

Sissy Wulms:

“Jarenlang lag de focus op **symptoombestrijding** en niet op de oorzaak”

Sissy Wulms (48) worstelde jarenlang met vage klachten. Pas toen ze haar emoties ging onderzoeken, ontdekte ze dat seksueel misbruik de oorzaak was.

Tekst: Caroline van der Kooij | Fotografie: Hester Doove

“Als elfjarig meisje kreeg ik last van ernstige acne. Ik zat wekelijks bij de huidtherapeut en maandelijks bij de dermatoloog. Volgens deskundigen waren mijn hormonen de oorzaak. Wat volgde was de ene na de andere antibioticakuur, de pil, zelfs het paardenmiddel Roaccutane. Er werd ingezet op symptoombestrijding, naar een mogelijke andere oorzaak werd niet gezocht. Pas later ontdekte ik wat voor effect voeding op je lichaam heeft. Helaas hielp ook dat maar gedeeltelijk. Toen ik ouder werd, kreeg ik ook last van eczeem, benauwdheid en oogontstekingen. Ik ben zelfs geopereerd omdat een ontstoken talgkliertje niet vanzelf wegging. Hoewel ik fantastische artsen heb bezocht, kreeg ik steeds hetzelfde te horen. Een chronische ontsteking, een allergische reactie, een bacterie, virus of stress... De oorzaak leek altijd van buitenaf te komen. Rond mijn veertigste besepte ik dat onderdrukte emoties altijd een weg naar buiten zoeken. In mijn geval via mijn huid. Toen begon de zoektocht pas echt. Ik heb van alles ondernomen: psychologen, familieopstellingen, acupunctuur, persoonlijke coaching, mindfulness, hypnosessies, dagelijks affirmaties opzeggen. Hoewel het mij verder hielp, werd de oorzaak van mijn problemen niet aangepakt of opgelost. In het voorjaar van 2019 kwam de omslag toen ik een webinar volgde over de Progressive Mental Alignment

methode (PMA). Deze coachtechniek wordt onder meer gebruikt bij psychosomatische aandoeningen. Gezondheidsklachten kunnen ontstaan door onverwerkte emoties die in onze hersenen verborgen liggen. Door te graven in mijn verleden, bleek dat mijn klachten waren ontstaan door een traumatische ervaring. Ik heb in mijn jonge jaren langdurig te maken gehad met seksueel grensoverschrijdend gedrag, maar had hier geen actieve herinnering aan. Wanneer je zoiets pijnlijks meemaakt dat je mentaal niet aankunt, kan dit verkeerd worden opgeslagen in je brein waardoor je er niet meer bij kunt. Althans, niet bewust. Onbewust reageert je lichaam wel, met alle gevolgen van dien. Door PMA-sessies kon ik hieraan werken. Dat heeft voor een blijvende verandering gezorgd. Ik ben ondanks alles dankbaar voor wat ik heb meegemaakt. Het heeft er onder meer voor gezorgd dat ik nu doe waar ik blij van word: als PMA-coach andere vrouwen helpen zodat ze niet zo'n lange zoektocht hoeven te hebben als ik. Steeds meer medici, coaches en wetenschappers komen erachter dat emoties een rol kunnen spelen bij klachten en verdiepen zich in dat stuk. In mijn ogen is dat een mooie ontwikkeling. Onderdrukte emoties naar boven brengen kan veel pijn doen, maar later zal het je bevrijden. Mijn eczeem en oogklachten zijn verleden tijd, en de huid van mijn gezicht is sinds mijn elfde niet zo rustig geweest als nu.”



**“Onderdrukte
emoties zoeken
altijd een weg
naar buiten”**