

Ben je steeds teleurgesteld door anderen? Krijg je niet van anderen wat je van hen verwacht? Dan is waarschijnlijk één van de behoeften van je innerlijk kind niet vervuld. Als kind zijn we in de eerste jaren afhankelijk van onze ouders. Wanneer onze ouders ons alles geven wat we verlangen en wij dat als kind kunnen ontvangen (!), leren en ervaren we dat behoeftes en verlangens er zijn om vervuld te worden. Dit is een belangrijke basis voor de rest van je leven. Worden je behoeftes en verlangens niet vervuld, of lukt het je niet om er open voor te staan wanneer het je gegeven wordt, dan blijft er een gevoel van 'tekort' in jezelf hangen. Dat tekort probeer je keer op keer aan te vullen door hetgeen je tekort komt bij anderen te vinden. En die anderen zijn allang je ouders niet meer. Het resulteert in een gevoel het niet waard te zijn dat aan je behoeften wordt tegemoet gekomen.

De verschillende behoeftes van je innerlijk kind zijn:

- acceptatie;
- zorg;
- geruststelling;
- bewondering;
- vertrouwen;
- aanmoediging;
- goedkeuring;
- begrip;
- respect;
- erkenning;
- bevestiging;
- waardering

Eén of meer van deze behoeftes kan in het algemeen of in een specifieke situatie voor jou niet in vervuld zijn. Om welke reden de deur voor het ervaren van deze behoefte ook dicht is gegaan. In een individuele consult loop je over het enneagram en voel je, voor die specifieke situatie, welke behoefte niet is vervuld. Daar hapert het. Vervolgens kijken we wat er nodig is om deze behoefte als nog te vervullen.

[Terug](#)