

Blog nr. 1

17 Juli 2013

Onderwerp: HSP en een druk stadscentrum

Zet een hoogsensitief persoon, in de volksmond HSP'er genoemd, in een druk stadscentrum en je krijgt paniek. Nou ja, een zeer onaangenaam gevoel, onoverzichtelijkheid en de drang om te vluchten. Voor een goed doel wil ze best haar grens opzoeken, ze staat namelijk achter het doel en buiten de verantwoordelijkheid, tenminste dat maakte ze zichzelf wijs.

De voorbereidingen voor de Landmachtdag tijdens het 2e Midweekfeest gingen prima. Het materiaal was er in de vorm van folders met een flyer van haar praktijk die er vol liefde aan geniet was. Het zag er prachtig uit. En wat paste de kleuren toch mooi bij elkaar. Om kort te zijn: "#zinin"

De Landmachtdag in Steenwijk begon. Thuis begon de spanning zich al op te bouwen en blafte ze iedereen om zich heen af en zij kregen volgens een goede traditie allemaal de schuld.

Met gemengde gevoelens richting centrum, op de fiets want het is lekker weer. Vóór haar zag ze een overdaad aan militairen, camouflagenetten, kanonnen en legertrucks. Voor haar gevoel liep ze licht gespannen een rustige straat in. De folders brandden in haar hand. Ze dacht: "Wat is hier nou zo erg aan?". Zo hier en daar reikte ze met bonkend hart een folder uit die tot haar grote vreugde aangenomen werd. De hele wereld keek naar haar en wat kreeg ze het benauwd. Herkenbaar?

Ze bedacht een uitvlucht. Als ze nu een kraampje zou vinden of een stand van defensie dan legde ze de hele stapel folders daar neer. "Ze vinden het wel", stelde ze zichzelf gerust.

Nergens diende zich die uitvlucht aan en ze liep verder en verder de drukte tegemoet. In de menigte bedacht ze hoe snel ze de folders uitgedeeld zou krijgen als ze op dat moment als een bezetene in het wilde weg zou gaan uitdelen. Zelf heeft ze een bloedhekel aan mensen die haar ongevraagd folders of kranten in de hand duwen. Nu was ze er zelf "zo eentje". Een onbestemd gevoel be kroop haar. Er schoten gedachten door haar hoofd als: "waarom wil ik dit", "waarom durf ik dit niet", "waarom lukt het mij niet om anderen iets van mezelf op te dringen?". De weerstand tegen zichzelf groeide met de minuut. Het predicaat ongeschikt is op z'n plaats.

Natuurlijk vond ze geen plekje waar ze gemakkelijk van haar verantwoordelijkheid af kon komen. Eigenlijk wilde ze dat ook niet. Een mevrouw kende het doel van haar folderactie en daar had ze onverwachts een leuk gesprek mee. Na een paar afwijzingen en beleefde "dank u" besloot ze om het op te geven. Zij is hier definitief ongeschikt voor.

Tijdens het verdere verblijf tussen alle activiteiten heeft ze alsnog drie waardevolle gesprekken gevoerd met bekenden van haar die allemaal "iets" met defensie of kindercoaching te maken bleken te hebben.

Ontspannen en vol passie voerde ze met gemak deze gesprekken. Ze blijkt geschikt.