

GROEIEN OP HSP KAMP!

Op kamp gaan... moet toch fantastisch zijn? Niets was minder waar voor mijn zoon, Jente. Het kampgegeven op zich was zijn grootste nachtmerrie. Nooit zou hij het in zijn hoofd halen om zijn veilige thuishaven te verlaten!

Jente is hoogsensitief.

Er was iets met mijn kind... Ik wist alleen niet wat? Jente was een huilbaby... als baby kon je hem met niets rustig krijgen... Rust vond hij alleen als hij heel kort bij mij in de draagzak kon zitten of intens genietend van borstvoeding, dat waren de momenten dat hij niet huilde. Het huilen maakte plaats voor overprikkeling die dan weer uitmondde in opvliegendheid. Hij heeft een dermate onrechtvaardigheidsgevoel dat hij er van overtuigd is dat hij al de pijn van de wereld op zijn schouders moet dragen om het voor iedereen leefbaarder te maken! Oprecht droevig worden als hij naar het nieuws kijkt en met angst in zijn ogen constateren dat de wereld niet goed bezig is. Oprecht gelukkig worden van mooie natuur, vogels die van broodkruimels komen eten, de zon die als een prachtige vuurbal ondergaat, de hemel die mooi roze kleurt... Een dikke knuffel komen geven en zeggen dat alles goed komt, ook dat is Jente.

Toen hij negen was, kende hij een heel moeilijke periode in de klas. Zijn onrechtvaardigheidsgevoel speelde hem meer dan ooit parten. Hij had het heel moeilijk om ruzies in de klas te plaatsen in zijn gedachten. Hij vond ook dat het zijn plicht was om iedereen hierin te helpen en dan vooral de zwakke. Het gevolg was dat hij zo in zijn emotie van hulpvaardigheid op ging dat hij bekeken werd als een 'moelial'... want waar de ruzie voor de anderen stopte, daar was het voor Jente dikwijls nog niet opgelost. Hij wou te verregaand naar vrede blijven zoeken. Het vierde leerjaar was voor hem dan ook emotioneel een heel zwaar jaar. Ik heb eindeloze gesprekken met hem gevoerd. Mijn zoon zat in een negatieve spiraal. Als mama was het mijn taak om hem hieruit te halen.

Op de website van HSP Vlaanderen had ik gelezen over het kinderkamp. Ik had de foto's van het verblijf bekeken en ik merkte vooral de rust op die het verblijf uitstraalde. Er was een zeer intense begeleiding voorzien, kleine groep, voldoende begeleiders... Ik besloot om het aan boord te brengen in één van onze gesprekken. Voorzichtig legde ik hem uit dat er best nog wel plaatsen zijn waar je ook gewoon rust kan vinden en plezier kan maken. Nieuwe contacten leggen, kan een verrijking betekenen en afstand hoeft niet altijd als oneindig te worden bekeken. Ik vertelde hem dat geen enkele plaats op de wereld ver genoeg zou zijn om mij van hem weg te houden! Afstand is iets in ons hoofd, liefde en gedachten aan mekaar zitten in ons hart.

We hebben samen naar de foto's van het verblijf gekeken, nog eens en nog eens...

Later is mijn zoon mij vol moed komen vertellen dat hij het wou proberen, hij ging op KAMP!!!!

Een aantal weken voor het vertrek, kregen we een gestructureerde dagplanning van het kamp in de bus. Wat een verademing was dit voor Jente. Je mocht 's morgens vroeg opstaan, bij het ochtendgloren gaan joggen.. genieten van de natuur. Deze uitgebreide dagplanning gaf hem een bijzonder gerust gevoel. Ik zag bij waar een twinkeling in zijn ogen!

Met een heel klein hartje en een hele stille zoon (die anders honderduit praat), zijn we naar de kampplaats gereden. De ontvangst was super hartelijk. De knutseltafel stond klaar en ze konden onmiddellijk hun gedachten verzetten. Ze hoefden nog niet direct kennis te maken, als ze daar niet klaar voor waren. Ze mochten zich focussen op zichzelf, hun eigen wereld en wat zij leuk vonden. De omgeving was prachtig en straalde enorme rust uit. Mijn eigen tranen prikten harder achter mijn ogen dan die bij mijn zoon... Ik duimde op een goede afloop en een prachtige eerste kampervaring!

Met enige blijdschap kan ik nu vertellen dat het fantastisch was! Jente was anders... een waterval van woorden in de auto huiswaarts. Ik had weer een gelukkig kind, energiek, blij en hij leek mij vooral verlost van een grote last op zijn schouders! Om het in zijn woorden te zeggen: "Ik heb daar geleerd om rustiger te worden, om dingen een plaatsje te geven. Ik kan nu rust vinden in mezelf en weet dat ik niet alle dingen die fout gaan zal kunnen oplossen."

Wat een wijsheid op één week tijd. Hier word je als moeder stil van.

De activiteiten waren leuk, de begeleiders waren top!! Typisch was wel weer dat Jente zich aan één begeleidster heel sterk had vastgeklampt. Toch was hij weer op zoek gegaan naar iemand die voor hem als vertrouwensbaken moest fungeren. Iemand die hem het gevoel van het veilige 'thuis' kon geven. Gelukkig kan dit ook op HSP kamp. Dat maakt het net zo uniek en zo fantastisch voor onze hoogsensatieve kinderen. De structuur, vriendelijkheid en aandacht die ze daar ervaren, maakt dat het woord 'kamp' niet meer als een boemerang in hun gezicht komt. Wanneer ik hem nu vraag, waarom hij het opeens aandurfde om op kamp te gaan, zegt hij me dat hij voelde dat hij moest gaan om dat hij verandering wou... Hij wou een positieve wending geven aan zijn situatie, aan zijn voelen dat té intens was. De zoektocht naar rust in zijn hoofd en rust in zijn voelen, heeft hem de stap doen zetten. Ik als mama moest vooral onthouden dat hij zijn thuishaven enorm gemist had, dat hij heel veel in zijn hart aan ons gedacht had maar dat hij voelde dat het kamp een juiste beslissing was!

De maanden nadien ervaar ik nog steeds de positieve wending die het kamp teweeg heeft gebracht. Jente zit nu in het vijfde leerjaar en is veel gelukkiger dan vorig schooljaar. Hij beseft dat hij niet meer elke ruzie hoeft op te lossen en dat hij soms dingen moet loslaten! Als ik zelf een stressmoment ervaar, leert hij mij hoe hier mee om te gaan... Mindfulness, mij bijgebracht door mijn eigen kind....

Volgende mooie woorden heeft hij mij geleerd, meegebracht van het kamp:

" Wees een boom en voel hoe je wortels in de grond groeien, voel hoe je stevig staat in wie je bent en waar je voor staat! Geloof dan in jezelf en beseft dat het allemaal goed komt."

Ik denk dat er geen mooiere zin is die omschrijft wat het HSP kamp is en wat het voor onze kinderen kan doen!

Dank nog eens aan alle begeleiders van het HSP kamp! Jullie zijn top!

Inge Van Loy.