

Geen Bodem Syndroom

Wat is het Geen Bodem Syndroom?

Geen Bodem Syndroom (GBS) is een patroon van gedragingen, ontstaan als gevolg van een indrukwekkende gebeurtenis waardoor het basisvertrouwen aangetast is. Wanneer men geboren wordt, is er van nature een basisvertrouwen van ongeveer 70%. De andere 30% zal normaliter groeien op basis van ervaringen die als kind opgedaan worden. Wanneer er een vroege angstige ervaring is, zal deze 70% moeizaam gehaald worden. Het basisvertrouwen wordt door deze ervaring aangetast en er komt automatisch een overlevingsdrang opgang. Dit kan het Geen Bodem Syndroom veroorzaken.

Recent is ontdekt dat de volgende situaties indrukwekkend kunnen zijn:

- Moeder of vader heeft last van een Post Traumatisch Stress Syndroom;
- de moeder heeft stress ervaren tijdens de zwangerschap;
- na geboorte niet in de armen of op de borst van de moeder gelegd worden;
- vroeggeboortes (couveusekindjes);
- keizersnede (foetus/baby legt de "onnatuurlijke" weg af);
- medisch ingrijpen bij de bevalling;
- een emotioneel onbereikbare moeder (bijv. postnatale depressie);
- het kind is ongewenst;
- het kind is geadopteerd;
- de zwangerschap is gemanipuleerd (bijvoorbeeld door IVF);
- een verlies (zelfs al voor geboorte) van een tweelingzus of broer.

In de vroege ontwikkeling – ook wel de inprentingfase genoemd – kan dit leiden tot stress. Wanneer dit niet erkend, gesignaleerd of niet op de juiste wijze behandeld wordt, ontstaat er veelal een Post Traumatisch Stress Syndroom. Stresshormonen die hierbij in de hersenen vrij komen, verstoren de opbouw van het basisvertrouwen sterk. Dit resulteert in sociaal emotionele problemen. Er volgen vaak moeilijkheden binnen gezinssituaties, op school en later als volwassene in (werk)relaties.

Het Geen Bodem Syndroom herkennen

Hoe het GBS herkend kan worden bij kinderen en volwassenen zal liggen aan welke overlevingsstrategie (onbewust) gekozen is.

Een aantal voorbeelden:

- Een huil baby (vechten) of juist erg stil, is naar binnen gekeerd (verstarren);
- zeer drukke uitingen van baby, kind, volwassenen (lijkt op ADHD);
- teruggetrokken gedrag (lijkt op autistisch spectrum);
- voortdurend controle willen houden op hun omgeving;
- hoog sensitiviteit;
- goed kunnen observeren, taxeren en manipuleren van anderen;
- een onverzadigbare honger naar aandacht;
- soms superieur gedrag (narcistisch gedrag);
- onvermogen en/of angst om relaties aan te gaan (aantrekken-afstoten).

Behandeling Geen Bodem Syndroom

GBS kan succesvol behandeld worden met de CREF-Methode® zonder medicatie. Deze behandeling is geschikt voor alle leeftijden.

De symptomen van het Geen Bodem Syndroom hebben zeer veel overeenkomsten met ADHD en/of vormen van autistisch spectrum. Helaas wordt er in de praktijk dagelijks verkeerd gediagnosticeerd. Dit komt door de onbekendheid over het GBS. Er wordt dus in veel gevallen verkeerd behandeld en overbodige medicatie toegediend.

Geen Bodem Syndroom binnen arbeidsprocessen

Volwassenen met GBS kunnen moeilijkheden ervaren op de werkvloer. Signalen van GBS kunnen sterk naar voren komen in bijvoorbeeld in reorganisaties / veranderprocessen. Als werkgever of leidinggevende is het dan ook zinvol om GBS te kunnen herkennen en te weten hoe hier mee om te kunnen gaan. Dit voorkomt conflicten in werksfeer en langdurig ziekteverzuim.