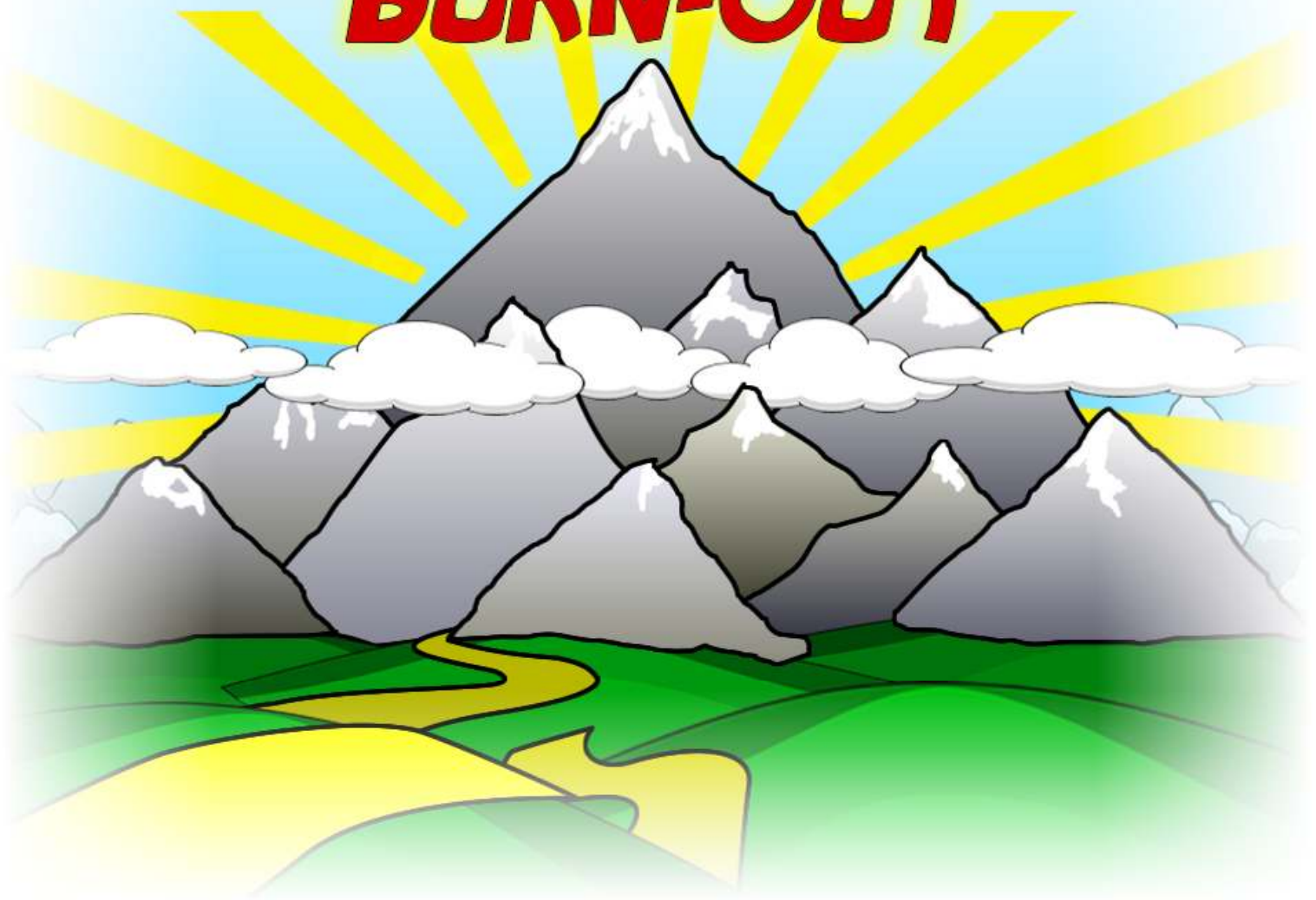
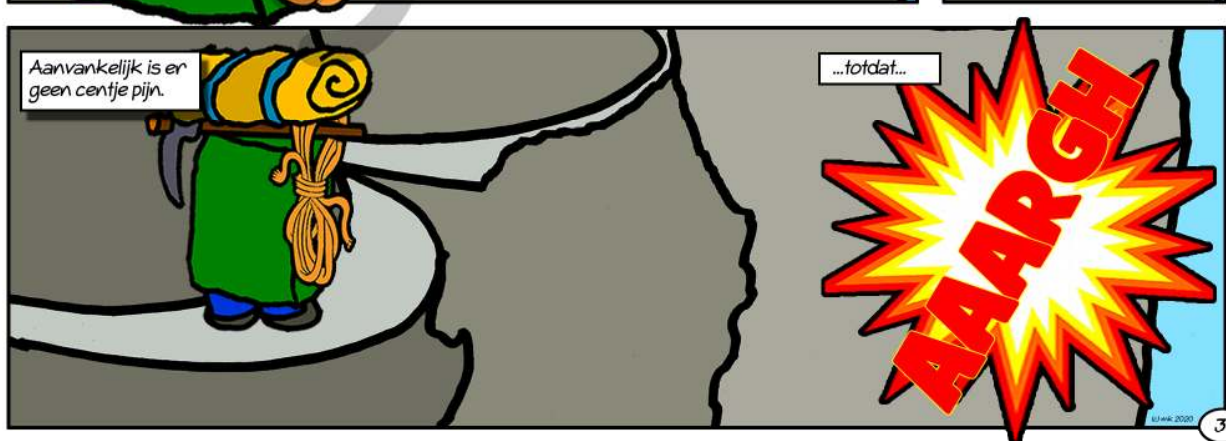


IK, MEZELF EN MIJN BUITENGEWOON BIJZONDERE BURN-OUT



Beeldverslag van belevenissen en ervaringen tijdens een burn-out





De vraag groeit...
"Hoe moet je met de actuele
belemmeringen - lees: blokken
aan het been - omgaan?"





Als je de situatie overziet, is omdraaien en rustig teruglopen waarschijnlijk de beste optie.

Met deze ervaring zal later wellicht eenvoudiger een andere en betere keuze gemaakt kunnen worden.



Onderweg veranderen de omstandigheden net als het weer. Soms lijkt je geen steek vooruit te komen en voelt het alsof alles tegen zit. Op het andere moment lijkt de zon fel te schijnen en gaat alles als vanzelf. Net als het weer heb je er geen enkele invloed op. Het is zoals het is.



Je denkt het gevoel te hebben, alles weer aan te kunnen.

I've got the whole world ...



Alles lijkt crescendo te verlopen, totdat ...

If I had a hammer ...

... je stuit op "De man met de hamer".



Een eerste natuurlijke reactie ...



... is om bij de pakken neer te gaan zitten. Niets lukt, alles gaat mis.

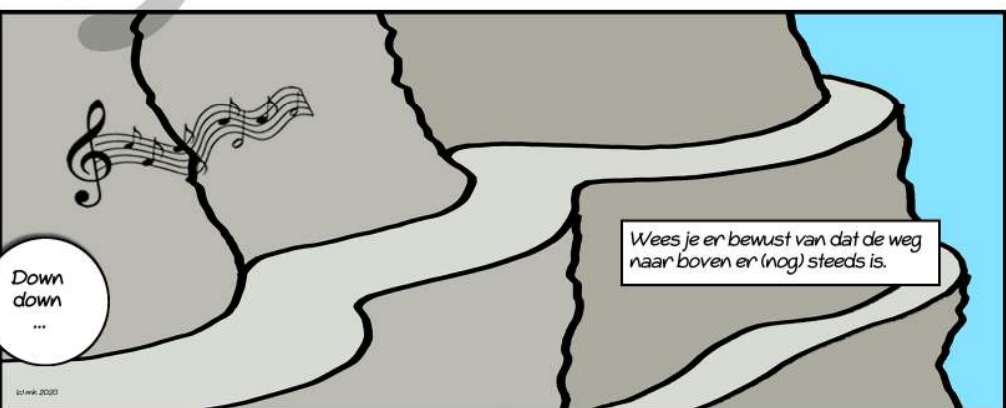


Voor dat moment is dat gevoelsmatig misschien ook wel de beste optie.

Maar het tegendeel is waar.

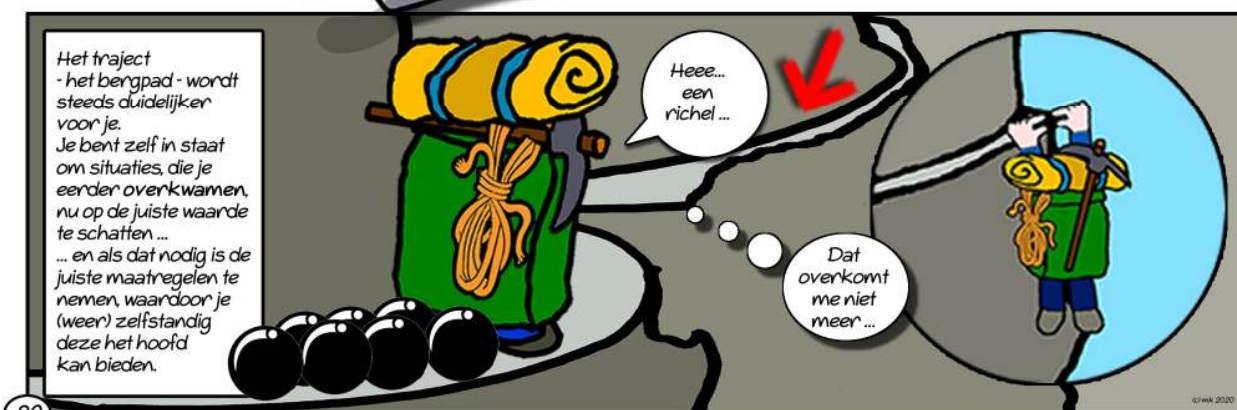
Het helpt je niet echt verder.

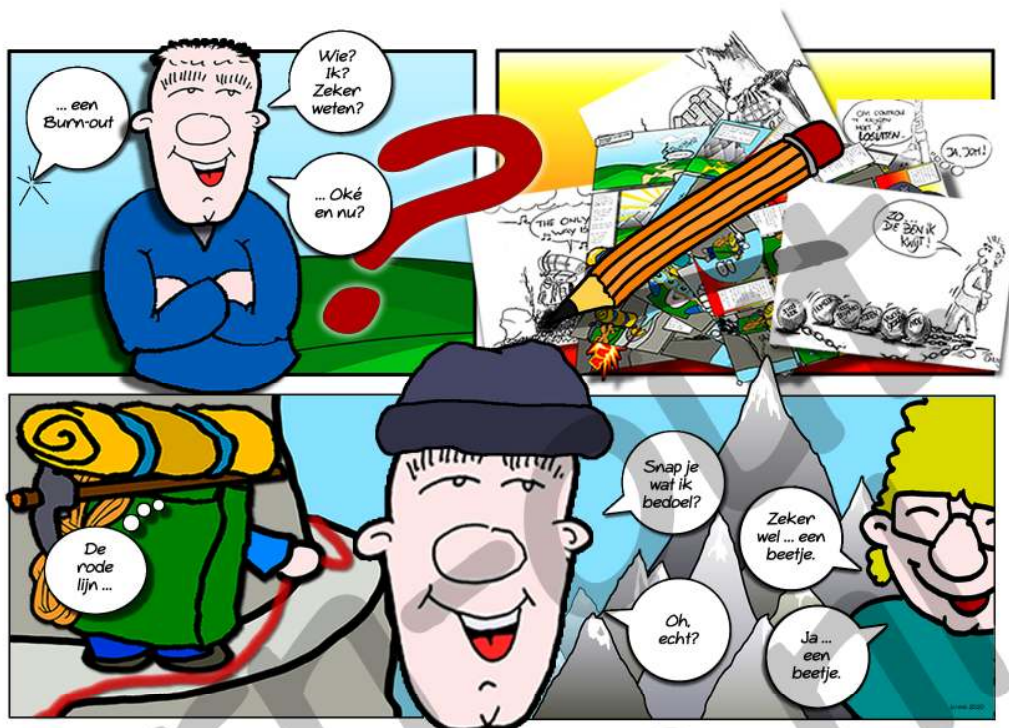
Het is een "Status Quo".



Down down ...

Wees je er bewust van dat de weg naar boven er (nog) steeds is.





IK, MEZELF EN MIJN BUITENGEWOON BIJZONDERE BURN-OUT

De mededeling "Burn-out" komt vaak als een totale verrassing.
 Belevissen, ervaringen en gevoelens werden eerst in losse striptekeningen
 weer gegeven, maar snel bleek daarin een verhaallijn te zitten.
 "Ik, mijzelf en mijn buitengewoon bijzondere burn-out" is een beeldverslag,
 getekend en geschreven tijdens een burn-out.
 Het zorg voor (h)erkenning voor zowel voor de persoon als zijn directe omgeving.