

Einde psycholoog

Al vier weken kwam ik niet meer bij de psycholoog. Toen ik de laatste keer vertelde waar ik terecht was gekomen. Waarmee ik geholpen werd. kreeg ik de boodschap dat ze niet wilde dat ik twee dingen tegelijk ging doen. Wel had ze het gevoel dat ik bij Annelies goed terecht gekomen was. En zei me dat ze het beter voor mij vond dat ik daar mijn verwerking ging voortzetten. Maar omdat ik er nog maar net een week kwam zat ik vol angst. En nu liet de psycholoog me ook los. Zo voelde het. Wat nu, stop ik bij Annelies te komen. Wat ik echt niet wilde.

Of spring ik in het diepe. Toch bleek er nog een tussenweg te zijn: Ze liet me uitzoeken of dit echt de plek voor mij is. Wat het me brengt. Vier weken kreeg ik de tijd om samen met Annelies uit te zoeken wat de juiste weg is. Deze weg is heftig, maar alles wat er nu gebeurd had ik nooit bereikt bij de psycholoog. Waarom, daar zit je op tijd. Als het gesprek afgelopen is, begint het pas net voor mij. Mijn emoties tonen is niet echt mijn sterkste kant. Annelies stopt pas als het klaar is. Neemt de tijd zoveel ik nodig heb. stukje bij beetje breekt ze die muur bij me af. Ik laat je niet toe in mijn gevoel. Alleen met geschreven woorden.

Op die manier leert ze mij kennen en heeft ze de handleiding in handen hoe ze mij kan helpen mijn gevoelens te uiten. Ik vecht nog steeds tegen de tranen, maar er komt een moment dat ik het echt kan loslaten. Die vertrouwen krijg ik bij Annelies.

Ook wordt ik regelmatig boos op Annelies, ze laat me voelen hoe negatief ik over mezelf ben. Dat is iets wat ik niet kan handelen en dat maakt me boos op haar. Ik weet dat het goed is voor me wat ze doet, maar leuk is anders.



Piglet:
"how do you spell love?"
Pooh:
"you don't spell it,
you feel it."

Ohanahome [Ohanahome](#)