

Marita G. Schmitz

Fan slachtofferskip



**nei kreative krêft
- fan myn libben**

Selsgenêzing mei help
fan it universum en befestigen

Marita G. Schmitz

Fan slachtofferskip nei
kreative krêft

-

fan myn libben

Selsgenêzing mei help 🙌 fan it
universum en befestigen

Wês wer de skepper fan dyn
eigen libben!

"Untdek de selsleafde dy't jo as
bern ferlern hawwe wer."

It rekke earne ûnderweis ferlern,
om't jo konstant fochten foar
erkenning en wurdearring.

As jo myn boek tsjinkommen binne,
dan wol it leafdefolle universum dat jo
it lêze en it syn magy op jo wurkje litte
- want der binne gjin tafallen!

I.

**Myn striid foar erkenning en
wurdearring, ynklusyf trauma en
hast-dea-ûnderfiningen**

II.

**Selsgenêzing mei befestigingen en
godlike help** 

WAT binne befestigingen of oertsjûgingen?
Wêr kin ik se krije? HOE brûk ik se?

III.

Narsisme en manipulaasje:

Hoe't sear dien wurde troch oaren jo
ôfhinklik meitsje kin en jo derta liede
kin om josels de skuld te jaan.

IV.

Fibromyalgie treft de menopoaze,
en tagelyk in útdagjend bern.

V.

Kompetysje binnen de famylje

It gie net allinnich om de rapste, de bêste, de populêrste te wêzen, mar ek de siikste (ûnleauwlik, net?!).

Elkenien woe de measte punten skoare by de âlden om in bytsje erkenning, lof of wurdearring te ûntfangen.

VI.

Learopdracht - Loslitte

Ut slachtofferskip - wer de skepper fan
myn eigen libben wurde en mysels
genêze mei help fan it universum en
befestigingen. Wurd wer de skepper
fan dyn eigen libben! Ik bin it bêste
foarbyld dat befestigingen wurkje, en
ik wol myn kennis en ûnderfiningen
mei dy diele.

It begûn doe't ik foar it earst in
revalidaasjeklinyk besocht... Nee, dêr
begûn it net...

Doe begon ik úteinlik te tinken oer
mysels, myn libben, en wat ik
meimakke hie... ...en te reflektearjen
op it advys dat ik krigen hie...

... fanwegen myn protte pine en
bewegingssteurnissen, wêrfan guon
ûnferklearber wiene foar dokters, en
foaral om't in psycholooch my fertelde
dat ik mysels definiearre troch

prestaasjes en dat ik soms "nee" sizze
mocht.

Myn striid om erkenning brocht my
trauma - ien dêrfan waard pas lang
dêrnei erkend as in hast-dea-
ûnderfining.

I.

Myn striid foar erkenning en wurdearring, ynklusyf trauma en hast-dea-ûnderfiningen

Ik bin opgroeid yn in grutte stêd mei trije sibben yn in narsistysk gesin - sûnder leafde of empathy. Ik haw allergyen sûnt myn bernetiid. Nettsjinsteande dit wie ik in fleurich, muzikaal, atletysk en tûk bern. Ik haw myn fakûnderwiis foltôge op in kantoar. Ik wie altyd nijsgjirrich en alles waard my útlein. Letter ûndersocht ik sels dingen. Ik joech myn bêst yn alles wat ik die. Ik wie tige talintfol, mar myn sibben soarge allinnich mar foar oergeunst, wat my fansels tsjinhâlde. Oant koartlyn tocht ik dat it wurkjen op in kantoar myn libbenswurk wie, dat ik it gewoan myn hiele libben dwaan soe, of sels dat it myn ropping wie. Mar ik haw mysels gewoan útput en stride foar erkenning en wurdearring oant ik úteinlik ynstoarte. Meastentiids krige ik allinich de kâns op tydlike kontrakten. Ik hie ien kear in fêst kontrakt - doe, nei trije jier, waard it bedriuw ynienen ferkocht oan in oar bedriuw, en

waard it personiel drastysk fermindere. En dejingen dy't it koartlyn by it bedriuw begûn wiene, waarden ûntslein mei in ûntslachfergoeding en in ûntslachferienkomst. Fansels wie ik ien fan harren. By ien baan hie ik in kontrakt fan trije jier, en nei it earste jier waard my ferteld dat it kontrakt net fernijd wurde koe. Dit hie eins ynfloed op ferskate meiwurkers by it bedriuw, om't wy fersinlik yn posysjes pleatst wiene dy't reservearre wiene foar amtners. Dus hiene se ús yn it foarste plak net oannimme moatten.

Doe fertelden se ús dat se in flater makke hiene en dat wy op 'e tiid earne oars sollicitearje moasten. Se beaen sels oan om ús in tydlike referinsje oan te freegjen. In kollega hie dêrnei in rjochtsaak oanspand en sels in fêst arbeidskontrakt krigen. Nei't ik dit heard hie, haw ik ek in advokaat rieplachte. Hy hat doe namens my in rjochtsaak oanspand. Fol hoop haw ik mysels doe ta it uterste twongen op myn nije baan. Fansels, tocht ik, as ik gewoan myn bêst doch, kin ik bliuwe... Doe fielde ik my as hie ik in ferkâldenens, en doe't ien wang opswol en myn each derboppe ynkromp, tocht ik dat ik in kjeld krige. Mar ik krige gjin ferkâldenens,

en de swelling yn myn gesicht soe ek net sakje. Dat ik bin úteinlik nei de dokter gien. Foar de wissichheid hat hy in MRI-scan oanfrege, om't it gesichtsferlamming (facial palsy) bliek te wêzen. Dit wie ûnferklearber foar sawol my as de dokters - dêrfandinne de MRI. Mar se hawwe neat fûn. Hjoed wit ik dat it de stress wie, en om't ik mysels sa hurd twongen hie om myn baan te rêden. Myn dokter skreau doe medisinen foar senuwregeneraasje en akupunktur foar. Dat duorre frijwat lang, mar ik koe nei in pear wiken wer oan it wurk. Ik koe de medisinen ek trochgean.

Sawat in jier letter - ik hie sollisitearre nei ferskate oare banen en in protte ôfwizings krigen - hie ik noch altyd gjin nije baan fûn. Ynienen krige ik ferskate oanfallen fan koartsachtige ynfeksjes efterinoar - soms mei in ferkâldheid, soms mei gastroenteritis, en elke kear mei hege koarts. Doe koe ik op in dei myn earm hielendal net optille - werom nei de dokter. Dizze kear krige ik ynjeksjes yn myn boppearm/skouder. My waard sein dat ik in skoft rêste moast, om't ik folslein útput wie. Doe, by myn folgjende ôfspraak, stjoerde myn húsdokter in bloedmonster nei it laboratoarium. Dêr waard de diagnoaze