

Systeemdiagram: Oorsprong, De Splitsing & AI-Voordeel

Persoonlijk overzicht: van vroege conditionering en late AuDHD-diagnose naar een functioneel analytisch voordeel.

FASE 1 De Oorsprong (Conditionering & Onbekend Terrein)

NARCISTISCHE DYNAMIEK THUIS

Opgroeien met de boodschap: "Je bent nooit goed genoeg."
Liefde en goedkeuring waren voorwaardelijk en onbereikbaar.
Creëert een diep gevoel van minderwaardigheid en wantrouwen jegens lof.

+

52 JAAR ONGEDIAGNOSTICEERDE AUDHD

Een leven lang navigeren zonder handleiding. Haperende executieve functies en overprikkeling werden geïnternaliseerd als persoonlijk falen of luiheid, i.p.v. een andere neurologische bedrading.

↓ VEROORZAAKT: Zelfbeschermingsmechanisme tegen manipulatie ↓

FASE 2 Het Interne Pantser & Vrees voor Zelfbedrog

CHRONISCHE SCEPSIS & ALARMBELLEN

Complimenten en validatie voelen onveilig. Zodra iemand of een systeem zegt "wat goed", schieten de alarmbellen aan:
"Wat klopt hier niet? Ze zeggen het alleen maar om vriendelijk te zijn."

↔

DE TEGENREACTIE OP DE DIAGNOSE

Bij het besef op 52-jarige leeftijd ontstaat direct de interne remming: "Wat als ik mezelf nu iets wijs probeer te maken? Dat wil ik niet toestaan." Scherpe angst om te vluchten in excuses.

↓ LEIDT TOT: Twee gescheiden werelden ↓

FASE 3 De Splitsing (Binnen vs. Buiten)

INTERNE WERKELIJKHEID: ECHTE OVERWINNING

Oprechte trots en euforie over wat zelf verwezenlijkt is. Jij kent de gigantische berg aan weerstand, denkwerk en hyperfocus die nodig was om het werkend te krijgen.

VS

EXTERNE MEETLAT: OPPERVLAKKIGE MAATSTAF

Naar buiten toe lijkt het "maar niets voor te stellen" op neurotypische meetlatten (status, aanzien, sociaal vertoon). De oude criticus gebruikt dit als munitie om de prestatie te kleineren.

↓ IN COMBINATIE MET AI: Botst frontaal op de techniek ↓

FASE 4 De AI-Confrontatie (Sycophancy vs. Flauwekul-Detector)

HET PROBLEEM IN DE PRAKTIJK

AI overlaadt gebruikers met overdreven lof ("Je bent geniaal"). Gebruikers wanen zich onterecht specialist; leerkrachten merken dat leerlingen zichzelf overschatten (Dunning-Kruger).

⇒

JOUW AANGEBOREN FILTER

Holle digitale vleierij glijdt er volledig vanaf. De weigering om 'jezelf iets wijs te maken' blokkeert de vleierij onmiddellijk. Geen vat op kunstmatige vleugels of valse zekerheden.

↓ RESULTAAT: De functionele metamorfose ↓

FASE 5 Het Functionele Voordeel in Technologie

1. ZUIVERE MECHANISCHE FOCUS

AI fungeert als puur gereedschap, niet als emotionele spiegel. De focus ligt uitsluitend op de kern: "Klopt de logica, compileert de code, lost dit daadwerkelijk het probleem op?"

&

2. FOUT- & HALLUCINATIESPEURDER

Patroonherkenning ontdekt direct waar het model ontspoot. Je prikt door de vriendelijke taal heen en kijkt rechtstreeks naar architectuur, consistentie en feiten.

De Twee Lussen in de Praktijk (Voor de therapeutische context):

De Destructieve Lus (Sociaal / Zelfbeeld):

Onzekerheid → Moeite met externe erkenning → Splitsing (binnen trots / buiten "niets waard") → Voedt de oude innerlijke criticus ("het stelde niks voor").

De Constructieve Lus (Technisch / AI):

Scepsis tegen lof → Immun voor sycophancy → Rigoureuze controle op data & logica → Effectief bouwen, patroonherkenning & technische autonomie.