

DEEL 1:
MIJN VERHAAL

KNIFE MAKING THE DUTCH WAY

Het is donderdagochtend, gelukkig heb ik ver van tevoren kunnen regelen dat de reeks met behandelingen in het Sinai Centrum ruim vooraf zijn vastgelegd in mijn agenda. Naast dit autistisch trekje, vallen controle, vooruitzien en beheersing van dagelijkse processen onder een van de vele patronen en eigenschappen die gepaard gaan met de effecten van PTSS.

Elke week staan mijn behandelingen gepland op donderdag en vrijdag, en hoe vreemd het ook mag klinken, ik kijk er eigenlijk naar uit om ernaartoe te gaan. Het brengt een mengeling van onrust in mijn lichaam, omdat de behandelingen vrij intensief zijn. Na afloop heb ik echter tijd nodig om mijn emoties, gemoedstoestand en de onrust die vaak tijdens verschillende behandelingen naar boven komen, de ruimte te geven. Ik sta mijzelf toe om deze gevoelens toe te laten, omdat ik heb geleerd dat ze er mogen zijn.

Gelukkig kijk ik ook op deze dagen uit naar een creatieve middag waarin ik messen maak. Het is voor mij een geweldige manier om het creatieve deel van mijn brein aan te spreken en mijn gevoelens en emoties om te zetten in energie door messen te creëren. Het geeft me de mogelijkheid om mijn innerlijke wereld vorm te geven en tegelijkertijd een uitlaatklep te vinden voor mijn emoties.

Het is twaalf uur in de middag, de behandelingen bij het Sinai centrum in Amersfoort (een landelijk expertisecentrum voor trauma gerelateerde klachten en PTSS) zitten erop. Vanuit Amersfoort is het maar een kwartiertje rijden naar Den Dolder, waar ik een kleine garage heb om mijn hobby uit te oefenen.

De garage bevindt zich op een afgelegen industrieterrein, op een zogenaamd boxcomplex. Op dit complex hebben veel mensen hun spullen opgeslagen, maar er zijn ook andere hobbyisten en creatieve geesten druk bezig met allerlei projecten. Je vindt er meubelmakers, automonteurs, iemand die krappalen voor katten maakt, twee jongens met een prachtige miniatuur treinbaan en creatieve eigenaren van webshops. Je kunt het zo gek niet bedenken.

Het is in ieder geval een inspirerende omgeving vol diverse talenten en interesses. Maar op donderdag ben ik er meestal alleen... wat een hele fijne bijkomstigheid is als je een ochtend intensief met jezelf aan de gang bent geweest.

Ik parkeer mijn auto voor de garagedeur, precies op dezelfde plek als vorige week, en de week daarvoor, en de week daarvoor. Het is niet zomaar een plek. De auto staat strategisch zodanig voor de ingang geparkeerd dat ik controle kan houden over wat erbuiten gebeurt en het lastig is voor omstanders om naar binnen te kijken. Het geeft me een gevoel van bescherming en veiligheid. De garagedeur blijft namelijk de hele dag openstaan.

Binnen ben ik bezig met machines, maak ik lawaai en draag ik gehoorbescherming, dus een deel van mijn natuurlijke sensoren worden van tijd tot tijd afgeschermd. Dit gedrag is overigens vrij typerend en daardoor herkenbaar bij personen met PTSS. Het vormt een manier om de innerlijke spanning en onrust te kanaliseren en de controle over de omgeving te handhaven, waardoor een gevoel van veiligheid wordt gecreëerd.

In de basis is er natuurlijk niets mis met het bewust en waakzaam zijn van je omgeving. Denk hierbij ook aan bijvoorbeeld het opmerken van de locatie van nooduitgangen in een hotel