

 [Naar fotobesteloverzicht >>](#) (0 foto in winkelwagen)



Foto: Bert Vos

'Gevangen in jezelf' als boek

woensdag 7 juli 2010 08:17

EDE - Robert Bolwerk overhandigde donderdagmiddag zijn boek 'Gevangen in jezelf' aan burgemeester Cees van der Knaap. De Edese schrijver richtte een aantal jaar geleden Stichting Zelfacceptatie op en vanuit die gedachte schreef de initiator het boek. In het boek wordt volgens Bolwerk een kwestie behandeld dat „tot de grootste maatschappelijke problemen behoort die er zijn“: het hebben van zelfacceptatie. Ook wordt in het boek de oplossing aangedragen voor dit maatschappelijke probleem dat op een ieder betrekking heeft.

Bovendien werd donderdag de nieuwe folder van de Stichting Zelfacceptatie overhandigd. Met een campagne van deze stichting, zullen de folders in de gemeente Ede worden verspreid. De website (digitale wegwijzer voor zelfacceptatie) www.zelfacceptatie.nl is geheel vernieuwd. „Dat is een uitgebreide wegwijzer voor mensen die 'het goede gevoel' willen hervinden“, aldus Bolwerk.

„Je vindt jezelf niet zo succesvol, je twijfelt aan je kwaliteiten, je zelfvertrouwen laat te wensen over, je voelt je onzeker. Kortom: Je zit gewoon niet lekker in je vel. Interne spanningen treden op waardoor stoornissen ontstaan, hierdoor ondervindt men hinder en treden beperkingen op in ons functioneren“, zo omschrijft de Edenaar het probleem.

De schrijver vervolgt: „De oorzaak vindt zijn oorsprong in het feit dat men zichzelf niet of onvoldoende accepteert zoals een persoon is. Het beseft dat zelfacceptatie hieraan ten grondslag ligt is onvoldoende bekend. Zelfacceptatie is voor mensen de basis om te functioneren. Volledige zelfacceptatie laat het zelfvertrouwen groeien, zorgt voor evenwicht en ontspanning en vormt een stevige basis voor zelfontplooiing.“

Info: www.uitgeverijaspekt.nl / 13 euro.

Foto:

Burgemeester Cees van der Knaap en Robert Bolwerk (rechts) tijdens de overhandiging. „Zelfacceptatie is een groot probleem.“