



Zelfacceptatie bestaat

Maatschappelijk probleem krijgt officiële woorderkenning

Door: Redactie Hart en Ziel

Het woord zelfacceptatie had tot op heden geen officiële erkenning en/of betekenis in de Nederlandse taal. Nu komt daarin verandering.



In deze snelle maatschappij, waarin veel belang wordt gehecht aan uiterlijkheden, is het vaak moeilijk om blakend in je zelfvertrouwen te blijven staan. Minderwaardigheidsgevoelens en een negatief zelfbeeld heb je maar zo. Je bent te dik of te dun, oud worden is een ramp en hoe zit het nou eigenlijk met je (seksuele) identiteit? Veel mensen lijden onder dit niet accepteren van zichzelf. Als je weet te komen tot volledige zelfacceptatie, groeit het zelfvertrouwen, is er weer balans en evenwicht en

ontstaat een stevig fundament voor zelfontplooiing.

Omdat dit negatieve zelfbeeld zo'n groot maatschappelijk probleem is, ijverde de Stichting Zelfacceptatie voor een officiële status van het woord zelfacceptatie. Dat is gelukt. Dit jaar wordt het door het Instituut voor Nederlandse Lexicologie officieel opgenomen in het Algemeen Nederlands Woordenboek (ANW).

Om degenen die willen werken aan zelfacceptatie handvatten te geven, heeft de Stichting Zelfacceptatie op hun website een breed aanbod samengebracht van organisaties die actief zijn op het vlak van het bevorderen van zelfacceptatie.