotherapeutische werkwijze en Prenataal Innerlijk-Kind Werk beschreven in deel één zijn aangescherpt in de praktijk waarmee een herzien behandelplan en nieuw stappenplan Innerlijk-Kind versterking is gepresenteerd in deel twee. Uit het praktijkonderzoek blijkt dat reïncarnatietherapie, ideomotorische vingersignalen en het losmakingsritueel waardevolle en noodzakelijke technieken zijn voor het werken met cliënten en hun baarmoederperiode. Tevens is het hiervoor ontwikkelde stappenplan Innerlijk-Kind versterking een essentieel onderdeel van de therapie om de hardnekkige introjecties om te zetten in nieuwe levensovertuigingen.

De resultaten van het literatuuronderzoek in het eerste gedeelte van deze scriptie en het praktijkonderzoek beschreven in deel twee komen dus duidelijk overeen. De vraag of een ongeboren kind reeds de overtuigingen van de moeder en haar omgeving kan overnemen ten koste van de eigen ontwikkeling kan met een volmondig 'ja' worden beantwoord. Het herziene behandelplan inclusief het aparte stappenplan Innerlijk-Kind Versterking voorziet de hypnotherapeut van alle noodzakelijke gereedschappen om cliënten te begeleiden met betrekking tot hun baarmoederperiode. De cliënten die meededen aan dit onderzoek hebben gemiddeld 75 % minder last van hun introjecties zoals 'ik mag er niet zijn' en 'ik ben het niet waard' na afloop van de sessies. Dit cijfer (het gemiddelde relatieve verschil) moet beschouwd worden als een indicatie omdat er slechts enkele metingen bij de cliënten zijn verricht.

Aanbevelingen

Op basis van het bovengenoemde resultaat wordt het hypnotherapeuten ten zeerste aangeraden om een algemene vraag over de baarmoederperiode op te nemen in het intake-gesprek. Bijvoorbeeld: 'Weet u iets van de omstandigheden omtrent de periode toen uw moeder zwanger van u was? Denk hierbij onder andere aan de relatie tussen uw ouders tijdens de zwangerschap'.

Het moge, mede door deze scriptie, duidelijk zijn dat de schadelijke invloeden die in de baarmoeder zijn meegenomen tijdens de ontwikkeling van het ongeboren kind extra aandacht dienen te krijgen van de hypnotherapeut bij het behandelen van cliënten.

Deel 1

Inleiding

1. Bergsma, Ad. Drs. et al, *Psychologie: Ruim 4000 termen van A tot Z*. Het Spectrum, Utrecht, p. 208.

Hoofdstuk 1: Introjecties in een prenataal psychologisch kader

1. Chamberlain David , *The Mind of Your Newborn Baby*, North Atlantic Books, Berkely, 1998, p. xviii.
2. Bürkler, Elisabeth , *Wat ervaart mijn baby tijdens de zwangerschap*. Deltas, Aartse-
laar, 1999, p. 11
3. Verny, Thomas. Dr. et al, *The Secret Life of the Unborn Child*. Warner Books, London, 1981 p.10.
4. Bürkler, Elisabeth , *Wat ervaart mijn baby tijdens de zwangerschap*. Deltas, Aartse-
laar, 1999, p. 88.
5. Uijtenbogaardt, Barbelo , *Handboek voor Moderne Hypnotherapie*, Globio Publishing, 2000, p. 306.

Hoofdstuk 2: De fysieke ontwikkeling van het ongeboren kind

- www.9maand.com
- Boer, H., *Contact maken met de baby in je buik*. De Toorts, Haarlem, 1999
- Bürkler, E., *Wat ervaart mijn baby tijdens de zwangerschap*. Deltas, Aartselaar, 1999
- Chamberlain, D., *The Mind of Your Newborn Baby*, North Atlantic Books, Berkely, 1998
- Jonas, R., *De fascinerende weg naar het leven*. Tirion, Baarn, 2001

Hoofdstuk 3: De neurologische ontwikkeling van het ongeboren kind

1. Bürkler, Elisabeth , *Wat ervaart mijn baby tijdens de zwangerschap*. Deltas, Aartse-
laar, 1999, p. 21.
2. Chamberlain, David, *The Mind of Your Newborn Baby*, North Atlantic Books, Berkely, 1998, p. 10.
3. Chamberlain, David, *The Mind of Your Newborn Baby*, North Atlantic Books, Berkely, 1998, p. 11.
4. Chamberlain, David, *The Mind of Your Newborn Baby*, North Atlantic Books, Berkely, 1998, p. 11.
5. Bosch, Ingeborg, *De herontdekking van het ware zelf*. Van Holkema en Warendorf, Houten, 2000, p. 108.
6. Chamberlain, David, *The Mind of Your Newborn Baby*, North Atlantic Books, Berkely, 1998, p. 56.
7. Chamberlain, David, *The Mind of Your Newborn Baby*, North Atlantic Books, Berkely, 1998, p. 13.
8. Lieberman, Michael , 'Smoking' in: H.A. Weismann en G.R. Kerr, *Fetal Growth and Development*. Mc. Graw Hill, New York, 1970, vermeld in *The Secret Life of the Unborn Child*. Dell Publishing, New York, 1981 en in *De herontdekking van het ware zelf*. Van Holkema en Warendorf, Houten, 2000, p. 109.

9. Verny, Thomas. Dr. et al, *The Secret Life of the Unborn Child*. Warner Books, London, 1981, p. 6 vermeld in 'De herontdekking van het ware zelf'. Van Holkema en Warendorf, Houten, 2000, p. 109.
10. Chamberlain, David, *The Mind of Your Newborn Baby*, North Atlantic Books, Berkely, 1998, p. 108.
11. Bürkler, Elisabeth , *Wat ervaart mijn baby tijdens de zwangerschap*. Deltas, Aartse-
laar, 1999, p. 79.

Hoofdstuk 4: Bewustzijn en 'Ziels'bewustzijn

1. Bürkler, Elisabeth , *Wat ervaart mijn baby tijdens de zwangerschap*. Deltas, Aartse-
laar, 1999, p. 48.
2. Bürkler, Elisabeth , *Wat ervaart mijn baby tijdens de zwangerschap*. Deltas, Aartse-
laar, 1999, p. 76.
3. Hallet, Elisabeth, *Gladys Taylor McGarey, Pioneer of Birth Communication*. [www
birthpsychology.com](http://www.birthpsychology.com)
4. Coudris, R. en M., *Een ongeboren baby vertelt*, p. 30

Hoofdstuk 5: Stress en de belastende invloeden bij de ontwikkeling in de baarmoeder

1. Bürkler, Elisabeth , *Wat ervaart mijn baby tijdens de zwangerschap*. Deltas, Aartse-
laar, 1999, p. 84/85.
2. Bosch, Ingeborg, *De herontdekking van het ware zelf*. Van Holkema en Warendorf,
Houten, 2000, p. 110.
3. Verny, Thomas. Dr. et al, *The Secret Life of the Unborn Child*. Warner Books, London,
1981 , p. 59.
4. Verny, Thomas. Dr. et al, *The Secret Life of the Unborn Child*. Warner Books, London,
1981 p. 52
5. Bürkler, Elisabeth , *Wat ervaart mijn baby tijdens de zwangerschap*. Deltas, Aartse-
laar, 1999, p. p81.
6. Lipton, B., *Maternal Emotions and Development*, www.birthpsychology.com
7. Lipton, B., *Maternal Emotions and Development*, www.birthpsychology.com
8. Bürkler, Elisabeth , *Wat ervaart mijn baby tijdens de zwangerschap*. Deltas, Aartse-
laar, 1999, p. 85

Hoofdstuk 6: 'Prenataal' Innerlijk-Kindwerk

1. Bosch Ingeborg, over de bevindingen van het hersenonderzoek van Joseph LeDoux,
vermeld in *De herontdekking van het ware zelf*. Van Holkema en Warendorf, Houten,
2000, p.103.
2. Voor uitgebreide beschrijvingen van diverse brugtechnieken zie Uijtenbogaardt, B.C.
Handboek voor Moderne Hypnotherapie, Globio Publishing, Roosendaal, 2000.

Deel 2

Hoofdstuk 1

1. Borger, J., 'Saddam, tell me about your mum', The Guardian newspaper, Thursday
November 14, 2002

Boeken

- Bergsma, Ad. [et al], *Psychologie: Ruim 4000 termen van A tot Z*. Het Spectrum, Utrecht, 1998.
- Boer, Hester de, *Contact maken met de baby in je buik*. De Toorts, Haarlem, 1999
- Bosch, Ingeborg, *De herontdekking van het ware zelf*. Van Holkema en Warendorf, Houten, 2000
- Brouw, Niek, *Verbergen doet alleen een dief*, Tirion, Baarn.
- Bürkler, Elisabeth, *Wat ervaart mijn baby tijdens de zwangerschap*. Deltas, Aartse laar, 1999
- Chamberlain David, *The Mind of Your Newborn Baby*, North Atlantic Books, Berkely, 1998
- Coudris, R. en M., *Een ongeboren baby vertelt*, Uitgeverij Ankh-Hermes bv, Deventer, 1986
- Gabriel, Michael, *Remembering your life before birth*, Aslan Publishing, 1992
- Griffins, M., *Introduction to Human Physiology, 2nd Edition*, MacMillan Publishing Co. Inc., New York, 1981
- Jonas, R., *De fascinerende weg naar het leven*. Tirion, Baarn, 2001
- LeDoux, Joseph, *The Emotional Brain*, Touchstone, New York, 1996
- Roes, Rosemarijn, *Mama luister je?*, Uitgeverij Ankh-Hermes bv, Deventer, 1996
- Santrock, J.W., [et al], *Child Development, 6th Edition*, Wm. C. Brown Communications, 1994
- Stroecken, Gaby, *Het miskende kind in onszelf*, Van Holkema & Warendorf, Houten, 2001
- Uijtenbogaardt, Barbelo, *Handboek voor Moderne Hypnotherapie*, Globio Publishing, 2000
- Verny, Thomas. Dr. [et al], *The Secret Life of the Unborn Child*. Warner Books, London, 1981
- Verveld, Carine, *Conceptie, Zwangerschap, Geboorte*, Stichting Voorlichting Reïncarnatietherapie, Amsterdam, 1999.

Artikelen

- Borger, J., 'Saddam, tell me about your mum', The Guardian newspaper, Thursday November 14, 2002
- Hallet, Elisabeth, *Gladys Taylor McGarey, Pioneer of Birth Communication*, www.birthpsychology.com
- Heteren, Cathelijne van, *Development of habituation in the human fetus*, www.nvog.nl/pub/dynamic/proefschrift.asp?id=29441
- Lipton, B., 'Maternal Emotions and Development', www.birthpsychology.com
- Mendizza, Michael interviews Barbara Findeisen, *Lifelong patterns: Fear or wholeness?*, www.birthpsychology.com/lifebefore/early_6.html
- Wadhwa, P.D., [et al], *The neurobiology of stress in human pregnancy: implications for prematurity and development of the fetal central nervous system*, www.ncbi.nlm.nih.gov (Pub-Med)
- Zangrilli, Q., *Foetus life and Pyschobiological destiny*, www.psicanalisi.it/psicomotaica/articoli/psoma2ing.htm
- Zappitelli, M., et al, *Pre-, peri-, and postnatal trauma in subjects with attention-defecit hyperactivity disorder*, www.ncbi.nlm.nih.gov (Pub-Med)



HEEFT U HET GEVOEL dat....

u het alleen moet redden (overmatig onafhankelijk zijn)
u net moet doen of er niets aan de hand is (gevoelens verdringen)
u het niet waard bent (zich compenseren door te presteren)

- Uit vele onderzoeken wordt duidelijk dat aanhoudende stress van de moeder tijdens de zwangerschap (denk aan o.a. langdurig depressie of flinke relatieproblemen met de partner) een schadelijke invloed heeft op de ontwikkeling van het ongeboren kind.
- Het negatieve effect hiervan kan zich manifesteren in overheersende gevoelens die worden meegenomen na de geboorte:

In het kader van mijn opleiding Hypnotherapie aan Academie Hypnos zoek ik voor mijn scriptie mensen die bovenstaande gevoelens herkennen/hebben.

- Weet u of vermoedt u dat de omstandigheden van de moeder zwaar waren toen zij zwanger van u was?
- Wilt u een hypnotherapeutische behandeling aangaan om deze nare gevoelens te helen?

Zo ja, bel of mail dan Justin Cooper op 06-12560631, just_cooper@hotmail.com. Voor meer info over hypnotherapie en mijn opleiding kunt u kijken op www.hypnos.org.