

1. Hoe zijn we op het idee gekomen?
2. Wat is een allergische reactie?
3. Besturingsmechanisme van het onderbewustzijn.
4. Enkele voorbeelden van kinderen waarvoor een verhaal geschreven is.
5. Hoe schrijf je zelf een verhaal?
6. Het boek 'Helende Verhalen'
7. Wat te doen als je zelf geen verhaal wil schrijven?

### 1. Hoe zijn we op het idee gekomen?

Na de TV uitzending in België op VTM in mei 1999 waarbij ik 8 mensen begeleid heb mekaar van allergie af te helpen, heb ik een aantal telefonische oproepen gekregen van vaders en moeders, die het verschrikkelijk vinden dat hun kinderen allergisch reageren op voedsel bijvoorbeeld, melkproducten, of gluten, ook op stof, honden, katten, sommigen van bij geboorte.

De extra uitdaging

De kinderen kunnen met de allergietechniek, vertoond op TV, jammer genoeg niet uit de voeten. De reden daarvoor is, dat je het abstracte denken nodig hebt, om naar jezelf te kunnen kijken. Kinderen ontwikkelen dat denken pas tussen 9 en 11 jaar.

### 2. Wat is een allergische reactie?

Wat is een allergische reactie of een overgevoeligheid?

Volgens de klassieke geneeskunde is een allergische reactie een vergissing van het immuunsysteem, waarbij het immuunsysteem overdreven reageert op een product of voeding. Deze overdreven chemische reactie van het lichaam, wordt dan door de geneeskunde in bedwang gehouden door anti-histamine. Dat werkt gelukkig zeer goed. Het probleem blijft echter bestaan en mensen kunnen zo hun hele leven lang allergisch blijven en verstuivers en medikatie gebruiken. Waar wij ons mee bezig houden is, met het rechtzetten van de vergissing, zodat er geen overdreven reactie meer komt.



Ervaring leert dat een allergische reactie zeer dikwijls een beschermende functie heeft die overdreven is. Dit staat uitgebreid beschreven in het boekje 'NLP en Allergie' I SBN 90-202-0136-0. van Paul Liekens

Eén voorbeeld: een kind van 4 jaar wordt ernstig gekrabbd door een kat, het kind schrikt zeer erg, en krijgt meteen een allergische reactie voor katten.

De allergische reactie heeft als positief doel het kind uit de buurt van katten te houden. Helaas blijft het onderbewustzijn dat doen al heeft dat helemaal geen zin meer, tot het laatste van je dagen, als je geen tegenprogrammatie geeft.

### 3. Het besturingsmechanisme van uit het onderbewustzijn.

Het onderbewustzijn regelt alle lichaamsprocessen. Schrikken we, of worden we boos dan wordt er adrenaline gecreëerd, zodat we meer energie hebben en tot actie kunnen overgaan. Zijn we in

een rustige naturomgeving dan produceert het lichaam neuropeptiden, en bijvoorbeeld endorfine, waardoor wij rust ervaren.

Een allergische reactie op gezonde stoffen in normale hoeveelheden, wijst op een vergissing van dat besturingssysteem.

Voorbeeld: iemand is ernstig ziek geworden van een bedorven garnaal in een cocktail, deze reactie is bedoeld om alle giftstoffen

uit het lichaam te krijgen. Helaas blijft het onderbewustzijn dat doen krijgt ze daarna een heftige allergische reactie alle verse

visproducten, behalve voor mosselen, oesters, kreeften. Deze allergische reactie is een overdreven beschermingsmaatregel en duurde al 17 jaar, voor die vrouw mee deed aan de TV uitzending, ze is er na de rechtzetting helemaal van af sinds 1999.

Kinderen van 2 tot 10 jaar.

Bij volwassenen kan de rechtzetting van de vergissing in het onderbewustzijn gebeuren met behulp van het abstracte logische denken. Bij kinderen kan dat niet. Kinderen hebben echter een zeer groot inlevings- en identificatie vermogen

Zij identificeren zich met hun omgeving en doen na wat daar gebeurt.

Zo hebben ze leren eten, lopen, praten, zo hebben ze alles geleerd.

Ook volwassenen identificeren zich. Toen het Nederlandse nationale voetbalteam uitgeschakeld werd voor de wereldcup, dan is het voor een kwart van de Nederlandse bevolking alsof zij zelf tekort geschoten zijn, en lopen een groot aantal een week depressief of boos rond. Terwijl het in werkelijkheid over 11 Nederlandse mannen gaat die willen weten of ze beter kunnen spelen dan 11 andere mannen uit een ander land. In feite is dat alleen hun zaak. Toch beleven een aantal dat gebeuren als zeer persoonlijk.

Het idee is ontstaan om speciale metaforen of sprookjes te schrijven, helemaal gericht op de leefwereld van hun kind, die door de ouders, grootouders kunnen verteld worden.

Ik heb een enkele mensen uit mijn NLP opleiding benaderd, om die sprookjes te schrijven volgens bepaalde richtlijnen. Dan hebben we ouders gevonden die een kind hadden met allergische reactie of overgevoeligheid.

#### 4. Enkele voorbeelden van kinderen waarvoor een verhaal geschreven is.

Resultaten tot nu toe.

Aan een tiental kinderen tot hiertoe werden verhalen voorgelezen door vader of moeder. Het ging over 15 verschillende problemen allergieën voor voedsel (koemelk) stoffen, luizen, dieren, overgevoeligheden, exczema, angsten, nachtmerries, hardnekkige wormpjes (al een viertal jaren). 10 van de 12 kinderen reageerden gunstig en waren tussen de 5 dagen en enkele weken van de symptomen af.

Bij twee kinderen hebben de verhalen hun uitwerking niet gehad op de symptomen waar ze voor geschreven waren, maar werden er wel andere gedragsverbeteringen waargenomen.

Lennart een jongetje van twee en half, is zwaar allergisch voor alle koemelkproducten sinds geboorte. De moeder Marion (zat in de opleiding NLP) heeft de verhalen zelf geschreven en voorgelezen, december 2000.

Na een week sprookjes vertellen vroeg hij zelf achter kaas, en at enkele stukjes op zonder problemen. In de crèche vroeg hij de volgende dag achter melk. Een week voordien werd hij daar nog heel ziek van. Na twee maanden heeft hij op zijn derde verjaardagsfeestje alles gegeten wat zin, hartje lustte. Hij is nu, twee en half jaar later, nog steeds vrij van allergische reactie.

Jochen een jongetje van 5 met luchtwegen allergie, en tegelijk een panische angst voor slapengaan, die ontstaan is door 's nachts met aerosols te moeten ademen. 4 jaar lange nachtmerries.

Hier werden 5 verhaaltjes voor gemaakt. Het kind is er dol op, en na twee weken heeft het kind geen aerosolsmeer nodig en werd het slapen rustig. Dat is inmiddels al een jaar geleden en het kind ademt goed, slaapt de hele nacht en heeft volgens de moeder op de 14 maanden daaropvolgend nog maar één keer een kleine terugval gehad gedurende een hectische week, Jochen vroeg toen zelf achter de verhaaltjes en las ze voor aan zichzelf, en dat is inmiddels weer voorbij.

Flore een meisje van 5

Allergie voor stof, honden en melk, ze staat vol met rode plekjes.

Ann schreef hier 4 verhaaltjes voor de stofallergie, dat werkte vrij snel zodat Flore eindelijk ook vrij op de hoeve kon spelen in de stal. Dan 2 verhaaltjes voor de hondenallergie wat ook snel verdween. Dan 2 verhaaltjes voor de rode plekjes, een soort eczeem. Flore begon er veel beter uit te zien en de plekjes werden zachter van kleur.

Jonas

Een jongetje van 3 jaar heeft heel veel rode plekjes, blaasjes, waarvan de afkomst oorspronkelijk onduidelijk was. Door het openkrabben ontstonden hele plekken vochtige en pijnlijke plekken. dat is al 2 jaar aan de gang. Hij kreeg hiervoor onder andere cortisone. Uiteindelijk vlak voor een vakantie ontdekt een oudere dermatoloog dat Jonas allergisch is aan vlooiënbeten. De familie heeft een hond, en hij is de enige die er last van heeft. Na het voorlezen van het verhaal is de familie op vakantie gegaan, zonder hond. De plekken zijn weggegaan, en ondanks het feit dat de vader nog wel eens vlooiën bij hem zag heeft hij geen overdreven reactie meer, en zijn de plekjes weggebleven .

Joni

Joni is een meisje dat al jaren last heeft van hardnekkig steeds weerkerende wormpjes. Allerlei methoden leveren op dat de wormpjes even verdwijnen, om dan na één of enkele weken weer terug te komen.

Het verhaal werd afgeleverd half maart nadat ze net een kuur had gedaan tegen wormpjes, en ze zijn weggebleven tot de eerste schooldag in september. Het verhaal werd toen opnieuw verteld waarop de wormpjes weer verdwenen. Het maximum dat de wormpjes wegbleven is ooit een keer 4 maanden geweest, ze is nu al 9 maanden zonder wormpjes. De moeder geeft ook aan dat Joni lekkerder in haar vel zit dan anders.

Bovenstaande verhalen werden geschreven door Ann Delnoy

## 5. Hoe schrijf je zelf een verhaal?

Welke informatie heb je nodig om een verhaal te schrijven

Hoe oud is het kind? Welke knuffels vind het kind leuk?

Welke televisie programma's ziet het graag en wie zijn de helden die het meest aanspreken

Is het kind ergens bang voor? Heeft het kind ergens grote bewondering voor? Welke sporten of activiteiten doet het kind graag? Wat is er verder bijzonder aan het kind? Wat zijn bijzondere karaktereigenschappen?

Kies nu een context,

-Kies een wereld waarvan jij denkt dat het kind leuk vind,(prinsen, dieren, planeten, insecten) en beslis welke dier, knuffel, de plaatsvervangende hoofdfiguur wordt voor het kind.

-Bedenk een beginsituatie, waarin de hoofdfiguur problemen mee heeft en een beetje gelijkaardige symptomen vertoont als het kind -Bedenk een eindsituatie waar de hoofdfiguur wil zijn op het einde van het verhaal. (sterker, slimmer, vrij van symptomen, in staat om te eten wat het wil enz).

- Bedenk nu een weg die de hoofdfiguur heeft afgelegd heeft om daar te geraken.

-het schrijven van het verhaal zelf met volgende elementen.

De hoofdfiguur beleeft in de eerste fase allerlei leuke en interessante dingen , waar uit blijkt dat hoofdfiguur veel veranderd is slimmer en sterker dan vroeger. Hier wordt de nadruk gelegd dat de tandjes, pootjes, of handjes sterker geworden zijn. Ook wordt in de verf gezet dat hoofdfiguur sympathiek, moedig, lief is( naargelang) en sterk gewaardeerd wordt door de andere figuren.

In een volgend fase laat je de hoofdfiguur gelijkaardige symptomen, problemen krijgen als het kind, voorbeeld pijn of raar gevoel in de buik. Daarbij druk je zeer sterk op het feit, dat hoofdfiguur niet ziek is, maar zijn buikje is ziek, waarbij je er op let, dat er een ander wijs dier goede raad komt geven en dat het buikje nu snel geneest, omdat het net zoals pootjes, gegroeid is en sterker geworden. Vroeger werd het buikje ziek van ..... nu niet meer.

Hoofdfiguur leert in het verhaal dingen doen die het vroeger niet kon, en nu al wel kan. Hoofdfiguur komt een soort oude wijze, of tovenaar of oude uil tegen, of kruidenvrouwje die hem vertelt dat er in de buik (onderbewuste) van de hoofdfiguur zelf allerlei kleine helpertjes zitten(immuunsysteem)die het goed menen, waarvan er eentje is die met alle goede bedoelingen die symptomen veroorzaakt heeft. Die helper of bondgenoot binnenin zal nu helpen de symptomen of beperkingen op te heffen. .

Wij zijn benieuwd naar jouw verhaal en willen graag weten **hoe** het resultaat was.

## 6. Het boek ' [Helende verhalen](#) '

Bovenstaande en nog meer staat in dit unieke boek.

Wat ook uniek is aan dit boek, is dat de enthousiaste ouders uit dank ook hun bijdrage wilden leveren, en ze hebben toelating gegeven hun telefoonnummer bij de verhalen te zetten.

We hebben gewacht tot er ongeveer 2 jaren voorbij waren om te weten of de resultaten blijvend zijn. We hebben nu die ervaring met meer dan 20 kinderen.

Het boek is gericht naar de ouders toe met voorbeeld verhalen en hoe ze zelf hun metaforen kunnen maken. Wij hebben al voorbeelden van moeders, grootmoeders en grootvaders die op onze aanwijzingen zelf hun verhalen geschreven hebben, en hetzelfde succes geboekt hebben als wij. Zo kunnen dan ouders meer actief betrokken worden gezondheid van hun kinderen, en hun rol van natuurlijke genezer terug opnemen. Kinderen leren hierdoor misschien dat gezondheid een proces is binnenin, en dat er ook een groeiproces is door de tijd.

Paul Liekens