

UitDeKastHulp.nl

Waarom zitten mensen "in de kast"?

Sommigen doen er jaren over om hun homoseksuele gevoelens een plek te geven. Ze vinden die gevoelens verwarrend of beangstigend, en stoppen ze liever weg in plaats van ermee aan de slag te gaan.

De omgeving heeft invloed op de keus om wel of niet te durven tonen wie je werkelijk bent. Misschien ben je getrouwd, en wil je je vrouw en kinderen niet kwetsen met zo'n schokkend bericht. In families met een strenge religieuze overtuiging wordt soms maar weinig begrip getoond voor homoseksualiteit. Ook de culturele achtergrond kan invloed hebben op de manier waarop men reageert. Maar angst is een slechte raadgever, en leven met een leugen is op den duur ziekmakend.

Je kunt enorm overhoop liggen met je gevoelens, omdat je enerzijds zorgvuldig wilt omgaan met je omgeving, maar anderzijds weet dat jij het recht hebt om een leven te leiden dat bij je past. Te mogen zijn wie je bent.

Vrienden kunnen daarbij helpen. Maar soms zijn zij niet voorhanden en kan je behoefte hebben aan neutrale, deskundige hulp. Dan is het belangrijk om bij je coming out begeleid te worden door een ervaren therapeut. Die begrijpt waarom jouw situatie zo moeilijk is, en die je kan coachen om de weg te vinden naar een nieuw en beter leven. Waarin jij de hoofdrol speelt van iemand met plezier, trots en eigenwaarde.

Of, zoals een cliënt van mij het beschrijft: "...Ik was enorm in verwarring over de richting van mijn leven. Hypnotherapie bleek voor mij dé manier te zijn om de stem in mijn hoofd even uit te zetten, en de stem in mijn hart, die zolang het stilzwijgen was opgelegd, te laten spreken. Eigenlijk een heel simpel proces, maar zo onvoorstelbaar waardevol. Dat ik met René een homo-peut tegenover me had maakte dat ik totaal zonder schaamte kon praten..."



René Bolhuis

Praktijk voor begeleiding bij
levensvragen en hypnotherapie

Gabriëlgaarde 28
1241 AM Kortenhoef
Tel. 06-51231519

uitdekasthulp.nl