

## Een perfect nieuw programma voor Het Ontwikkelingsinstituut



Het Ontwikkelingsinstituut lanceerde dit najaar een gloednieuw programma rond perfectionisme. Hoog tijd om ons licht op te steken bij Marcel Hendrickx, naast Rudy Vandamme, geestelijke vader van Het Ontwikkelingsinstituut én drijvende kracht achter het programma ‘Ontwikkelingsgericht coachen voor perfectionisme’.

### Kan je me eersteens vertellen waar ‘Het Ontwikkelingsinstituut’ precies voor staat?

Het Ontwikkelingsinstituut gelooft dat de wereld van vandaag nood heeft aan mensen en organisaties die elk afzonderlijk hun verantwoordelijkheid opnemen om vanuit hun eigen authenticiteit een bijdrage te leveren aan de ontwikkeling van een betere wereld. Door middel van kwalitatieve professionele opleidingen in NLP, Coaching en Teamontwikkeling hopen wij die levensvisie te kunnen doorgeven.

### Jij ontwikkelde dit najaar een gloednieuw programma. Kan je daar iets meer over vertellen?

Mijn programma ‘Ontwikkelingsgericht coachen voor perfectionisme’ is erop gericht om coaches, begeleiders en zorgverleners met perfectionisme om te leren gaan en mensen te bevrijden van de sturende en belemmerende patronen die daaraan gerelateerd zijn. Voor mensen die individueel met hun perfectionistisch patroon aan de slag willen gaan, bestaat er een tweedaagse workshop.

### Wat bedoel je precies met die ‘belemmerende patronen’?

Perfectionisme ontstaat doorgaans al in de kindertijd. Zijn oorsprong ligt in het ‘niet ok gevonden worden’. Op een gegeven ogenblik stelt een kind vast dat het niet voldoet, aan zijn ouders, zijn leerkrachten, zijn vriendenkring, ... Daardoor gaat het op zoek naar een nieuwe manier van denken en gedrag dat tot doel heeft dat anderen hem graag zien en (terug) bevestiging geven. Het

gevaar zit hem erin dat dit patroon wordt meegenomen in de volwassenheid waardoor we ‘slaven’ worden van het patroon, eerder dan vrije volwassenen. Het perfectionistische gedrag zal m.a.w. mensen nog steeds vooruit helpen in het leven, bv. door carrière te maken, maar de prijs die ervoor betaald wordt is hoog. Uitstelgedrag, overdreven zorg voor anderen, eetstoornissen, een laag zelfbeeld, ... zijn maar enkele van de symptomen van perfectionisme.

### Waar haalde je de inspiratie om dat te doen?

Ik coachte vroeger mensen op die symptomen. Soms werkte dat, soms niet. De ommekeer kwam toen ik ging inzien dat al deze symptomen dezelfde oorsprong hadden en dat dit ‘perfectionistische patroon’ vertrok vanuit de basisovertuiging: ‘ik ben niet ok zoals ik ben’. Eens ik dat inzicht had, heb ik mijn manier van coachen succesvol aangepast en van daaruit is het programma gegroeid.

### Welke rol speelt perfectionisme in jouw eigen leven?

Perfectionisme heeft een heel grote rol gespeeld in mijn leven. Ik heb er jaren voor nodig gehad om me daarvan te verlossen. Het gebeurt soms nog dat ik er stukken van tegen kom, zoals bv. controledrang, maar ik ben op een punt gekomen dat het niet langer belastend is of stress geeft. Ik durf perfectionisme al eens te vergelijken met alcoholisme. Het blijft heel je leven in je zitten maar je kan jezelf ervan bevrijden.

[www.hetontwikkelingsinstituut.be](http://www.hetontwikkelingsinstituut.be)