



JONGE LITTEKENS

Kind, trauma en veerkracht

ZONDER OUDERS OP DE VLUCHT

Onderzoek naar de ervaringen van jonge
alleenstaande vluchtelingen

‘WAT HEEFT DIT KIND MEEGEMAAKT?’

Trauma en veerkracht bij kinderen

GELOVEN IN VREDE EN SAMENWERKING

Vredesonderwijs op de Westelijke Jordaanoever

Inhoud



4 Leony Coppens: bijdragen aan de veerkracht van getraumatiseerde kinderen



8 ChildMove onderzoekt ervaringen en welzijn van jonge vluchtelingen



14 Interview met Ibrahim Issa over kinderen op de Westelijke Jordaanoever



20 Vier personen over het open oorlogsarchief



25 Mario Braakman behandelt kindsoldaten



39 Kanttekeningen bij de rouwrevolutie



46 Anton Hafkenscheid over de naoorlogse generatie



Redactioneel

Als ik aan mensen vertel dat ik in een kliniek voor getraumatiseerde vluchtelingengezinnen werk, krijg ik vaak de vraag of dat niet heel zwaar is. De impact van oorlog, vervolging en geweld op kinderen enerzijds en de gevolgen van ernstige traumaklachten van ouders op hun kroost anderzijds zijn confronterend om te zien. Kinderen zien wij het liefst als onbevangen en vrij van ellende. Maar in oorlogssituaties zijn juist zij het die de hoogste prijs betalen.

Het is aan ons, volwassenen, om kinderen zo veel mogelijk te beschermen. Kinderen, zoals die in de gezinskliniek, maar ook kind-soldaten, alleenstaande minderjarige vluchtelingen en kinderen die slachtoffer zijn van huiselijk geweld of seksueel misbruik confronteren ons met het feit dat het ons niet altijd lukt kinderen voldoende te beschermen voor ellende. Het is onverteerbaar dat de effecten van die gebeurtenissen op hen vervolgens een leven lang kunnen doorwerken.

Deze editie van Impact Magazine is gewijd aan de ervaringen en de gevolgen van traumatiserende gebeurtenissen op kinderen. Verschillende deskundigen komen in mooie en ontroerende artikelen, interviews en columns aan het woord over de hierboven beschreven groepen. In de meeste stukken klinkt, naast de zwaarte en de zorgen, ook een boodschap van hoop door. Hoop die ook in de gezinskliniek voelbaar is en wat maakt dat het werk lang niet alleen maar zwaar is. Want kinderen zijn naast kwetsbaar, gelukkig ook heel veerkrachtig. En, zoals Ibrahim Issa zo mooi verwoordt in het interview over het vredesonderwijs dat hij biedt op de Westelijke Jordaanoever, zijn het juist de kinderen die een nieuwe generatie kunnen gaan vormen, een generatie die gelooft in vrede en samenwerking.

Ik wens u veel leesplezier.

Nienke Smit – Hoofdredacteur Impact Magazine

EN VERDER

- 13 **COLUMN**
Bart Nauta: Stapeling
- 18 **ESSAY**
Jackie June ter Heide: De vlieg, de spin en het universum (3)
- 24 **COLUMN**
Karlijn Eindhoven: Verjaardag
- 29 **ONDERZOEK**
De invloed van verzetsdeelname op het gezinsleven in WO2
- 32 **INTERVIEW**
Veteraan over zijn behandeling met MDMA-ondersteunde psychotherapie
- 35 **INTERVIEW**
Melina Kappeyne van de Coppello-Rakic voorzitter van de Raad van Bestuur van ARQ Nationaal Psychotrauma Centrum
- 38 **COLUMN**
Marloes de Kok: Intergenerationele dapperheid
- 43 **COLUMN**
Richard Hoving: Kinderen van een verzetsheld
- 44 **5 VRAGEN AAN**
Mathilde Overbeek over ouder-kindrelatie
- 50 **UITGELICHT**
- 54 **NtVP**

impact over de psychosociale gevolgen van ingrijpende gebeurtenissen

Impact informeert, agendeert en discussieert over de psychosociale gevolgen van ingrijpende gebeurtenissen op zowel mensen, organisaties als samenleving. Het magazine is gericht op mensen die zich beroepsmatig bezighouden met de psychosociale gevolgen van rampen, crisis, oorlog en geweld, zoals hulpverleners, onderzoekers en beleidsmakers. Daarnaast focust Impact zich op een brede groep professionals en anderen met interesse in terugkerende actuele thema's als psychotrauma, psychosociale hulp na rampen en crisis als ook oorlog, vervolging en geweld.

Impact is een uitgave van ARQ Kenniscentrum Oorlog, Vervolging en Geweld en wordt mede mogelijk gemaakt door het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) en de Nederlandstalige Vereniging voor Psychotrauma (NtVP).

Abonnement Impact komt vier keer per jaar uit, een jaarabonnement kost € 27,50. Abonneren kan door een mail te sturen naar impactredactie@arq.org

Redactie Nienke Smit (hoofdredacteur), Lucia Hoenselaars (adjunct-hoofdredacteur), Bart Nauta, Arjen van Lil en Richard Hoving

Redactie coördinatie Marleen van de Ven

Redactieadres Nienoord 5, 1112 XE Diemen

Contact Tel. 088-3305190, e-mail: impactredactie@arq.org

Uitgave 8^{de} jaargang, 2024 - nr. 3

Oplage 1.050 exemplaren

Vorm en productie Bruksvoort Design

ISSN 2543-2591

‘Iedereen kan iets betekenen voor een kind’

Misbruik, verwaarlozing, armoede en geweld hebben onmiskenbare en beschadigende effecten op kinderen. Door veerkracht, die ontstaat door het inzetten van persoonlijke en externe hulpbronnen, kunnen zij zich niettemin tot gezonde volwassenen ontwikkelen. ‘Veerkracht is dynamisch: het kan toenemen en afnemen. Aan de groei ervan kan iedereen bijdragen,’ zegt klinisch psycholoog en auteur Leony Coppens.

Door Else de Jonge

Als een kind zich geregeld onhebbelijk gedraagt, is de eerste vraag die vaak gesteld wordt: wat is er met dit kind aan de hand? Leony Coppens vindt dat we beter de vraag kunnen stellen: wat heeft dit kind meegemaakt? 'Als je vraagt wat er met een kind aan de hand is, implicer je eigenlijk dat het kind eigenschappen heeft die het beter niet zou kunnen hebben. En daar corrigeer je het vervolgens op. Maar onaangepast gedrag is negen van de tien keer veel beter te begrijpen als je naar de context kijkt waarin een kind dat gedrag ontwikkeld heeft. Het zou raar zijn als een kind dat thuis geweld meemaakt of misbruikt wordt, zich onberispelijk zou gedragen.'

Symptoombestrijding

Kinderen die Coppens ziet in haar praktijk, krijgen nog vaak diagnoses als 'ASS', 'ADHD' of 'gedragstoornis'. Met zo'n label doe je een kind tekort, vindt Coppens. 'Het nodigt uit tot louter symptoombestrijding.' Ze herinnert zich een adolescente jongen uit haar praktijk die naar een agressie-managementtraining had gemoeten, en zichzelf 'een hopeloos geval' noemde, omdat hij ook daar zijn agressie niet onder controle kreeg. 'Nogal wiedes, dacht ik toen, als niemand met jou onderzoekt waar de stress die onder die agressie zit vandaan komt. Als een kind gezien wordt in de eigen context en weet dat het begrepen wordt, is het een stuk gemakkelijker om dat met het kind te bespreken en het gedrag te veranderen. Ik zie een lichte verbetering, maar decennialang is de aandacht voor probleemgedrag bij kinderen en jongeren sterk symptoomgericht geweest. En dat is dweilen met de kraan open.'

Alarmbellen

In *Iedereen kan het verschil maken*, haar nieuwste boek, schrijft Coppens over de effecten van traumatische ervaringen op kinderen, over hoe veerkracht maakt dat een kind zich niettemin tot een gezonde volwassene kan ontwikkelen en hoe iedereen kan bijdragen aan die veerkracht bij kinderen. Eén van de effecten van vroeg trauma betreft de ontwikkeling van de hersenen. Wat gaat daarin anders bij een kind dat opgroeit in een onveilige situatie? 'In de eerste jaren van je leven worden er in de hersenen neurologische verbindingen gelegd op grond van ervaringen. Bij een kind dat verwaarloosd wordt of geweld meemaakt zijn dat andere dan bij een kind dat met zorg en aandacht opgroeit. Als mensen op jonge leeftijd veel stress hebben meemaakt, is het hersengebied dat ze nodig hebben om te overleven, vaak overactief, terwijl het deel dat betrokken is bij cognitieve en emotionele functies minder ontwikkeld is.' Dat leidt er onder meer toe dat hun 'alarmbellen'

sneller afgaan, legt Coppens uit. 'Onderzoek laat bijvoorbeeld zien dat kinderen die opgroeien met huiselijk geweld een portret van iemand met een volstrekt neutrale gezichtsuitdrukking relatief vaak als vijandig beoordelen. Ze zijn, ook als dat objectief gezien niet nodig is, steeds alert op mogelijk gevaar.'

Toxisch

Kinderen en jongeren kunnen, schrijft Coppens, door op te groeien in onveilige omstandigheden 'toxische stress' ontwikkelen. Hoe onderscheidt die zich van 'gezonde' stress? 'Stress die spanning geeft waardoor je net wat beter gaat presteren is gezond. Er is ook zo iets als verdraagbare stress. Als een gezin uit een oorlogsgebied vlucht en ouders slagen erin hun kind te beschermen en troosten, dan is de stress die daar zonder twijfel bij komt kijken behapbaar. Bij iemand die al jong blootstaat aan veel stress en daarin geen steun krijgt, kan toxische stress ontstaan. Het stresssysteem is dan ontwricht

Toxische schaamte is existentieel: je schaamt je om wie je bent

geraakt waardoor het lichaam constant in een hoge staat van alertheid verkeert, ook als er geen gevaar is.' In haar praktijk ziet Coppens naast toxische stress ook 'toxische schaamte'. 'Je kunt je schamen omdat je iets onhandigs doet, languit vallen voor een vol terras, een vertrouwelijke mail naar de verkeerde persoon sturen. Maar toxische schaamte is existentieel: je schaamt je om wie je bent. Mensen die eronder gebukt gaan, hebben gedachten als: ik kan niks, ik ben niks, ik ben weerzinwekkend.' Walging over zichzelf ziet ze veel bij jongeren die ervaring hebben met seksueel misbruik. 'Zij voelen zich vaak vies en denken dat anderen dus ook zo naar hen kijken.'

Onzichtbare koffer

Mensen, zegt Coppens, hebben allemaal een onzichtbare koffer bij zich: een reeks op ervaring gebaseerde overtuigingen over zichzelf en anderen. 'Bij een kind dat onveilig opgroeit, zijn dat bijvoorbeeld overtuigingen als: als ik gevoelens toon, roep ik minachting op, mensen zijn niet te vertrouwen, of: ik ben niet de moeite waard'. Ze benadrukt dat het daarbij niet om expliciete boodschappen hoeft te gaan die een kind van ouders of verzorgers krijgt. 'Maar als een ouder je altijd uitlacht als je pijn en verdriet hebt, kan dat leiden tot de overtuiging: mijn gevoelens zijn bespottelijk.'

Gehechtheid

Ook de mogelijkheid zich veilig te hechten staat onder druk bij kinderen die onveilig opgroeien. 'Gehechtheid gaat over de band tussen kind en verzorger en het is er per definitie: een kind kan zich niet niet hechten,' zegt Coppens. 'Gehechtheid ontwikkelt zich doordat een kind steun en bescherming zoekt bij een volwassene. Als ouders gevoelig zijn voor de signalen van een kind en daar met zorg en voorspelbaar op reageren, dan ontstaat er veilige gehechtheid. Het kind weet dan: ik kan de ander vertrouwen. Het raakt niet meteen in paniek

Bij kinderen die niet veilig opgroeien, kan zich een onveilige gehechtheid ontwikkelen

als de ander even buiten beeld is. Bij kinderen die niet veilig opgroeien, kan zich een onveilige gehechtheid ontwikkelen. De persoon die jou zou moeten geruststellen of beschermen doet dat niet, of doet dat soms wel, maar wijst je een volgende keer af of reageert zelfs met geweld. Het kind leert: als ik hulp of troost nodig heb, kan ik niet vertrouwen op de ander. Dat kan zich later manifesteren in bijvoorbeeld een onvermogen intieme vriendschappen of liefdesrelaties aan te gaan.'

Ontschuldigd worden

Dat mensen zich ondanks een onveilige kindertijd toch tot gezonde, positieve volwassenen kunnen ontwikkelen, heeft te maken met veerkracht, stelt Coppens. 'Wetenschappelijke literatuur is niet eenduidig over wat dat is. Maar door de bank genomen en afgaand op mijn eigen en andermans ervaringen gaat het om het

'ACHTERAF BESCHOUW IK ZIJN GEBAAAR ALS EEN KANTELPUNT'

HET ERVARINGSVERHAAL VAN DAVID

'Het was voor mij heel belangrijk om te beseffen dat het niet normaal is wat ik heb meegemaakt. Ik heb mezelf nooit verweten dat ik seksueel misbruikt ben, maar het heeft best lang geduurd voor ik me realiseerde dat er gewoon niet goed voor mij gezorgd is. Dat gebeurde op de dag dat ik naar *Good Will Hunting* keek, een film over een wiskundig genie die ontspoord is en een zootje van zijn leven maakt en die, zo wordt later in de film duidelijk, een jeugd vol geweld gehad heeft. Op een bepaald moment zegt zijn psycholoog tegen hem: "Het is niet jouw schuld." En dat raakte mij heel erg.

Ik heb aan den lijve ondervonden hoe belangrijk het is dat volwassen mensen naar je omkijken als je als kind in moeilijke omstandigheden zit. Als klein jongetje bracht ik af en toe een middag door bij een buurman die aan modelbouw deed. Ik zat uren bij hem aan de tafel te knutselen. We praatten niet veel, maar het was gezellig en ik voelde me veilig en welkom. Dat is belangrijk voor me geweest.

Toen ik negentien was en op een bloemenveiling werkte kwam mijn chef op een dag naar me toe en zei: "Bij mij in het dorp komt een kamer vrij. Je kunt kiezen: hier blijven en naar de kloten gaan of daar gaan wonen en er wat van maken." Het ging toen inderdaad niet erg goed met me, ik was eenzaam, verafschuwde mezelf en gebruikte drugs. Maar ik ben verhuisd en vanaf toen is het geleidelijk beter met me gegaan. Ik kreeg vrienden

in dat dorp, stabiele mensen die een normale jeugd gehad hadden. Ik vond het fijn om bij hen te horen. Toen ik ook nog een kantoorbaan kreeg, had ik voor het eerst in mijn leven het gevoel dat ik meetelde. Mijn chef had iets relatief kleins voor me gedaan, maar terugkijkend zie ik hoe groot de positieve impact van zijn gebaar geweest is. Achteraf beschouw ik het als een kantelpunt in mijn leven.

Diezelfde chef heeft me ook aangemoedigd het contact met mijn moeder te herstellen. Ik heb eerst haar toenmalige vriend en toen haar verteld dat de jongen die altijd op mij paste vroeger, mij seksueel misbruikt heeft. Kort nadien heeft zij kanker gekregen en na een lang ziekbed is ze overleden. Maar wij hebben in deze periode nog een heel goede band met elkaar gekregen. Als je kind bent, dan is je moeder een godin voor je, maar als volwassen man zag ik dat mijn moeder een naïeve vrouw was. Ik ging inzien dat zij ook beschadigd was door haar jeugd. Het besef dat mijn verhaal onderdeel is van een groter verhaal was ook helend voor mij.

Mijn ervaringen als jong kind met seksueel misbruik en mishandeling hebben nog steeds wel effect op mijn leven. Er zijn bijvoorbeeld plekken die ik liever mijd, omdat ze veel spanning bij me oproepen. En als ik een man zie met een jong kind, denk ik: het zal toch niet... Maar bovenal heb ik nu een leven waar ik heel blij mee ben: met een lieve vriendin, een huis, een baan en aardige vrienden.'

vermogen terug te veren en je op een positieve manier te hernemen, ondanks wat je overkomt of is overkomen. Iemand die veerkrachtig is, kan persoonlijke hulpbronnen en hulpbronnen uit de omgeving effectief aanboren.' Volgens Coppens is veerkracht geen statisch, maar een dynamisch gegeven: het kan afnemen door negatieve en groeien door herstellende - positieve, nieuwe - ervaringen. 'Als je door onveilig te zijn opgegroeid weinig vertrouwen in anderen hebt, kan een ervaring met iemand die betrouwbaar en oprecht in je geïnteresseerd is, eraan bijdragen dat negatieve overtuigingen die je hebt over jezelf en anderen plaatsmaken voor meer positieve en je vertrouwen weer toeneemt. Dat maakt hulpbronnen inzetten ook weer gemakkelijker.' Een herstellende ervaring die voor getraumatiseerde kinderen heel belangrijk is, is 'ont-schuldigd worden'. 'Kinderen denken vaak: het ligt aan mij dat papa en mama met elkaar vechten en dat ik slaag krijg, het is mijn eigen schuld dat ik seksueel misbruikt wordt. Ze ont-schuldigen is: hen duidelijk maken dat het niet hun schuld of verantwoordelijkheid is, en wel zo dat ze het niet alleen rationeel begrijpen, maar ook echt voelen.'

Kinderen denken vaak: het ligt aan mij dat papa en mama met elkaar vechten

Emmer verf

Coppens pleit voor een 'traumasensitieve' en 'veerkrachtversterkende' benadering van gedragsproblemen, in de zorg, op school en in de samenleving. 'Ik bedoel daarmee dat je een kind ziet in de context van wat het heeft meegemaakt en reageert vanuit begrip. Wat overigens niet betekent dat je een kind dat zich misdraagt niet zou mogen corrigeren of begrenzen. Maar dat mag nooit het enige zijn. Leg je focus niet bij het gedrag, maar richt je op de gevoelens en gedachten eronder. Als jou als kind door je ouders alleen maar verteld wordt dat je niks voorstelt, maar er is ook iemand die je wel ziet staan en oprechte belangstelling voor je heeft, dan maakt dat verschil.' En je hoeft, zo benadrukt Coppens, geen professioneel hulpverlener te zijn om die betekenis te hebben. Dat iedereen – en dan ook echt iedereen – positieve impact kan hebben in het leven van een kind of een jongere, is een belangrijke boodschap van haar boek. 'Als omstander hoef je de problemen van een kind niet op te lossen, je hoeft ze niet eens in detail te kennen. Maar laat een kind voelen dat je er bent, het serieus neemt.' Ze gebruikt hier graag de metafoer van een emmer

witte verf waar je een druppel rode verf in laat vallen. 'Dan is de verf nog niet roze. Maar bij een heleboel druppels verandert de kleur wel. Als we ons allemaal een beetje meer zouden bekommeren om de kinderen die we tegenkomen, eens een praatje met ze maken, ze laten voelen dat we ze zien, kan dat levensreddend zijn.'

Else de Jonge – Tekstschrijver en journalist.

LEONY COPPENS



Leony Coppens is orthopedagoog, klinisch psycholoog en schrijver. Ze is gespecialiseerd in traumabehandeling bij kinderen en gezinnen. Met haar therapeutische werk en haar boeken heeft ze sterk bijgedragen aan het bevorderen van traumasensitieve benaderingen in zowel zorg als onderwijs. In het recent verschenen *Iedereen kan het verschil maken* (Ten Have, 2024) deelt Coppens inzichten over trauma en veerkracht bij kinderen. Theoretische uitleg wisselt ze af met voorbeelden uit haar eigen praktijk als traumabehandelaar en met interviews met ervaringsdeskundigen: mensen die zijn opgegroeid met onveiligheid, mishandeling en/of misbruik, en die vertellen welke invloed dit nu nog heeft op hun leven en met welke hulpbronnen zij zich staande wisten te houden. David [zie kader] is één van de twaalf geïnterviewden. Hij was als kind slachtoffer van fysieke mishandeling en seksueel misbruik.



ChildMove onderzoekt ervaringen en welzijn van jonge vluchtelingen

Alleen op de vlucht



Syrische vluchtelingen bij de grens tussen Servië en Kroatië, november 2015.

Jonge vluchtelingen en nieuwkomers bouwen in een nieuw land aan een nieuw thuis. Ze dragen echter vaak een rugzak mee vol met moeilijke ervaringen en gemis, maar ook met hoop, dromen en verwachtingen. Een longitudinaal onderzoek geeft inzicht in het welzijn van jonge, alleenstaande vluchtelingen en hoe de samenleving ze een warm welkom kan bieden.

Door Ilse Derluyn



Foto Shutterstock

'Het duurde 16 maanden om België te bereiken. Toen ik in Brussel aankwam, wist ik niet waar ik heen moest. Ik wist van niets. Ik was angstig. Ik vroeg het aan een soldaat in het treinstation. Die zei: "We weten niet waar je heen kan." Toen vroeg ik het aan een politieagent. Die zei: "Je moet naar het noordstation". En toen ik daar aankwam, waren er veel mensen, Afrikanen. Ik probeerde Afghanen te vinden om met hen te praten. Uiteindelijk vond ik een Afghaan die Dari sprak. Hij zei dat ik naar de plek moest gaan waar je asiel kunt aanvragen. En toen ik eindelijk dat bureau had gevonden, zeiden ze dat ik morgen terug moest komen: "Het is te laat voor vandaag". Dus ik ging slapen in het

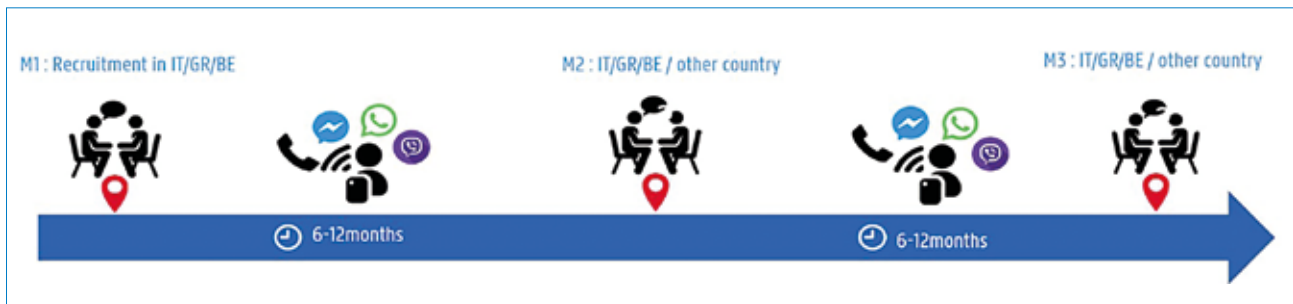
park. Er waren veel Belgen. En met twee andere jongens uit Afghanistan gingen we mee met een oude Belgische vrouw en brachten we een nacht door bij haar familie. 's Morgens nam ze ons mee naar het Commissariaat. Het was moeilijk en na deze problemen was ik blij dat iemand ons hielp. Toen ik asiel aanvraagde, stuurden ze me naar een opvangcentrum in Brussel en toen ik daar aankwam, gaven ze me een plek om te slapen en te ontspannen, dus ik bleef.

De reis was moeilijk, heel moeilijk geweest. Dus toen ik aankwam, voelde ik me opgelucht. Ik voelde troost en vrede. Ik probeerde de slechte herinneringen te vergeten en zei: "Oké, mijn droom is eindelijk uitgekomen!" Ik was op mijn bestemming aangekomen en ik was blij dat mijn leven vanaf nu rustiger en meer stabiel zou zijn. Toch sliep ik bijna niet. Ik vroeg om een slaappil. Ze gaven me er een, maar het werkte niet. Toen ik nog thuis was, voelde ik me niet eenzaam. Maar er was geen vrede. Dus ik had daar stress omdat er geen vrede was, maar ik was niet zo eenzaam. Ik herinnerde me hoe gezellig het was met mijn familie, met mijn mama. Maar hier is het erg moeilijk om weg te zijn van je moeder. Soms droom ik van haar. In ons land, vooral waar ik vandaan kom, is er geen internet, dus ik kon niet met hen communiceren. Dus toen ik me eenzaam voelde, ging ik naar mijn vrienden om dingen te bespreken. Dat heeft een beetje geholpen. Daarom wou ik niet alleen blijven, want dan begon ik na te denken over alles wat gebeurd is. Ik kan dat niet vergeten. Ik probeerde te bidden. En soms rookte ik. Ik vond het ook leuk om naar muziek te luisteren. Dat kalmeerde me en daarna kon ik weer mezelf zijn.'

Aan het woord is de 17-jarige Ali, één van de bijna driehonderd niet-begeleide jonge vluchtelingen – dat zijn minderjarigen die zonder hun ouders migreren – die we meerdere malen interviewden in het kader van de ChildMove studie.

Misschien wekt zijn verhaal gevoelens van vervreemding op of ervaar je onbegrip; hoe komt het dat zo'n kind van 17 jaar alleen op de vlucht is? Waarom sturen ouders hun kind op zo'n gevaarlijk traject? En toch zijn dit 'gewone' kinderen en jongeren uit 'gewone' gezinnen. Gewoon in de eigen context van Afghanistan, Syrië, Eritrea of Venezuela. Gewoon omdat ze ook verlangen, dromen, hopen, missen, piekeren, verliefd worden en bang zijn. Gewoon en tegelijk ook met een rugzak vol ervaringen die anders is dan bij een kind dat opgroeit in één en hetzelfde land. Of anders dan bij een kind dat samen met zijn ouders verhuist naar Amerika voor het werk van mama.

Voor veel vluchtelingen is migreren erg moeilijk geworden: toenemende grenscontroles en weinig legale



Figuur 1: Het onderzoeksproces van ChildMove.

migratieroutes dwingen hen in erg gevaarlijke omstandigheden te reizen. Hoewel we de beelden van zinkende bootjes op de Middellandse Zee of van Libische detentiecentra waar vluchtelingen worden opgesloten allemaal kennen, is er tot nu weinig onderzoek gedaan naar de ervaringen van alleenstaande jongeren tijdens hun vlucht en hoe deze ervaringen hun emotioneel welzijn op lange termijn beïnvloeden. Het ChildMove onderzoek is op zoek gegaan naar een antwoord op deze vraag.

Ook zij zijn ‘gewone’ kinderen en jongeren uit ‘gewone’ gezinnen

Extra kwetsbaar

Heel wat kinderen en jongeren migreren zonder hun ouders of raken op de vlucht hun familieleden kwijt. Omdat ze nog jong zijn en de bescherming van hun ouders niet hebben, zijn ze extra kwetsbaar voor het meemaken van moeilijke, mogelijk traumatische, ervaringen. Het omgaan met de vele verliezen tijdens het migratieproces, waaronder het verlies van hun familie, en de uitdagingen van het integratieproces in het gastland worden vaak nog complexer wanneer je dit als jonge vluchteling zonder familiaal netwerk moet aangaan.

Met een team van onderzoekers werd een grote groep niet-begeleide jonge vluchtelingen over een periode van twee jaar gevolgd tijdens hun traject door Europa. We vroegen aan jongeren tussen 14 en 18 jaar die recent waren aangekomen in Griekenland, Italië en België of ze wilden deelnemen aan dit longitudinale onderzoek. Dit betekende dat ze met de onderzoeker, al dan niet bijgestaan door een tolk, een interview deden over hun voorbije ervaringen, hun huidige leefsituatie en toekomst en dat ze (vertaalde) vragenlijsten invulden over hun welzijn.

Na één en na twee jaar werden de deelnemers nog eens bevroegd. Gezien de jongeren hun reis intussen vaak hadden voortgezet, gebeurde dit meestal op andere

plaatsen in Europa dan waar het eerste interview plaatsvond. Tussen de interviews door trachtte de onderzoeker contact te houden met de deelnemers via sociale media, email, telefoon of Whatsapp. Naast deze jongeren waarmee het onderzoek werd gestart in Griekenland, Italië en België werd ook een grote groep jonge, alleenstaande vluchtelingen die opgesloten waren in detentiecentra in Libië geïnterviewd. 292 jongeren uit verschillende landen (o.a. Afghanistan, Eritrea, Nigeria, Somalië, Pakistan, Guinée en Soedan) namen deel, het merendeel jongens (83 procent). [zie figuur 1]

Complexe en lange trajecten

Vluchten uit je eigen land en migreren naar een ander land is voor veel mensen, vooral voor vluchtelingen uit het Globale Zuiden, erg complex geworden. Ook voor de jongeren die alleen onderweg zijn, duurt een migratietraject maanden tot jaren. Dat traject verloopt meestal in meerdere etappes, waarbij ze vaak voor langere tijd in een bepaald land blijven, omdat het hen niet lukt om zonder documenten de grens over te steken of omdat ze opnieuw geld moeten verdienen om het volgende deel van hun traject te kunnen betalen aan een smokkelaar.

[zie figuur 2]



Figuur 2: Een beeld van de complexe migratietrajecten van de ChildMove-jongeren.

Soms veranderen de eerder gemaakte plannen onderweg. Zo hadden sommige jongeren het plan opgevat om naar Engeland te trekken, maar beslisten ze kort na aankomst in Italië om daar te blijven. Na enkele maanden in Italië bleek dat er geen hoop was op verblijfsdocumenten, waren de levensomstandigheden in het opvangcentrum te slecht of adviseerde hun familie om bij familieleden in een ander land te gaan wonen. Zo vertelt een jonge vluchteling tijdens een interview in Frankrijk:



Foto Unsplash

'Mijn moeder zei dat ik naar het huis van mijn tante moest gaan. [Daar] behandelden haar kinderen me alsof ik hun werknemer was. Ze doen niets. 's Ochtends, omdat ik niet naar school ga, moet ik het huis schoonmaken. Ik moet het huishouden doen en alles. Toen heb ik mijn moeder gebeld dat ik hier niet kon blijven.'

Velen worden onderweg, soms meerdere keren, teruggestuurd naar een eerder land van verblijf ergens in Europa, wat het traject nog langer, complexer en uitputtender maakt.

Tijdens dergelijke complexe, vaak onderbroken migratietrajecten verblijven deze adolescenten vaak voor korte of langere tijd in een opvang, met zowel positieve als negatieve ervaringen. Deze rugzak van ervaringen kleurt later hoe ze nieuwe contacten aangaan met hulpverleners, voogden of leerkrachten in het land van aankomst.

Moeilijke ervaringen

De ervaringen tijdens dit migratietraject zijn zo goed als altijd bijzonder moeilijk. Alle participanten getuigen over opeenvolgende spiralen van geweld, zowel fysiek, verbaal als seksueel geweld, en dit doorheen hun ganse traject, dus vaak maandenlang. Zo vertelt een 16-jarige jongen in het detentiecentrum in Libië:

'Toen ik aankwam in Libië via de woestijn stalen dieven ons geld. Soms vermoordden ze anderen voor onze ogen. Ik heb het vaak zelf gezien: iemand was aan het praten in de auto, ze schoten hem neer en lieten die achter in de woestijn.'

Die moeilijke ervaringen gaan hand in hand met dagelijkse ontberingen in een overlevingsstrijd op straat of

in zelf gecreëerde kampen ergens onderweg, met weinig tot geen voedsel en geen mogelijkheden om te slapen of wassen.

Van de geïnterviewde jongeren gaf 85 procent aan zelf fysiek geweld te hebben ervaren. 92 procent was getuige van fysiek geweld bij anderen. Bijna dertig procent had ervaringen van seksueel geweld en bijna vier op de vijf jongeren had één of andere vorm van opsluiting meegemaakt.

Dergelijke ervaringen van interpersoonlijk geweld kunnen het opbouwen van nieuwe vertrouwensrelaties bemoeilijken, niet in het minst omdat de plegers vaak vanuit officiële functies optreden. Een meisje uit Eritrea vertelt:

'Wanneer ik de grens probeer over te steken en daarna, als de politie me terug de grens overzet, wil ik alleen zijn. Ik wil dan niet praten omdat ik me te gestresseerd voel. Tot nu toe heb ik vier keer geprobeerd om met de trein de grens over te gaan.'

Stigma en discriminatie

Deze ervaringen van fysiek of seksueel geweld, van 'push-backs' aan de landsgrenzen of opsluiting omdat je geen verblijfsdocumenten hebt, geven veel jonge vluchtelingen het gevoel dat de samenleving hen niet wilt. Dat gevoel van er-niet-bij-horen wordt nog versterkt door de herhaaldelijke confrontatie, gedurende het gehele migratietraject, met directe ervaringen van discriminatie en stigma, op straat, aan grensovergangen, maar ook in opvangstructuren of op school. Zo vertelt een meisje in Italië:

'Italo-mensen [Italianen] discrimineren zwarte mensen. Als je Nigeriaan bent, is het nog erger. Soms, als je in de buurt komt, gedragen ze zich alsof je ze wilt bestellen of ze duwen hun neus dicht alsof je stinkt.'

Gemis en eenzaamheid

Hier alleen zijn, zonder ouders of enig ander familielid, maakt het migratieproces erg uitdagend. Ouders en familie missen is uitermate zwaar. Een jongen in een opvangcentrum in België geeft aan de onderzoeker aan dat hij geen psycholoog nodig heeft. Hij weet dat hij wel kampt met psychische problemen, maar het enige wat hem kan genezen, vertelt hij, is dat zijn familie bij hem is. Of zoals een andere jongen in Griekenland vertelt:

'Ik wou dat mijn moeder hier was, al was het maar voor één dag.'

Die eenzaamheid wordt nog versterkt doordat het opbouwen van een nieuw sociaal netwerk als nieuwkomer in een nieuw land geen sinecure is, door de taalbarrières, maar ook doordat deze jongeren vaak van woonplaats moeten veranderen.

Emotioneel welbevinden

Al deze uitdagingen, de traumatische ervaringen en ervaringen van discriminatie, het gemis en de eenzaamheid, de stressoren in het dagelijkse leven, het piekeren over de toekomst: ze hebben allemaal een grote impact op het psychisch welzijn van deze jongeren, ook op lange termijn. Eén van de geïnterviewde jongeren in Griekenland vertelt dat alle jongens in het opvangcentrum psychische problemen hebben, wat zich toont in zelfverwonding, te veel medicatie nemen en herhaalde suïcidepogingen.

Opvallend daarbij is de grote en groeiende impact van ervaringen van racisme en discriminatie op hun emotioneel welzijn. Hoe langer de jongere in Europa is, hoe groter de impact hiervan, net zoals de impact van andere stressbronnen in hun dagelijkse leven, zoals materiële zorgen, hun beperkte sociale netwerk en de onzekerheid over de toekomst. De wijze waarop we nieuwkomers ontvangen in onze samenleving heeft dus een grote impact op hun welzijn. We kunnen dus op heel positieve wijze dat welzijn bevorderen.

Want wat deze jonge vluchtelingen erg helpt in het omgaan met deze leefcontext is de steun van familie, leeftijdsgenoten en leden van de eigen etnisch-culturele gemeenschappen, alsook de steun van vrijwilligers en professionele hulpverleners. Zo vertelt een jongen in België:

'Ze [de andere jongeren in het centrum] zijn allemaal zoals ik. Wanneer ze alleen zijn, hebben ze dezelfde gedachten. Dus we kennen elkaar en onszelf, daarom hangen we samen rond, zitten we bij elkaar, praten we met elkaar.'

In contact kunnen blijven met de ouders zorgt voor minder psychische problemen – een bevinding die uiteraard invoelbaar is wanneer we aan onszelf of onze kinderen denken in een dergelijke leefsituatie.

We moeten in de ondersteuning van deze jonge mensen dus actief inzetten op het uitbouwen van hun sociale netwerk, zoals bijvoorbeeld contact met een buddy, gastgezin of vrijwilliger, een passende vrije-tijdsclub, zelforganisatie of religieuze gemeenschap, huiswerkbegeleiding of hulp van een therapeute of vaste huisarts. Het uitbouwen van zo'n divers sociaal netwerk heeft een enorme positieve impact, zowel op korte als op lange termijn.

Open en warm welkom

Het vreemde en onherkenbare in de ander kan ons doen terugdenken om in een onvoorwaardelijke ontmoeting te stappen. Deze jongeren tonen hoe belangrijk een open en warm welkom is voor ieder van ons, om een plaats te kunnen vinden in een nieuwe context of een moeilijke levensfase te doorstaan. Ook dit zijn gewone kinderen – in weliswaar ongewone levenssituaties – waarbij we met dialoog en mededogen grenzen kunnen overschrijden en samenleven kunnen realiseren.

Ilse Derluyn - Hoogleraar aan de Vakgroep Sociaal Werk en Sociale Pedagogiek van de Universiteit Gent (België) en directeur van het Centre for the Social Study of Migration and Refugees (CESSMIR).

CHILDMOVE

ChildMove heeft van de Europese Onderzoeksraad (ERC) financiële middelen ontvangen uit hoofde van Horizon 2020, het programma voor onderzoek en innovatie van de Europese Unie.

www.childmove.com

www.refugeeswellschool.com

Derluyn, I. (2023). *Hier & Ginder. Hoe we jonge vluchtelingen kunnen ondersteunen*. Owl Press.





Begin dit jaar was ik samen met mijn collega David in Burundi. Daar gaven we een workshop in academisch schrijven voor Burundese en Congolese onderzoekers, artsen, psychologen en docenten. Zij zijn op hun gebied, als psycholoog of sociotherapeut, of als mensenrechtenverdedigers in het door conflict geteisterde Oost-Congo, de experts binnen hun werkveld, de *professeurs de terrain*. David en ik begeleidden hen in het schrijven van een wetenschappelijk artikel. Dit om hun kennis met de academische wereld te delen, een wereld veelal bewoont door onderzoekers uit de Global-North.

Op de vierde dag vroegen we een tweetal van de deelnemers klassikaal te delen wat ze geschreven hadden. Een Congolese deelnemster stond klaar. Haar artikel zou gaan over de ontoereikendheid van medische zorg voor vrouwen van de Twa-minderheid in Oost-Congo. Ze begon haar stuk bij de bezetting van het land door de Belgische vorst Leopold II, die eind 19e eeuw zijn eigen vrijstaat Congo exploiteerde voor rubber. Door dwangarbeid kwamen miljoenen mensen om het leven.

Stapeling

Vanuit daar somde de deelnemster verder op waarmee Congo te kampen had en heeft. Kolonisatie, de oorlogen vanaf de jaren 90, honderden rebellengroeperingen, het geweld, de verkrachtingen, honger, ziekten, intergenerationeel trauma, miljoenen doden, aanhoudend conflict. De Burundese deelnemer die hierna het woord nam, somde iets soortgelijks op. Burgeroorlog, repressie, intergenerationeel trauma. Andere participanten knikten ernstig.

De deelnemers beseften dat er effecten zijn tussen getraumatiseerde ouder en kind, maar ook dat de kans groot is dat het kind zelf ook door oorlog getroffen zal worden. De traumatisering die plaatsvindt tussen beschadigde ouder op zijn of haar kind was ondergeschikt aan de traumatisering van het aanhoudende conflict, de armoede, de uitzichtloosheid – en de mentale wonden die zij veroorzaken.

Toen ik terugkeerde naar Nederland dienden de meidagen zich alweer aan. Het populaire narratief binnen de Nederlandse herinneringscultuur was weer aanwezig: de Tweede Wereldoorlog speelt generaties door. Nu de eerste generatie wegvalt, wordt hun verhaal doorverteld, in de verhalen van hun kinderen en kleinkinderen. Het intergenerationele trauma dat door de generaties heen sijpelt en in dat narratief benoemd wordt, vormt zo de schakel tussen heden en verleden.

Opgroeien met ouders die door oorlog mentaal waren beschadigd, was voor veel van hun kinderen zwaar. Te kampen met haar oorlogsverleden – met de nachtmerries en de spanningen - kon de eerste generatie niet altijd beschikbaar zijn voor haar kinderen. In sommige families was er sprake van huiselijk geweld. Ook de derde generatie ervaart soms de gevolgen omdat hun ouders, de tweede generatie, van hun eigen ouders, de eerste generatie, niet geleerd hebben om een beschikbare ouder te zijn. De negatieve effecten zijn er, bij sommige families althans, hoewel ik vermoed dat ze na 80 jaar vrede in de minderheid zijn. Gelukkig maar.

In de meidagen dacht ik aan Congo en Burundi, landen waar elke nieuwe generatie potentieel een nieuwe eerste generatie is. Trauma's worden er gestapeld. In de Nederlandse context klinkt het als vloeken in de kerk, maar het kan geen kwaad om van de eigen geschiedenis op te kijken en te beseffen dat op veel plekken in de wereld intergenerationeel trauma 'slechts' een van de vele problemen is.

Bart Nauta – Onderzoeker/beleidsadviseur bij ARQ Kenniscentrum Oorlog, Vervolging en Geweld en eindredacteur van *Impact Magazine*.



Interview met Ibrahim Issa

‘We leren kinderen de ander te zien als mens in plaats van als vijand’

Ibrahim Issa is directeur van de Hope Flowers School op de Westelijke Jordaanoever. De leerlingen krijgen les in ‘vredesonderwijs’: ze leren naar elkaar te luisteren, begrip te hebben voor de ander. Alles om een einde te maken aan het Israëlisch-Palestijnse conflict. Issa houdt hoop, zelfs na 7 oktober: ‘Wat is het alternatief?’

Door Sam de Graaff

‘Hier, kijk, ik laat het je zien.’ Ibrahim Issa staat op en pakt zijn laptop, even is het scherm wazig. Dan wordt het uitzicht vanuit zijn kantoor zichtbaar. Een heuvelachtig landschap in de brandende zon, her en der groen, maar vooral: een geelgrijs gebouw van meerdere verdiepingen. ‘Achtduizend vierkante meter groot’, zegt Issa, niet zonder trots.

Deze school is zijn school, de Hope Flowers School in Bethlehem. Issa is de tweede directeur na zijn vader Hussein Issa, die de Hope Flowers in 1984 heeft opge-

richt. Toen was het nog een kleuterschool genaamd ‘Al Amal’ – Arabisch voor ‘hoop’. Inmiddels komen er ook kinderen tot 14 jaar oud, zo’n 380 per jaar. Inclusief naschoolse activiteiten zijn het er meer dan 500. In de afgelopen decennia zijn duizenden kinderen met de school in aanraking gekomen.

Leerlingen krijgen les in vakken uit het ‘gewone’ curriculum, van geschiedenis tot wiskunde en Engels. Maar wat Hope Flowers echt bijzonder maakt, is het ‘vredesonderwijs’. De naam zegt het wel zo’n beetje: onderwijs



Spelende kinderen bij de door Israël gebouwde muur in Bethlehem.



Ibrahim Issa

gericht op het ontwikkelen van kwaliteiten die vrede op lange termijn dichterbij moeten brengen. Kinderen leren hoe ze zonder geweld problemen oplossen, hoe ze met empathie naar elkaar luisteren, begrip te hebben voor de ander.

Inmiddels heeft de school ook een ontwikkelingscentrum dat zich bezighoudt met projecten in de omgeving. En er wordt gewerkt aan het opzetten van een gezondheidsafdeling met medisch personeel. Meer en meer wordt de school zo een soort regionale hub voor allerlei hulpvragen – ook voor de ouders van leerlingen en voor het personeel van de school, die een veilige plek ook goed kunnen gebruiken.

Een van de belangrijkste onderwerpen waar de Hope Flowers School zich op toelegt, is traumaverwerking. De Hope Flowers School ligt op de Westelijke Jordaanoever, bij vluchtelingenkamp Deheishe, op een steenworp

‘De laatste maanden hebben mensen het soms over dit conflict alsof het begon op 7 oktober’

afstand van de door Israël gebouwde grensmuur. Betonnen afscheidingen, torens en prikkeldraad herinneren dagelijks aan het conflict dat hier al vele decennia speelt. Een conflict dat sinds de aanval van Hamas op 7 oktober en de Israëlische reactie die volgde, zo mogelijk nog allesbepalender is geworden. ‘Er is veel veranderd’, zegt ook Issa. ‘In vrijwel ieder aspect van ons leven.’

Wat merken jullie precies van de oorlog in Gaza?

‘Veel mensen zijn hun inkomen kwijtgeraakt omdat ze in Israël werkten, de grenzen zijn dicht. Armoede neemt toe, en daarmee geweld en haat. Projecten die wij in het veld deden, kunnen niet doorgaan vanwege de veiligheid. We hebben ook een groep van 76 kinderen

uit Gaza opgevangen. Die zijn zwaar getraumatiseerd. Kinderen betalen de hoogste prijs, altijd.'

En voor u, hoe is uw werk veranderd?

'Ik kan geen plannen maken, reizen is bijna onmogelijk. Het kan zijn dat een gebied opeens wordt afgesloten, dan zit je vast. Dat risico kan ik niet nemen: ik ben nodig bij mijn gezin, bij de school. Dus zit ik vooral binnen, achter m'n bureau.'

'Voor mijn werk moet ik bovendien veel naar het buitenland om financiering te regelen en contacten op te doen. We zijn afhankelijk van een aantal kleinere sponsors, onder meer uit Nederland, de Verenigde Staten en het Verenigd Koninkrijk. Dit jaar was ik nog bij ARQ. Ik vloog via Jordanië naar Amsterdam. Het duurde zo'n beetje langer om van Bethlehem naar Ramallah te komen, 20 kilometer verderop, dan te vliegen naar Nederland.'

'Ik merk ook dat de gevoelsafstand tussen mensen groeit. Mijn Israëlische vrienden zag ik wekelijks. Ik werkte met ze samen. Soms gingen we ergens wat drinken. Koffie, een biertje. Iedere week sprak ik ze wel. Dat kan allemaal niet meer, terwijl dat juist zo belangrijk is: dat mensen in gesprek blijven. Zo kweek je wederzijds begrip.'

Op dit moment zijn de partijen allesbehalve in gesprek. Zinkt de moed u niet in de schoenen?

'Weet je, Sam, de laatste maanden hebben mensen het soms over dit conflict alsof het begon op 7 oktober. Dat is niet zo. De afgelopen twee jaar heb ik al gewaar-schuld voor een nieuwe golf van geweld – al wist ik natuurlijk niet hoe die eruit zou zien, totaal niet, deze aanval was ook voor mij een totale verrassing. Maar met het vastlopen van het vredesproces is het extremisme gegroeid, aan beide kanten. Dat was al jaren duidelijk.'

'Maar goed, je vraag ging over hoop. Welk alternatief hebben we? Dat is nog steeds wat ik denk, ook na 7 oktober. Hoop houden is het enige wat we kunnen doen. In zekere zin denk ik: hoe slechter het gaat, hoe dichter bij een oplossing we zijn, cynisch genoeg. Het is in Europa ook gelukt, na de Tweede Wereldoorlog. Wie had toen kunnen denken dat Fransen en Duitsers ooit weer goed met elkaar zouden omgaan? Dat zij, ooit vijanden, nu partners zijn en goed samenwerken.'



Kinderen krijgen les op de Hope Flowers School

In de lesmethoden van Hope Flowers gaat ook veel aandacht uit naar samenwerken, naar empathie en onderling begrip. Waarom is juist dat zo belangrijk?

'Het gaat erom dat je actief naar elkaar luistert, met empathie. Dat proberen we de kinderen mee te geven, we zien het als een life skill, een methode die ze ook later in hun leven kunnen gebruiken. Als ik werk met een gemengde Israëlische en Palestijnse groep, merk ik hoeveel begrip ontstaat door naar elkaar te luisteren. Een Israëlische ouder die vertelt hoe het is om een kind te verliezen, of een Palestijnse ouder. Zo leren we elkaar te zien als mens in plaats van als vijand.'

Voor Issa was het nooit een gegeven dat hij ooit op een school zou werken. Hij is geen docent of onderwijskundige. Inhoudelijk is hij geen specialist – 'dat laat ik graag aan onze professionals over' – maar ook een functie in het bestuur was geen een-tweetje, al was hij dus de zoon van de oprichter. Issa wilde eigenlijk ingenieur worden. Hij ging studeren aan de Technische Universiteit Delft. In Nederland dus.

Het verklaart mede zijn bijzondere band met Nederland. Hij is hier regelmatig en hoopt nog een conferentie te organiseren met Nederlandse experts. 'Toch herinner ik me dat Nederlanders ook in 1993 al bij de school waren, dus nog voor ik in Delft studeerde. Maar de persoonlijke band helpt zeker. Ik heb veel Nederlandse vrienden. Ik vind het warme mensen – hoewel je soms wel eerst vertrouwen moet winnen en een band moet opbouwen.' Hij lacht. 'Als je dat is gelukt, ontdek je veel schoonheid in de Nederlandse cultuur.'



Hussein Issa, de oprichter van Hope Flowers

Als student zag Issa geen baan bij Hope Flowers voor zich. Dat veranderde toen zijn vader overleed, in 2000. Issa keerde terug om de school te helpen. Eerst voor zes maanden, in de hoop erna zijn studie af te maken en een promotietraject te volgen.

Maar 2000 was ook het jaar dat de Tweede intifada begon, een periode van Palestijns verzet tegen de Israëlische bezetting. In november van dat jaar werd het schoolgebouw geraakt door een Israëlische tank, vertelt Issa. Wat een veilige omgeving had moeten zijn, werd oorlogsgebied. Leerlingen bleven weg. Israëliërs konden niet meer op de school werken. Te gevaarlijk.

Issa besloot langer te blijven. Een half jaar werd een jaar. Twee jaar. Drie. Alles om Hope Flowers, het levenswerk van zijn vader, te redden. De rest van het verhaal is bekend: Issa is nog steeds directeur.

Uw vader was activist. Waarom koos hij er in 1984 voor om een kleuterschool op te richten en niet, ik noem maar wat, betogingen te organiseren?

‘Hussein protesteerde op geweldloze wijze tegen de Israëlische bezetting. Hij geloofde in bruggen bouwen tussen Palestijnen en Israëliërs, als mensen onderling. Maar hij keek ook naar het bredere plaatje. Waar willen we heen? Hoe brengen we verandering in deze regio?’

Wat was zijn antwoord?

‘Door mensen te veranderen. En hoe doe je dat? Via onderwijs. We moeten een nieuwe generatie Palestijnen en Israëliërs creëren, eentje die gelooft in vrede en samenwerking. Makkelijk was het niet. Weet je Sam, er is zoiets als de nul-wet in het oplossen van conflicten: geen conflict wordt opgelost zonder conflict.’

Met wat voor conflicten kreeg je vader te maken?

‘In die tijd, begin jaren tachtig, vonden veel Palestijnen geweldloos verzet, waarbij werd samengewerkt met Israëliërs, maar niks. Laat staan het idee van vrede sluiten. Ze vonden het niet patriottisch genoeg, naïef zelfs. Mijn vader en zijn groep werden soms collaborateurs genoemd. Tegelijkertijd was Israël er ook niet blij mee. Voor Israël was het een stuk makkelijker om het bezetten van Palestijnse grond te legitimeren tegen de achtergrond van de militaire strijd van de PLO (Palestijnse Bevrijdingsorganisatie, waar Yasser Arafat aan het

‘Om het conflict te kunnen oplossen, zijn gematigde stemmen nodig – nee, onmisbaar’

hoofd stond, red.) in Libanon en geweld in Israël zelf. Dat er een Palestijnse groep was die opriep tot vreedzaam samenleven, vormde een bedreiging voor het verhaal waarmee de Israëlische regering de bezetting legitimeerde.’

Dus de keuze om een school op te richten was in zekere zin ook uit nood geboren?

‘Ja, eigenlijk wel. Israël heeft veel druk uitgeoefend op geweldloze activisten zoals mijn vader. Dr. Mubarak Awad, een sleutelfiguur in het geweldloos verzet, werd midden jaren tachtig uitgezet. Hij had een Amerikaans paspoort. Mijn vader had dat niet. Dus besloot hij zich te richten op het creëren van een generatie die verandering zou brengen. Op de school dus.’

Zelf heeft u ook het nodige meegemaakt. U werd opgepakt. Wat gebeurde er?

‘Het was 2002, ik was dus al een tijd terug uit Nederland. Ik had erop gerekend dat de VS of Europa zou zorgen dat het vredesproces weer op gang zou komen, maar het geweld ging door. Toen, in december, werd ik door Israël gearresteerd. Ik had mijn kelder verhuurd aan een jongeman, die op een Israëlische lijst bleek te staan. Toen hij werd opgepakt, werd ik dat ook en werd mijn huis deels vernietigd. In de cel werd ik mishandeld.’

En toch blijft u oproepen tot samenwerking.

‘De situatie is niet zwart-wit. Ik wil de bezetting hier niet mooier maken dan het is, maar ik wil ook niet doen alsof alle Israëliërs slecht zijn, of alle Palestijnen. Daarmee zou ik de deur om samen te leven definitief dichtgooien. Om het conflict te kunnen oplossen, zijn gematigde stemmen nodig – nee, onmisbaar. Wij hopen die stemmen met onze school te creëren.’

‘Laatst kwam er een oud-leerling vanuit de VS. Hij heeft het daar gemaakt als zakenman, dat kan je denk ik wel stellen: hij kwam met zijn eigen privévliegtuig. Toen hij hier was met zijn gezin, zei hij: ‘Hope Flowers heeft voor altijd een plekje in mijn hart.’ Dat raakt me. Of wij met deze school echt iets kunnen veranderen, weet ik niet. Maar als ik zoiets hoor, houd ik hoop.’

Sam de Graaff – Freelance journalist, schreef onder meer voor Het Parool, de Volkskrant en persbureau ANP.

Essay over vergeten getroffenen

De vlieg, de spin en het universum



In het derde deel van dit essay beschrijft klinisch psycholoog Jackie June ter Heide hoe belangrijk het is om getroffenen te herinneren: want er moet een plaats zijn waar al het lijden, groot en klein, gezien of ongezien, wordt vastgelegd en nooit vergeten.

Door Jackie June ter Heide

ARQ Centrum'45 bestond in 2023 vijftig jaar. Sommige van onze patiënten zijn erg gehecht aan de instelling en komen er al een hele tijd. Patiënten van wat wij noemen 'de eerste generatie' – verzetsmensen, kampoverlevenden – hebben recht op levenslange zorg zonder ooit uitgeschreven te worden. Op vrijdag komen ze naar de Rijnsichtweg in Oegstgeest met hun taxi en rollator. Vrijdag is de enige dag dat er in Oegstgeest koekjes staan bij de koffieautomaat.

Mijn collega, die met patiënten van de eerste generatie werkt, plaatste een post op intranet:

Afgelopen vrijdag nam een mevrouw in de contactgroep al deze boeken mee en doneerde dit aan de leeskast die in de wachtkamer op de Rijnsichtweg staat. "Zodat het niet vergeten wordt," was haar tekst. Ze heeft zelf, als klein meisje, de oorlog meegemaakt in voormalig Nederlands-Indië.

Op de bijgevoegde foto stond een tiental boeken: over het leven in Nederlands-Indië, over de wonden die de oorlog had achtergelaten bij getroffenen en hun nakomelingen, over het lijden van vrouwen en kinderen door onderduik, onderdrukking en slavernij.

Die post zette me aan het denken. Nou heb ik zoveel ooggetuigenverslagen gelezen, van schrijvers als Anne

Frank, Aharon Appelfeld, Marga Minco, Eli Wiesel, Ety Hillesum, Viktor Frankl – maar ik zou niet één vergelijkbare schrijver uit Nederlands-Indië kunnen noemen. Mijn vader is nota bene geboren in Batavia (nu Jakarta). Terwijl mijn oudtante en haar dochters in een Japans interneringskamp hebben gezeten, heb ik geen enkel boek gelezen over de oorlog in Nederlands-Indië.

Door alle nadruk op nooit mogen vergeten, vergeten we weleens dat onze kennis over het verleden beperkt is en selectief. Sommige verhalen worden verteld en gehoord, opgeschreven en gelezen. Zij bepalen ons beeld van de werkelijkheid. Maar sommige verhalen worden het liefst vergeten. Niet alleen door het publiek, dat er geen oren naar heeft, maar ook door overlevenden zelf.

Misschien heeft dit te maken met *mattering*, een mooie sociaal-psychologische term die ik onlangs tegenkwam in de New York Times. *Mattering*, of in het Nederlands 'ertoe doen', is een medaille met twee kanten: aan de ene kant iets bijdragen, waarde inbrengen, en aan de andere kant het gevoel krijgen dat je bijdrage – en daarmee jijzelf – door anderen op waarde geschat wordt. Gewicht in de schaal leggen, zo zou je het ook kunnen vertalen. Ook daar heb je zowel een gewicht voor nodig als een schaal.

Om te zorgen dat jouw lijden niet vergeten wordt, heb

je het gevoel nodig dat je *mattered*, dat jouw verhaal het verdient om gehoord te worden en serieus genomen te worden. En je hebt anderen nodig die dat daadwerkelijk doen – dat horen en serieus nemen. Niet altijd is dat het geval. Sommige mensen staan lager in de pikorde en doen er minder toe, in de ogen van henzelf en van anderen. Dat maakt hen kwetsbaar voor trauma. Trauma kan de waarde van een persoon nog verder doen kelderen en het nog moeilijker en riskanter maken om verhalen te delen. Dan is de cirkel rond.

Mijn nalatigheid indachtig toog ik naar de ARQ bibliotheek en leende een boek over de Japanse interneringskampen: *50 Years of Silence* van Jan Ruff-O'Herne. Ruff-O'Herne groeide op in voormalig Nederlands-Indië en werd als jong volwassene met haar moeder en zusjes tijdens de oorlog geïnterneerd. Na een selectie belandde zij met zes andere Nederlandse meisjes in een huis waar zij drie maanden werd misbruikt als 'troostmeisje', een term waar zij zich tegen verzet:

We were never 'comfort women'. Comfort means something warm and soft, safe and friendly. It means tenderness. We were war-rape victims, enslaved and conscripted by the Japanese Imperial Army.

Weinig ervaringen zijn zo beschadigend voor het gevoel dat je *mattered* als seksueel geweld. Seksueel misbruik, waarbij het lichaam wordt gebruikt zonder oog voor de grenzen, wensen of integriteit van het slachtoffer, leidt vaak tot een diep gevoel van waardoeloesheid. Maar ook buitenstaanders kunnen slachtoffers afwaarderen en wegzetten als slecht, schuldig of vies. In tegenstelling tot het adagium 'dit mag nooit vergeten worden', leefde Ruff-O'Herne dan ook 50 jaar lang volgens het motto 'nobody must know'. Dat werd afgedwongen door de Japanners, die de meisjes het zwijgen oplegden op straffe des doods, maar ook door haar eigen gevoel van schaamte.

Nobody can imagine what it means to have something within yourself so terrible that you'd love to talk about it to other people, but you cannot, because you feel this terrible shame. Nobody must know, and you carry the burden all your life and you're always afraid that somehow, sometime, it's going to come out.

Seksueel geweld kan iedereen overkomen, maar komt in het algemeen meer voor bij vrouwen en kinderen en mensen met een psychische, sociale of lichamelijke kwetsbaarheid. Ze hebben minder macht en minder bescherming en dus wordt er minder goed naar hen

geluisterd. Veel slachtoffers van seksueel geweld zitten daardoor in de spreekwoordelijke kast. Dat is zwaar voor de slachtoffers, die hun ervaringen in hun eentje moeten dragen, maar het leidt ook tot een incompleet beeld van trauma, oorlog en geweld.

Zo is verkrachting van Joodse vrouwen tijdens de Tweede Wereldoorlog bijvoorbeeld een vrijwel onontgonnen gebied van onderzoek. De aanname dat verkrachting regelmatig voorkwam wordt door sommige onderzoekers gezien als een smet op het blazen van de overlevenden. Om vergelijkbare redenen lopen schattingen van de aantallen vrouwen die in Nederlands-Indië gedwongen werden tot prostitutie uiteen van 300 tot 70.000. En pas in 2008, na de oorlogen in Voormalig Joegoslavië en Rwanda, werd verkrachting officieel erkend als oorlogsmisdaad door de Veiligheidsraad van de Verenigde Naties.

Zo komt het dat er lege plekken zijn in de leeskast in Oegstgeest en in mijn eigen boekenkast, waar boeken staan die nooit zijn geschreven, door slachtoffers die zijn vergeten.

Er moet een plek zijn ergens, waar ook hun herinneringen bewaard worden tot in het kleinste detail.

Ga nu maar staan liefste op de plank, de lege plekken in de boekenkast, ik heb altijd gewild dat ik dat was, een lege plek voor iemand, om te blijven.

Jackie June ter Heide - Klinisch psycholoog en senior onderzoeker bij ARQ Centrum'45, en student aan de Schrijversvakschool.

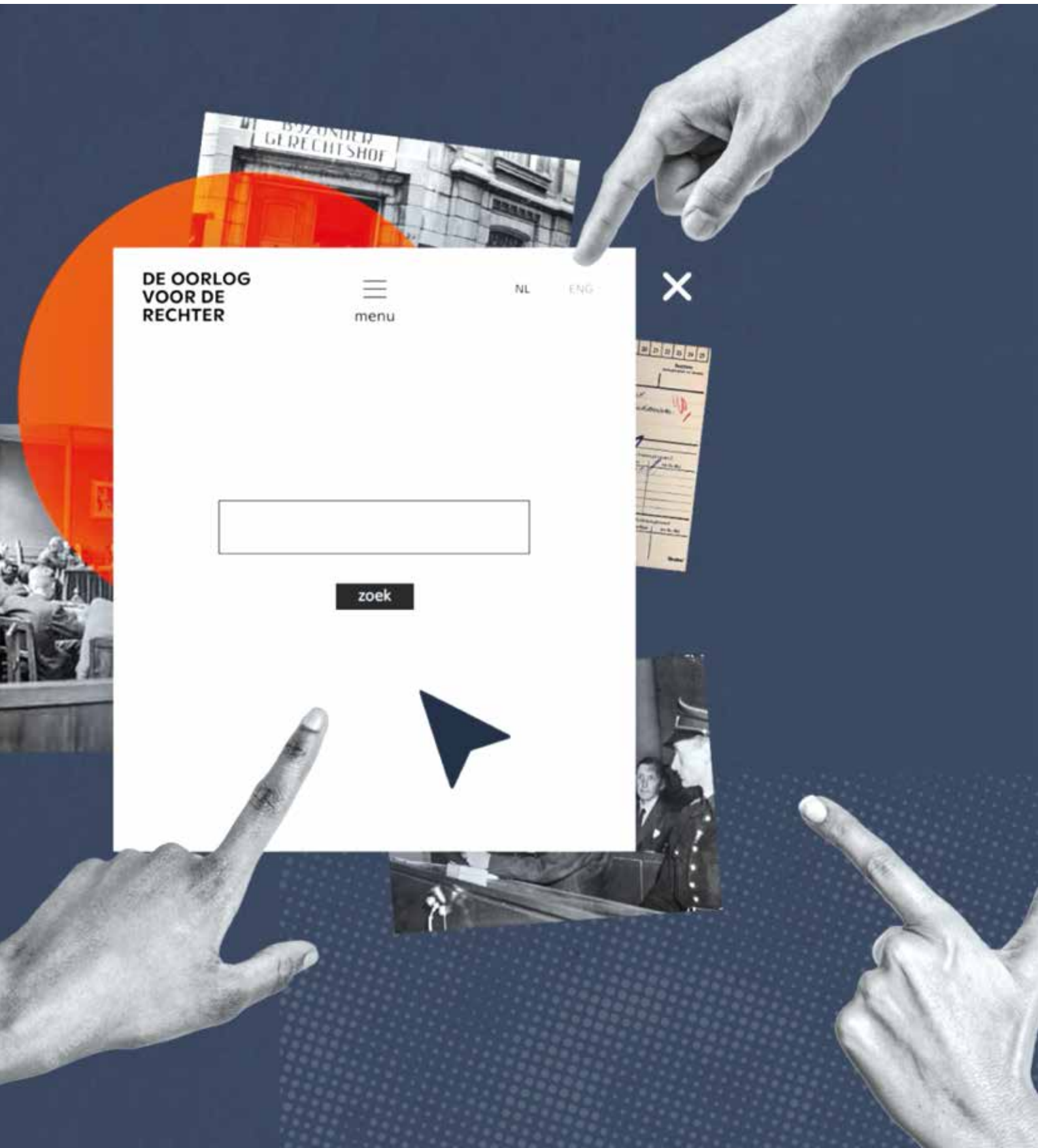
REFERENTIES

Cornwall, G. (2023, September 27). Want to believe in yourself? 'Mattering' is key. *New York Times*. www.nytimes.com/2023/09/27/well/mind/mental-health-mattering-self-esteem.html

Ruff-O'Herne, J. (1994). *50 years of silence*. Editions Tom Thompson.

DEEL 3

Deel 3 van het essay *De vlieg, de spin het het universum*. De eerste twee delen verschenen in *Impact Magazine* 2024 nr. 2.



Vanaf 1 januari 2025 zijn de eerste documenten uit het Centraal Archief Bijzondere Rechtspleging voor iedereen online te doorzoeken.

HOE OVERLEEF IK... EEN OPEN OORLOGSARCHIEF?

De afgelopen twee jaar hebben scanmachines, met gemiddeld zo'n 152.000 scans per week, overuren gedraaid om de dossiers van het Centraal Archief Bijzondere Rechtspleging (CABR) te digitaliseren. Dit archief is het meest geraadpleegde en grootste archief over de Tweede Wereldoorlog in Nederland en bevat dossiers van personen die verdacht werden van collaboratie met de Duitse bezetter. In die dossiers staat echter ook vaak informatie over slachtoffers. Op 1 januari 2025 zal het eerste deel van het archief online doorzoekbaar zijn. In dit artikel vertellen vier personen, ieder vanuit een andere achtergrond en invalshoek, wat een openbaar CABR voor hen betekent en hoe zij omgaan met de mogelijke impact hiervan.

Door Bertine Mitima



Theatermaker en podcastmaker Mette Bunskoek (32 jaar) maakte een podcast over haar familiegeschiedenis¹. Haar overgrootvader was lid van de NSB.

Welke impact had jouw onderzoek in het CABR en het maken van de podcast voor jou en je familie?

'Ik vond het heel interessant om te onderzoeken hoe mijn overgrootouders tot bepaalde keuzes gekomen zijn tijdens de Tweede Wereldoorlog. Daarvoor ben ik naar het CABR gegaan en heb ik verschillende dossiers gelezen. Ik vond het heel spannend om de dossiers te lezen, je weet immers niet wat je gaat vinden. Daarom ben ik met een vriendin gegaan. Mijn moeder heb ik pas later verteld dat ik gegaan ben. Bij sommige van mijn familieleden was veel angst voor veroordeling als het verhaal van mijn overgrootvader meer bekendheid zou krijgen. Maar juist het openbreken van het verhaal heeft ervoor gezorgd dat deze angst doorbroken kon worden.

¹ podcastluisteren.nl/pod/Wat-niet-weet-wat-niet-deert

Mijn tante vertelde hoeveel positieve reacties zij kreeg op het feit dat ze, naar aanleiding van de podcast, haar verhaal deelde en hoe dat haar angst verminderde. Zo'n doorbraak, dat gun ik anderen ook. Voor mijzelf zie ik het CABR vooral als een schat aan verhalen die opengaat, we kunnen leren van het verleden.'

Heb je tips voor anderen over hoe om te gaan met de impact die een openbaar CABR mogelijk kan hebben?

'Voor mij is het belangrijk dat we hierover in gesprek blijven met elkaar. Denk vooral niet dat je er alleen voor staat of dat je gevoel van bijvoorbeeld spanning of angst er niet mag zijn. Ik vind het belangrijk dat we luisteren naar elkaars mening en hier begrip voor hebben. Aan de ene kant is het belangrijk dat er aandacht is voor de spanning die het op kan roepen, maar aan de andere kant vind ik het ook mooi als het gesprek kan gaan over wat een open CABR in positieve zin op kan leveren. Mijn oproep zou zijn om niet te snel een oordeel te vellen, niet over je eigen voorouders en ook niet over anderen. Dat betekent niet dat je je familie alleen maar hoeft te verdedigen. De geschiedenis wijst steeds weer uit dat mensen in staat zijn om oorlog te voeren, dat zit in ons. Aan ons de taak om daarvan te leren.'



Schrijfster en journalist Hester den Boer (43 jaar) schreef het boek *Kamp Erika*. *Kamp Erika* was tijdens de Tweede Wereldoorlog een strafkamp in de bossen van Ommen.

Ook Den Boer deed uitgebreid onderzoek in het CABR, met

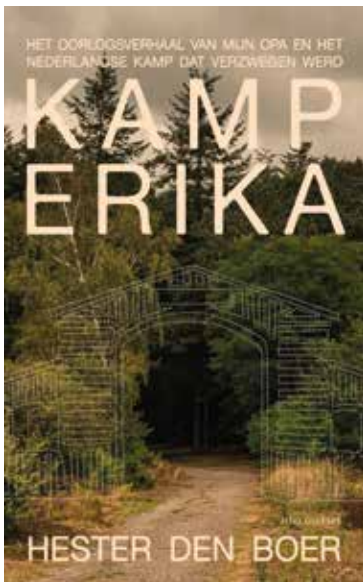
name in de dossiers van voormalige bewakers van Kamp Erika. Naar aanleiding van haar boek kreeg ze veel vragen van familieleden van deze bewakers, die soms in het boek voor het eerst lazen over de betrokkenheid van hun familielid hierbij.

Wat voor reacties riep het boek, en de opening van de archieven die je daarin geeft, op bij familieleden?

‘In de vragen bemerkte ik dat er vooral een drang leeft om te weten wat er is gebeurd, zowel bij kinderen als bij kleinkinderen. Ook in mijn eigen familie zie ik dat terug. Weten wat er is gebeurd in het verleden kan mijns inziens helend werken. Het kan bijvoorbeeld helpen om te verklaren waarom een vader was zoals hij was na de oorlog. Dat vader niet zozeer een hekel aan je had, maar gevormd was door zijn ervaringen.’

‘Ook al waren er geen dossiers van mijn eigen familieleden in het CABR, het onderzoek dat ik gedaan heb naar mijn opa, die gevangen heeft gezeten in Kamp Erika, heeft wel veel meer losgemaakt in de familie dan ik van

tevoren had gedacht. Met zijn afwezige en onberekenbare gedrag heeft mijn opa een grote stempel gedrukt op onze familie. Door mijn boek zijn stukjes op zijn plaats gevallen en kan ook het gesprek eindelijk plaatsvinden over welke impact dit heeft gehad, op ons allemaal op een andere manier. Ik verwacht dat de openbaarmaking van het CABR meer familiegeheimen gaat doorbreken.’



Hoe ging jij om met de impact die het doorbreken van zo'n familiegeheim met zich meebrengt?

‘Ik heb heel erg geprobeerd om open te staan voor elke mogelijke bevinding, om te leren begrijpen hoe mensen in een geweldsstructuur terecht kunnen komen en er in mee kunnen gaan. Niet om te accepteren of om te verge-

ven, maar om te begrijpen, zonder daar direct een oordeel over te hebben. Dat maakt het ook zo belangrijk dat de archieven opengaan, om beweegredenen verder te kunnen onderzoeken en te begrijpen hoe zoveel mensen keuzes konden maken die nu in vredestijd ondenkbaar zijn. De zoektocht naar mijn eigen familiegeschiedenis hielp om erover te kunnen praten met anderen en om het ook af te ronden.’



Ingrid Petiet (72 jaar) is voorzitter van de Joodse gemeenschap in Zwolle en altijd nauw betrokken geweest bij de vereniging voor de Joodse naoorlogse generatie. Voor zichzelf ziet ze niet direct de meerwaarde van een open archief.

Welke impact verwacht je dat een openbaar en online CABR kan hebben?

‘Mensen zouden oude rekeningen kunnen gaan vereffenen. Maar het zou ook vooroordelen die er leven in een gemeenschap over bepaalde families weg kunnen nemen. Zelf heb ik nooit zo'n behoefte gehad om mijn familiegeschiedenis uit te zoeken, en heb ik ook nooit gezocht in archieven. Wel ben ik een keer geïnterviewd met een vrouw van wie de ouders een dubieuze rol hadden gespeeld in de oorlog. Dat deze vrouw hier nog dagelijks mee te kampen had en vanwege dit verleden nog steeds een ondergedoken leven leidde, raakte mij diep. Zij was erg geraakt omdat ik haar ondanks mijn Joodse achtergrond niets verweet. Dat interview heeft veel indruk op mij gemaakt. De impact van een open CABR zal voor mij denk ik beperkt zijn, hoewel er ook informatie over mijn familieleden naar boven zou kunnen komen. De Nederlandse geschiedenis is veelkleurig, met ook veel zwarte bladzijden. Ook die bladzijden moeten gelezen worden om een goed beeld te krijgen. Tegelijk is het een tijd geleden en zie ik niet direct hoe dit het leven hier en nu zou veranderen.’

Wat zou je mee willen geven aan anderen die opzien tegen een open CABR?

‘Mensen die hier veel spanning of angst door ervaren zou ik graag mee willen geven dat de enige manier om je eigen angst tegemoet te treden is door te onderzoeken wat er is gebeurd en te ervaren hoe anderen daarop reageren. Misschien wordt de ergste angst waarheid, dan kun je vervolgens bepalen hoe daarmee om te gaan. Met angst zelf kun je weinig. Ik weet waar ik het over heb, angst heeft ook een grote rol in mijn leven gespeeld.’



Het Centraal Archief Bijzondere Rechtspleging



Historicus Jaap Hagedoorn (64 jaar) dook voor een onderzoek naar een Zwolse padvinder die opgepakt werd tijdens de Tweede Wereldoorlog ook het CABR in. Voor zijn eigen familiegeschiedenis is hij echter nog niet in het CABR geweest. In zijn familie heeft hij zowel een oudoom die aan de kant van de Duitse bezetter stond, als een oom die vanwege het verspreiden van *Trouw* is opgepakt en gefusilleerd.

Welke waarde heeft een openbaar en online toegankelijk CABR voor jou?

‘Als mens en historicus vind ik dat we als samenleving rekenschap moeten afleggen van onze geschiedenis, ook van de minder mooie kanten. De veroordeelden hebben straf gekregen en daarmee is in juridische zin rechtge-
daan en de schuldvraag voorbij. Volgende generaties zijn al helemaal niet meer verantwoordelijk voor de daden van familieleden. Wat betreft mijn eigen familiegeschiedenis zou ik me voor kunnen stellen dat er nieuwe informatie over mijn oom naar boven zou kunnen komen. Er werden wel eens namen van een verrader genoemd, maar daar is nooit de onderste steen boven gekomen. Als dat door de openbaarmaking van het CABR bekend wordt zou ik nabestaanden nooit aansprakelijk houden. Mocht ik ze kennen, dan zou ik misschien wel toenadering zoeken, om te horen hoe zij tegen dit verleden aankijken en te laten weten dat ik hen niets kwalijk neem. Ook in de foute kant van mijn oudoom ben ik geïnteresseerd, om uit te vinden of daar nog meer informatie over bekend is.’

Wat zou je mee willen geven aan anderen om zich voor te bereiden op de mogelijke impact van een open CABR?

‘Je bent niet schuldig aan wat een ander heeft gedaan. Ik snap dat dat erg vanuit het hoofd beredeneerd is en soms lastig is om dat ook op gevoelsniveau te ervaren. Misschien helpt het als er interactie zou kunnen ontstaan tussen nabestaanden van slachtoffers en van

daderters of meelopers. Maar voor mij is het ook heel belangrijk hoe we hier als samenleving mee omgaan. Het is vaak makkelijk te oordelen over het verleden met de kennis van nu. Voor de samenleving vind ik het belangrijk dat we de openbaarmaking gebruiken om te bepalen waar we een grens trekken in hoe we omgaan met anderen. Met name als het gaat om morele dilemma’s. Om onszelf te behoeden voor een glijdende schaal waarin we de grens steeds verder opschuiven.’

Bertine Mitima - Onderzoeker en beleidsadviseur bij ARQ Kenniscentrum Oorlog, Vervolging en Geweld

REGIONALE BIJEENKOMSTEN

Vooruitlopend op de openbaarmaking van het CABR worden dit najaar door Oorlog voor de Rechter, ARQ Kenniscentrum Oorlog, Vervolging en Geweld en de regionale Historische Centra informatiebijeenkomsten gehouden. In deze bijeenkomsten wordt ingegaan op het belang van het laagdrempelig toegankelijk maken van dit oorlogsarchief. Voor nabestaanden van verdachten, maar ook voor vervolgingslachtoffers en verzetsdeelnemers die voorkomen in het CABR, kan het effect van een online doorzoekbaar archief groot zijn en emoties oproepen. Het archief kan nieuwe en confronterende informatie bevatten over wat er met familieleden is gebeurd, waar familieleden van zijn verdacht of voor zijn veroordeeld. Daarnaast kan de oorlogsgeschiedenis in kleinere gemeenschappen nog erg leven en het effect van een online doorzoekbaar CABR dan ook groot zijn. Hier wordt tijdens de informatiebijeenkomst over gesproken. Ook wordt ingegaan op de mogelijkheden in het verkrijgen van de juiste zorg, hulp en ondersteuning.

Kijk voor meer informatie over de data, locaties en het aanmelden voor de bijeenkomsten op arq.org/projecten/doorwerking-van-collaboratie



8 jaar was ze toen de oorlog naar haar dorp in Oost-Afrika kwam, vandaag precies 20 jaar geleden. Ze was jarig toen er mensen met geweld haar dorp binnenvielen. Die dag verloor zij haar broer en moest ze voor het eerst een nacht buiten slapen omdat thuisblijven te gevaarlijk was. In plaats van het vieren van haar leven werd ze geconfronteerd met de dood. Ze zag die dag, en vele dagen die volgden, dingen die een kind niet hoort te zien. Sindsdien is haar verjaardag nooit meer gevierd, niet door haar ouders, niet door haar zelf of door iemand anders. Haar eigen zoon heeft ze verteld dat ze geen verjaardag heeft.

Verslagen zit ze vandaag in mijn spreekkamer in de gezinskliniek van ARQ Centrum'45, letterlijk gebukt onder haar verdriet. Alle beelden van die dag, de dag dat de oorlog kwam, spoken vandaag extra door haar hoofd. 'Mijn verjaardag is onlosmakelijk verbonden met verlies en verdriet. Ik heb de oorlog misschien overleefd maar velen niet, oorlog zal altijd een deel van mij blijven. Daarom kan mijn verjaardag maar beter dood zijn', legt ze mij uit. En ik zie het. Ik zie dat meisje van 8 en die volwassen vrouw die zij nu is geworden. Ik zie dat allebei en hoe die oorlog hen in zijn gruwelijke greep blijft houden. Haar wanhoop overspoelt ons beiden bijna.

Toch is dit jaar een beetje anders. Haar zoon wordt binnenkort 8, net zo oud als zij toen was. Hoewel ze haar eigen verjaardag nooit meer zal vieren, wordt de verjaardag van haar zoon des te uitbundiger gevierd. Het enige dat deze vrouw nog wil van het leven is iets beters voor haar zoon. Een leven van vrede en veiligheid.

Haar wens bij opname in onze gezinskliniek was; leren om de oorlog niet door te geven aan haar zoon. 'Alle kinderen verdienen een leven vrij van oorlog, vrij van de oorlog die in hun ouders zit', zo vertelde ze bij de intake vol vuur in mijn kamer. Ik zie haar hier iedere dag voor vechten en hard voor werken. Iedere keer weer val ik bijna stil van haar kracht en weerbaarheid. Tegelijkertijd is haar doel, vrede en veiligheid voor haar zoon, er één waarin we ons allemaal kunnen vinden. Want laten we eerlijk zijn, ieder kind verdient toch een verjaardag die gevierd kan worden in vrede en veiligheid?

Zuchtend kijken we elkaar aan. Traumatherapie dan maar? Vraag ik. 'Ja, voor hem'. En voor jou? Ik krijg een klein, bijna meewarig, glimlachje. 'Misschien...' En we gaan aan de slag.

Verjaardag



Bewerkte foto: Hans van Bruksvoort

Karlijn Eindhoven - GZ-Psycholoog bij ARQ Centrum'45.



Foto ANP/AFP

Kindsoldaat in Oeganda 1985.

Beschadigde kindsoldaten

Psychiater en cultureel antropoloog Mario Braakman behandelt in Nederland kindsoldaten. Hij raakte betrokken bij het proces van het Internationaal Strafhof tegen de Oegandese ex-kindsoldaat en rebellenleider Dominic Ongwen. 'Je schrikt je suf als je ziet wat er in die zaak door psychiaters is gezegd.'

Door Tjitske Lingsma en Bart Nauta

Mario Braakman neemt plaats in de kleine vergaderkamer in een gebouw van de Tilburg University. Het is een zonnige, rustige dag. Op de gang komen nauwelijks collega's of studenten voorbij. Psychiater en cultureel antropoloog Braakman, gekleed in een overhemd met fietsenprint en jeans, spreekt bevroren over zijn werk als behandelaar en wetenschapper, waarin een focus op mensen uit andere culturen ligt. Hij raakte betrokken bij het proces tegen een van de meest bekende kindsoldaten ter wereld: Dominic Ongwen. De Oegandees stond terecht bij het Internationaal Strafhof (International Criminal Court) in Den Haag voor zijn gruweldaden die hij als volwassen rebellenleider beging.

Nog altijd is de psychiater verbijsterd over hoe het Hof, de partijen en vakgenoten zijn omgesprongen met de beoordeling van de mentale staat van Ongwen. 'Je schrikt je suf als je ziet wat er in deze zaak door psychiaters is gezegd', zegt Braakman, vriendelijke blauwe ogen, zachte stem en zuidelijke tongval. Hij behoort tot een groep experts bestaande uit ex-medewerkers, juristen, academici en psychiaters, die kritisch zijn over het Inter-

[Ontvoerde kinderen als Ongwen werden zwaar mishandeld en gedwongen tot zware arbeid](#)

nationaal Strafhof en vinden dat er professionalisering moet plaatsvinden op terreinen zoals psychiatrische diagnostiek van aangeklaagden en veroordeelden, en psychosociale hulp voor hen.

Wie is Dominic Ongwen?

Als jongetje van ongeveer 9 jaar oud werd Ongwen in 1987 ontvoerd door de Lord's Resistance Army (LRA), een zeer gewelddadige rebellengroep die dood en verderf zaaide in Noord-Oeganda. Leider Joseph Kony beweerde dat geesten via hem spraken. Na zijn ontvoering bonden LRA-strijders onder constante bedreiging Ongwens handen samen en dwongen hem om zware vrachten te tillen. Toen hij met oudere kinderen probeerde te vluchten, werd hij gepakt. Als straf moest hij een medevluchter



Foto Peter Dejong/ANP

Dominic Ongwen tijdens zijn rechtszaak, december 2016.

levend villen en de darmen in een boom draperen. Ontvoerde kinderen als Ongwen werden zwaar mishandeld en gedwongen tot zware arbeid. Ze moesten toekijken hoe anderen werden gemarteld, mochten geen emoties tonen, moesten gehoorzamen en hun eigen ouders en thuis vergeten. Ongwen ontwikkelde zich tot een loyale commandant en gevreesde strijder, die zes vrouwen had.

Grote blunders

Het Strafhof klaagde Ongwen aan voor oorlogsmisdrijven en misdrijven tegen de menselijkheid gepleegd tijdens aanvallen op vluchtelingenkampen in Noord-Oeganda. Het ging om 61 feiten waaronder moord, marteling, slavernij, verkrachting, gedwongen huwelijken en zwangerschap, en kidnapping van kindsoldaten. Maar welk effect had zijn verleden als ontvoerde en gemartelde kindsoldaat op zijn mentale staat? 'Beide partijen, zowel de verdediging als de aanklagers, maakten grote blunders,' stelt Braakman. Hij vertelt dat Ongwen besloot mee te werken met de twee experts die zijn advocaten hiervoor hadden aangesteld. Zij oordeelden dat hij leed aan een dissociatieve identiteitsstoornis, dissociatieve

amnesie, posttraumatische stressstoornis (PTSS), depressie en een obsessieve-compulsieve stoornis. Hij kon geen onderscheid maken tussen goed en kwaad, had geen controle over zijn gedrag bij het deelnemen aan misdrijven en zou strafrechtelijk niet verantwoordelijk zijn voor enkele feiten.

Oordeel zonder contact met Ongwen

Ongwen weigerde echter de drie experts te zien die door de aanklagers waren aangesteld. Het drietal baseerde zich op video's en verklaringen. 'In Nederland mag je geen uitspraak doen als je de client niet hebt gezien,' zegt Braakman. Niettemin vonden deze deskundigen dat er geen 'betrouwbaar bewijs' is dat Ongwen aan deze vijf stoornissen leed. Ze verweten Ongwen een 'patroon van calculatie en manipulatie' als het ging om zijn mentale gezondheid. Braakman is verbijsterd over de conclusies die bijvoorbeeld Catherine Abbo, kinderpsychiater en docent aan de Makerere University van Oeganda, trok. Zij verklaarde dat Ongwen door 'de socialisatie in de bush' en zijn intelligentie 'een rijpe persoonlijkheid' zou hebben met 'het hoogste niveau

van morele ontwikkeling waarbij hij over zelf gekozen morele principes beschikte.' Braakman: 'Ik snap niet dat mensen dat kunnen zeggen zonder hem zelf gesproken te hebben.'

'Ik kreeg de wind van voren van de advocaat van de slachtoffers van Ongwen. Hoe ik het waagde om van hem een slachtoffer te maken'

Ook de verdediging deed het niet volgens het boekje. De twee deskundigen waren ook de reguliere behandelaars van Ongwen. Braakman: 'Dat kan in Nederland niet.' Geen van de teams heeft een cultureel-gevoelig onderzoek gedaan naar de persoonlijkheidsontwikkeling en welke impact dat had op zijn denken en gedrag. 'Er is geen psychiatrische diagnose gesteld. Niemand heeft hem echt geheel onderzocht. Intussen stonden de partijen in hun oordeel lijnrecht tegenover elkaar. Dat is pijnlijk. Want je wilt er als collega's samen uitkomen. Het werd echter een beladen kwestie, die door de rechters werd beslecht.'

Het oordeel van de rechters

Ongwen werd door de rechters schuldig bevonden en veroordeeld tot een gevangenisstraf van 25 jaar. Ze bepaalden dat Ongwen in de periode dat hij zijn misdrijven pleegde, niet aan een mentale ziekte of stoornis leed. 'Dat oordeel is echter niet gebaseerd op objectieve en wetenschappelijke feiten, maar mogelijk op partijdige opinies', zegt Braakman. Hij was verbaasd om te lezen dat de rechters geloof stelden in leken, die geen psychiatrische stoornis waarnamen. Ook stelden de rechters dat de 'nauwgezette planning van complexe operaties' door Ongwen 'niet overeenkomt met een mentale stoornis.' Braakman noemt dat een 'behoorlijk beledigend en stigmatiserend' oordeel. 'Ik vind het pijnlijk voor mijn eigen patiënten, die met een psychiatrische stoornis vaak prima kunnen werken,' zegt hij. Tenslotte zijn er onder Nobelprijswinnaars mensen die een schizofrene of bipolaire aandoening hebben. 'Hoe dit is aangepakt, daar klopt niets van. Als psychiater met hart voor het vak, vind ik het ernstig. De gemiddelde Nederlandse crimineel wordt door de rechtbank beter behandeld.'

Getuigendeskundige

Braakman schreef voor de vijf rechters die het beroep behandelden een korte evaluatie met een uiteenzetting over transculturele forensische psychiatrische kwesties.



Mario Braakman

Ook zou hij in de rechtbank als getuigendeskundige spreken. 'Ik zat op zo'n tien meter afstand van de advocaten en Ongwen, die een keurig overhemd aan had. Er stonden twee bewakers naast ons,' herinnert Braakman zich. 'Ik kreeg de wind van voren van de advocaat van de slachtoffers van Ongwen. Hoe ik het waagde om van hem een slachtoffer te maken. Maar dat was niet wat ik deed.'

Braakman wees op het belang van een goede professionele beoordeling, waarbij cross-culturele technieken en vaardigheden nodig zijn om te zien hoe het leven van iemand als Ongwen past in de context waarin hij opgroeide. Hij adviseerde het Strafhof om een team van psychiaters en psychologen aan te stellen die voortaan samen werken aan één psychiatrische diagnose van verdachten. In plaats van twee partijen - de verdediging en aanklager - die het in de rechtbank tegen elkaar opnemen en met 'gekleurde verhalen' komen. 'Een rechter kan een betere beslissing nemen als een rapport meer objectief is.' De rechters van beroep bleven achter het eerste vonnis met de veroordeling en de 25 jaar gevangenisstraf staan.

Oppervlakkige fenomenen

Wereldwijd zijn er zo'n 250.000 à 300.000 kindsoldaten. 'In gebieden waar je conflicten hebt, heb je vaak ook

kindsoldaten. Als de oorlog stopt, stopt ook het rekruteren. De meeste kindsoldaten blijven na de oorlog in het eigen land', zegt Braakman. Als ze naar Nederland weten te vluchten, is het vaak als eenling. In zijn loopbaan behandelde Braakman zo'n tien à twintig kindsoldaten. Indertijd waren het vooral kindsoldaten uit West-Afrikaanse landen als Liberia en Sierra Leone, nu komen ze vooral uit Eritrea. Alleen de ernstigste gevallen komen bij hem als psychiater terecht. 'Bij kindsoldaten zag ik oppervlakkige fenomenen als PTSS en depressie. Maar onderliggend waren er enorme persoonlijkheidsstoornissen', constateert hij.

Persoonlijkheidsstoornissen

Braakman staat stil bij hun dramatische lot. 'Het is ondenkbaar dat kinderen ongeschonden uit hun tijd als kindsoldaat komen. Op jonge leeftijd is je geweten nog niet helemaal ontwikkeld. Opeens kom je in een geheel andere omgeving, die zeer gewelddadig is. Je verkeert in een gevaarlijke situatie. Je bent slachtoffer en wordt onder dwang zelf dader. Dan kun je je niet normaal ontwikkelen. Een kind is voor het leven in de persoonlijkheid geschaad', stelt hij. 'Volwassenen weten vaak wel waarom ze vechten in een oorlog. Dat biedt rechtvaardiging en motivatie, wat helpt bij verwerking van heftige gebeurtenissen. Volwassenen lopen risico op depressie of PTSS, maar ze zijn als persoon tenminste uitontwikkeld. Bij kindsoldaten is dat anders. Ze vertonen dreigend en afdwingend gedrag, dat is aangeleerd om met de situatie om te kunnen gaan. Vaak kennen ze niks anders. Er is veel verlies van impulscontrole. Het kan ze niks schelen', zag Braakman bij zijn patiënten. Vaak constateerde hij een gebrekkige gewetensontwikkeling, antisociaal gedrag, psychopathie en borderline. 'Maar die persoonlijkheidsstoornissen zijn vaak ondergesneeuwd door PTSS.'

'Het is ondenkbaar dat kinderen ongeschonden uit hun tijd als kindsoldaat komen'

Onwaarschijnlijk

Zijn kennis en behandeling van kindsoldaten in Nederland zijn de redenen waarom hij denkt dat de strafhofrechters verkeerd zaten met hun oordeel over de Oegandese rebellenleider. In zijn verklaring voor het Hof wees hij erop dat 'gebaseerd puur op de statistieken, het erg onwaarschijnlijk is' dat Ongwen geen mentale stoornis had. In Oeganda lijdten negen van de tien kindsol-

daten aan depressies als ze volwassen zijn. Uit onderzoek blijkt dat ze ook andere problemen hebben, zoals agressie, leerproblemen, PTSS en antisociaal gedrag. Het is vaak moeilijk voor kindsoldaten terug te keren naar hun familie, als ze die nog hebben, en te integreren in de samenleving. In Oeganda is van de jeugdgevangenen zeventig procent kindsoldaat.

'Als je een gezond 9-jarig jongetje bent en je wordt ontvoerd door een zeer religieuze groep, die je bedreigt en dwingt de meest vreselijke dingen te doen. Dat moet een impact hebben,' zegt Braakman.

'Maar als PTSS onder controle is, dan beginnen we eigenlijk pas'

Transculturele diagnostiek

Hij wijst erop dat transculturele diagnostiek ingewikkeld is. 'Het is verdomd moeilijk om persoonlijkheid te analyseren als iemand uit een andere cultuur komt. Want is het cultuur of persoonlijkheid? Je moet cultureel sensitieve instrumenten hebben, maar die zijn er vaak niet.' In deze zaak is het zeker niet gemakkelijker. 'Ongwen kende drie culturen: die van de Acholi in Noord-Oeganda voordat hij kindsoldaat werd, de spirituele leefwereld van de LRA, en sinds kort de cultuur binnen de internationale gemeenschap van het ICC.'

Het is relatief gemakkelijker 'oppervlakkige fenomenen' vast te stellen zoals depressie en PTSS. In Nederland is daar vooral de behandeling op gericht. 'Het heeft ook te maken met het feit dat er geen tijd is. Men doet er al moeilijk over om iemand voor drie weken op te nemen. Het aanbod voor kindsoldaten is kortdurend en ambulantly – met als doel de PTSS en depressie te behandelen. De patiënt is ook allang blij als hij geen nachtmerries of agressie meer heeft. Maar als PTSS onder controle is, dan beginnen we eigenlijk pas.'

Van nabij volgt Braakman nog altijd de zaak van Ongwen, die vorig jaar is overgebracht naar een gevangenis in Noorwegen. 'Het strafhof heeft niet voorzien in een behandeling, maar het is belangrijk dat hij die wel krijgt. Want Ongwen komt een keer vrij.'

Tjitske Lingsma - Freelance journalist en auteur, gespecialiseerd in mensenrechten.

Bart Nauta - Onderzoeker/beleidsadviseur bij ARQ Kenniscentrum Oorlog, Vervolg en Geweld en eindredacteur van *Impact Magazine*.



Foto Beeldbank WO2/NIOD

Gezinnen en families in verzet

Samen strijden tegen de bezetter

Op de boerderij van de familie Bogaard uit Nieuw-Vennep werden in de Tweede Wereldoorlog 70 joodse en niet-joodse onderduikers opgevangen, waaronder veel kinderen.

Hoewel er in het historisch onderzoek naar het Nederlandse verzet tijdens de Tweede Wereldoorlog sinds enige tijd een inhaalslag plaatsvindt met betrekking tot de rol van vrouwen en minderjarigen, lijkt de voornaamste context waarbinnen mannen, vrouwen en kinderen zich tot elkaar verhielden grotendeels buiten beschouwing te blijven: gezinnen en families. Welke rol speelden familiebanden bij de organisatie en facilitering van het verzetswerk? En welke invloed had de verzetsdeelname op het gezinsleven?

Door Lennert Savenije

Jules Moormann beleefde als directeur van de Nijmeegse HBS een bewogen bezettingstijd. Als onderwijsbestuurder en inwoner van Nijmegen kreeg hij vanaf 1940 te maken met allerlei bezettingsmaatregelen die hem niet onverschillig lieten. Daarbij liet hij zich van zijn geëngageerde kant zien, eerst als aanhanger van de Nederlandsche Unie, en daarna door het verzet tegen de Duitse bezetting te ondersteunen en zijn principes te laten spreken.

Hij vond daarin bijval van zijn naasten: naast Jules sr. namen echtgenote Lucie, hun dochter Riet en zoons

Jules jr., Frans en Wolfram ieder op hun eigen wijze deel aan de brede waaier van verzetsactiviteiten. Op eigen initiatief, als onderdeel van een verzetsnetwerk of verzetsorganisatie, maar onvermijdelijk ook binnen hun gezinsverband.

Terwijl Jules sr. zich bezighield met de financiering van verzetsacties, waren zijn kinderen actief als Engelandvaarder (Wolfram, al mislukte zijn poging om in Londen te komen), in de hulp aan onderduikers (Frans en Riet) en in het gewapende verzet (Jules jr.). Dat het gezin

hiermee gevaar liep, bleek toen Jules jr. bij een mislukte overval werd opgepakt en geëxecuteerd. Als represaillemaatregel werden Jules sr., Lucie en de thuiswonende kinderen Riet, Lucie jr. en Paul als gijzelaars gevangen-gezet in concentratiekamp Vught.

Nederland telde in de jaren 1939-1945 meer verzetsgezinnen zoals het gezin Moormann, maar hoeveel, dat weten we niet omdat het verzetsverleden van Nederland nog slechts beperkt vanuit het perspectief van gezinnen en families is bekeken en onderzocht. Dat is eigenlijk opmerkelijk, want iedereen die bij het verzet in Nederland tijdens de Tweede Wereldoorlog betrokken was, had immers een (pleeg)familie en velen van hen ook een gezin.

De laatsten van de allerlaatste ooggetuigen, de jonge kinderen van toen, zijn nog in leven om over de familie- en gezinsdynamiek van het verzetswerk te vertellen. Daarna resten enkel nog de eerder afgelegde getuigenissen, bewaard gebleven bronnen en doorvertelde anekdotes. Families leven immers in de meeste gevallen voort, wat de familiegeschiedenis van het verzet in verbinding brengt met het heden.

Een familie-aangelegenheid

Om tenminste drie redenen biedt het perspectief van de familie en het gezin een interessante kijk op de verzetsgeschiedenis. In de eerste plaats omdat de geschiedenis van het verzet tegen de Duitse bezetting in Nederland in hoge mate is verteld in biografieën, dus met de nadruk op één hoofdpersoon, of in studies waarin een bepaalde bevolkings-, beroeps- en verzetsgroep, dan wel type verzet (gewapend, illegale pers) centraal staat.

Over de familie Moormann is geen boek geschreven, maar Riet, Lucie en Paul hebben na de oorlog wel in verschillende interviews over hun ervaringen in het verzet en verblijf in Kamp Vught verteld. Uit de enkele studies waarin gezinnen en families in het verzet, of de bijbehorende thematiek, wel centraal staan - zie kader - blijkt hoe familiebanden net zoals kennissenkringen in de eerste fase van het verzet, in de fase waarin er nog weinig tot geen organisatieverbanden bestonden, van belang waren voor de groei en ontwikkeling van hulp- en verzetsnetwerken. Mogelijk ook omdat familieleden elkaar meer vertrouwden.

In de tweede plaats biedt het familieperspectief een kijk op gezins- en genderverhoudingen in oorlogstijd. De nadruk in onderzoek naar de deelname van vrouwen aan

verzetsactiviteiten heeft vooral gelegen op hun eigen activiteiten en minder op genderinteractie in gezinsverband. Terwijl de wisselwerking tussen echtgenoten en die tussen ouders en kinderen, broers en zussen, interessant is om verder te onderzoeken.

Daarmee samenhangend kan het familieperspectief ons inzicht in de sociale positie en dimensie van gezinnen en families in het algemeen vergroten. Tot de dag van vandaag spelen gezins- en familiebanden een rol als belangrijke sociale structuur in de samenleving. De socio-culturele betekenis en invulling van gezinsverhoudingen werd anno 1940 in ieder geval nadrukkelijk als norm beschouwd. Niet in de laatste plaats gold binnen het nationaalsocialisme een archetypisch familie-ideaal, maar ook in de andere sociale en levensbeschouwelijke kaders was het gezins- en familieleven als 'hoeksteen van de samenleving' dominant.

Het is de vraag hoe zich dat uitte in het verzet. Inzichten uit de antropologie over de rol en betekenis van familieverhoudingen, netwerken en banden zijn mogelijk ook toe te passen op verzetsgezinnen en families tijdens de Tweede Wereldoorlog. Van welke traditionele of juist tegendraadse rolverdeling was er bijvoorbeeld in verzetsgezinnen sprake? In verklaringen van de kinderen Moormann lees je het ontzag voor hun ouders, en met name vader, terug, maar ook hoe het hele gezin bij de verzetsactiviteiten betrokken was of daar van af wist. De oudste kinderen opereerden daarbij ook al betrekkelijk autonoom.

Het voorbeeld van de gijzelneming van de familie Moormann laat tevens zien dat de bezetter bij represailles bewust familieleden oppakte of onder druk zette, op basis van het principe van *Sippenhaft(ung)* ('aansprakelijkheid volgens verwantschap') en emotionele intimidatie. Veel jonge verzetsdeelnemers, studenten bijvoorbeeld, gaven naderhand aan dat zij het risico van verzet durfden te nemen omdat zij (nog) niet de verantwoordelijkheid voor een gezin hadden. Ook op die manier speelde het familieleven een rol.



Jules Moormann jr.

In de derde plaats kent gezins- en familiegeschiedenis bij uitstek een intergenerationale dimensie die voortleeft tot in het heden. Verzetgezinnen en families hebben nakomelingen voortgebracht, die in hun leven direct, of door de overlevering, in meer en mindere mate (of juist opvallend genoeg niet of nauwelijks) met dit verleden zijn geconfronteerd.

Riet, Paul en Lucie Moormann vertelden na de oorlog in interviews over hun ervaringen, maar veel familie verhalen bestaan enkel nog als herinnering. Ze zijn niet gedeeld of opgeschreven omdat ze als onbelangrijk of nietszeggend worden beschouwd, of omdat ze gevoelig liggen. Door het familie- en gezinsleven ook als factor mee te wegen bij de geschiedenis van het verzet, worden deze herinneringen aangesproken en waardevol gemaakt, waarmee de herinneringscultuur van het verzet kan worden verrijkt en herijkt.

Een pleidooi voor verder onderzoek

De bovenstaande uitgangspunten indachtig, zou het goed zijn om in ieder geval eens te gaan inventariseren welke verzetgezinnen of families er in Nederland waren en hoe familiebanden van belang waren bij de groei en verspreiding van de betrokkenheid bij verzet.

Dat is mogelijk. Van deelnemers aan verzetsactiviteiten en organisaties zijn namen bekend omdat ze als gesneuvelden worden herinnerd, na de oorlog een onderscheiding of buitengewoon pensioen hebben ontvangen, of door historisch onderzoek - al dan niet van betrokkenen en familieleden zelf - zijn gedocumenteerd. Door deze namenlijsten of (vaak al digitaal toegankelijk gemaakte) bronnen op achternaam en familiebanden te onderzoeken kan om te beginnen een soort verzetsfamiliedatabase (stamboom) worden aangelegd.

Aanvullend onderzoek kan dan vervolgens de diepte in duiken, verhalen optekenen en tegelijkertijd de definitie van verzet, familie en gezin verder ter discussie stellen. Is het klassieke beeld van de zwijgzame vader, die uit bescherming voor zijn gezin, niets tot weinig prijs liet over zijn verzetswerk, bijvoorbeeld wel conform de historische werkelijkheid? Wordt bij alle terechte aandacht voor vrouwen in het verzet niet alsnog te veel vanuit een klassieke bril naar het verzet gekeken, waardoor bijvoorbeeld echtgenotes, die een ondersteunende rol hadden, dreigen te worden vergeten?

Uit recent onderzoek naar de rol van vrouwen en kinderen bij verzetsacties, bijvoorbeeld naar de 'vrouwen van Trouw', een project van de gelijknamige krant die haar

oorsprong vindt in de Tweede Wereldoorlog, blijkt dat de betrokkenheid van het gezin bij de verzetsdeelname alvast groter, anders of in ieder geval aanwezig was dan de traditionele beeldvorming veronderstelt.

Een categorie van verzet die zich in het bijzonder leent voor deze verdere ontleding is de onderduikhulp. Onderduikers waren in veel gevallen te gast bij gezinnen, ze hadden zelfs vaak een rol en taak in het huishouden waar zij bij zaten ondergedoken. Soms moesten ook hele gezinnen bij andere gezinnen onderduiken. Hoe ging dat in de praktijk? Wat wisten kinderen over de gasten in huis? Werd aan hen verteld dat er onderduikers aan tafel zaten, of niet? De kinderen Moormann waren in ieder geval op de hoogte van elkaars werk, ook de jongere kinderen hadden er tot op zekere hoogte weet van, zo verklaarden zij achteraf.

Van het toenmalige gezin Moormann is niemand meer in leven, maar de allerlaatste ooggetuigen van de oorlog, de jonge kinderen van toen, kunnen juist met globale en specifieke herinneringen een inzicht geven in de familiedynamiek rondom verzet. Des te belangrijker om hier op korte termijn nog naar te gaan vragen, nu het nog kan.

'Je familie kan je niet kiezen' luidt een gezegde, net als 'het zit in de familie', de minder mooie Nederlandse vertaling van 'it runs in the family'. Beide uitdrukkingen zouden weleens waar kunnen zijn als het gaat om de deelname aan verzet tijdens de Tweede Wereldoorlog. De familie Moormann stond er niet alleen voor.

Lennert Savenije - Historicus bij Nationaal Monument Kamp Vught. Hij doet op dit moment geen lopend onderzoek naar families in verzet, maar hoopt dat zijn pleidooi navolging vindt in de nabije toekomst.

VERDER LEZEN

Esther Captain & Trudy Mooren (red.), *Familie, generaties en oorlog. Historische, psychologische en artistieke inzichten* (Nationaal Comité 4 en 5 mei, Amsterdam 2014).

Annette Oudejans, *Een familie in het verzet. Moed en verraad tijdens de Tweede Wereldoorlog* (Orlando, Amsterdam 2018).

Gerben Post, *Schöffer & Co. Familiebedrijf in verzetszaken* (Prometheus, Amsterdam 2021).

Hoe MDMA ondersteunde psychotherapie een leven heeft veranderd

‘Alles krijgt weer kleur

Een patiënt tijdens de MDMA-ondersteunende psychotherapie. De patiënt op de foto is niet de veteraan uit het interview.

Michel onderging als een van de eersten in Nederland MDMA ondersteunde psychotherapie. ‘Zonder deze therapie had ik niet het leven kunnen hebben dat ik nu leid.’

Door Arjen van Lil

Achterin de poolruimte in de lobby van een hotel in het westen van het land tref ik Michel [niet zijn echte naam, deze is bekend bij de redactie]. Het is een vriendelijk ogende man, in kleurrijke outfit. Extravagant, misschien, maar ook betrokken en rustig. Met een scherpe blik zouden zijn tatoeages het een en ander over hem kunnen verraden. Een veteraan? Of toch een kunstenaar? In ieder geval iemand die veel van het leven gezien heeft – de goede, maar ook de slechte kanten. Iemand die weet wat een leven waard is én waard maakt.

Sinds 2023 heeft Michel als een van de eersten in Nederland MDMA ondersteunde psychotherapie ondergaan. Deze behandeling wordt bij ARQ Centrum⁴⁵ gedaan en is onderdeel van een verkennend onderzoek naar de effectiviteit van MDMA op traumaverwerking. Voor Michel is er sinds de eerste sessie veel veranderd in zijn leven. ‘Zonder deze therapie had ik niet het leven kunnen hebben dat ik nu leid. Ik wil mensen laten weten hoe bijzonder de uitwerking van deze nieuwe therapievorm kan zijn, zodat zij er eerder bij kunnen zijn. Eerder, zoals ik dat in 1995 al had willen kennen.’

Je noemt het jaartal 1995...

‘Ik heb bij Dutchbat gezeten in Srebrenica als infanterist.’

En je was toen 21 jaar oud?

‘Ja ik was aan het studeren en was dienstplichtig. Ik heb mijn dienstplicht uit kunnen stellen in verband met mijn

studie. Hierna wilde ik iets nuttigs doen bij Defensie. Ik wilde bij een professioneel onderdeel gaan om een verschil te kunnen maken.’

Met welke ideeën ging je die kant op?

‘Ik wilde mensen helpen. Als ik toch moet gaan, dan moet ik het goed doen – dat was mijn overtuiging. Maar als je daar dan daadwerkelijk bent, dan kom je erachter dat de realiteit anders is dan dat jou is doorgegeven. Het gebied was totaal onveilig. Er was geen vrede. Groenhelmen [reguliere krijgsmacht met mandaat om aan te vallen] hadden daar moeten zitten, niet de blauwhelmen. Dat is een grove fout geweest. Dat wisten wij meteen toen we daar aankwamen, het viel niet te redden.

Ik heb het meest aan de frontlinie gestaan. Dat was niet makkelijk. Ik heb daar veel gezien. En daar heb ik ook mijn trauma’s opgelopen, in Srebrenica in 1995.’

Hoe ben je teruggekomen?

‘In het vliegtuig kreeg ik een formulier voorgeschied. “Heb je iets meegemaakt?”, stond erop. Op dat moment kun je nog helemaal niet weten wat je hebt meegeemaakt. Je kruist niks aan. En meer nazorg was er niet. Dus je gaat door, je moet door. Datzelfde jaar heb ik wel nog bij Defensie aangekaart dat het niet goed ging. Je moest zelf aan de bel trekken en dat heb ik gedaan. Ik kwam toen bij een psychiater terecht die niet hoorde wat ik zei. Je werd niet serieus genomen, dat gevoel heb-

ben wij allemaal gehad. En zonder gehoor durf je op een gegeven moment ook niet meer aan de bel te trekken.'

Dus je ging door?

'Ja. Overleven, dat is de mentaliteit. Nadat ik terugkwam uit Joegoslavië heb ik nog twaalf jaar bij Defensie gediend, waarvan acht jaar werkelijk in dienst. Ik heb daarna nog jarenlang gewerkt in een hoge managementfunctie met honderden mensen onder mij. Ik ging extremen opzoeken, met name in de sport. Ik raakte ook aan de verdovende middelen. Ik deed alles om niet te hoeven denken en voelen. Alles werd alleen steeds erger en stapelde op. Relaties liepen niet en strandden keer op keer. Ik raakte verslaafd, werd dakloos en verloor het contact met mijn kinderen. Ik werd opgenomen in een GGZ-traject. Totdat het op een gegeven moment niet meer ging en het écht misging.'

En toen?

'Toen kwam ik bij ARQ Centrum'45 terecht. En daar werd ik echt geholpen. Er werd naar mij geluisterd en de psychiater die mij hielp begreep mij gelijk. Hij begreep waar ik was geweest en vandaan kwam. Dat gaf vertrouwen.'

Maar toen heb je wel verschillende behandelingen gehad, die niet allemaal aansloegen?

'Ik heb veel therapieën gehad waarvan er geen eigenlijk echt werkte. De symptomen bleven. Ik bleef last houden van nachtmerries en bleef somber. Dat ging niet weg.'

Totdat je aan de MDMA-behandeling begon.

'Ja, ik had al veel geprobeerd en kende wat verhalen over deze nieuwe vorm van therapie. Maar ik dacht eerlijk gezegd nooit dat het écht verschil zou maken. Ik had er geen bepaalde hoop bij. Ik was wel van mening dat ik er met volle overtuiging in moest gaan. En dat heb ik gedaan.'

Hoe gaat deze therapie in zijn werk?

'Er gaat eerst een lang voorbereidingstraject aan vooraf. Je moet veel formulieren invullen, checks doen en medische tests doorkomen. Je moet fysiek gezond zijn en ervoor zorgen dat je alle andere vormen van medicatie hebt afgebouwd. Dit alles heeft wel even geduurd. Wanneer dat allemaal rond is en je voor het traject bent geselecteerd, dan komt op een gegeven moment de dag. Van tevoren bespreek je alles uitvoerig met je behandelaren, die een heel belangrijk onderdeel zijn van de therapie, en dan ga je liggen en neem je de MDMA-pil.'

Dat moet een spannend moment zijn geweest.

'Jazeker, maar de omgeving is erg prettig. De kamer is

rustgevend. Er staat fijne muziek op en er staan herkenbare spullen. Je wordt heel rustig gemaakt. Je begint aan een reis. Je kunt in je hoofd naar al die plekken gaan waar je voorheen nooit naartoe kon of durfde te gaan. De MDMA helpt je om alles te aanschouwen, zonder dat het zo rauw raakt. En dat is zwaar, heel zwaar, maar tegelijkertijd prachtig.'

Wat was daar zo mooi aan?

'Je gaat dingen anders zien en je begint dingen te begrijpen. Zaken die gebeurd zijn, daar kun je ineens naartoe. Je krijgt daar andere beelden bij die veel positiever zijn.'

Is het een persoonlijke reis? Niet met je behandelaren?

'Het is je eigen reis. De behandelaren zijn er wel bij. Zij zijn belangrijk binnen het gehele proces om de reis te kunnen maken en daar te komen waar ik ben gekomen, maar voor de rest doe je het zelf. Als er iets is, dan komen ze je wel helpen natuurlijk. Maar het gehele proces beleef je helemaal zelf, zonder je tegelijkertijd alleen te voelen. Je kunt dan ineens bij gevoelens komen, zoals schuldvragen. Die kon ik anders bekijken. Verschrikkelijke situaties uit het verleden durfde ik ineens te aanschouwen. Het werd draaglijker.'

Had dat ook iets te maken met de cultuur binnen Defensie? Veel veteranen geven aan dat voelen simpelweg wordt afgeleerd.

'Ja dat herken ik wel. De gevoelens die ik ooit heb gehad – jaren geleden – die komen weer terug. Maar je moet het wel zelf in beweging houden, je moet er zelf aan werken. Het zal natuurlijk niet voor iedereen zo werken. Maar ik geloof dat het voor veel mensen een verschil kan maken. Je moet er alleen wel echt zelf mee aan de slag, het begint pas daarna.'

Hoe doe je dat?

'Ik mediteer veel en ik maak weer muziek. Dat heb ik jarenlang gedaan toen ik jong was. Ik maakte toen veel muziek maar dat heb ik jarenlang niet kunnen doen. Na de MDMA-sessie ben ik weer muziek gaan maken. En er zijn een hoop dingen waar ik weer interesse in heb, waar ik voorheen geen interesse in had. Er ging een soort rugzak van mij af, een last, wat ruimte geeft om weer dingen op te pakken.'

Ruimte die hiervoor werd ingenomen door je ervaringen?

'Ja, dat zat in de weg. Dat zat in mij. Ik ben gestopt met muziek maken omdat ik niet meer kon voelen. Ik kon toen alleen negatieve muziek maken en heb het weggelegd. Het is heel helend om dat nu weer te kunnen doen,

dat had ik nooit gedacht. Ik heb 29 jaar stilgestaan. Ik heb wel geleefd, maar tegelijkertijd ook niet geleefd. Sinds mijn behandeling werd ik weer wakker geschud. En dat is ook heel beangstigend, want bepaalde gevoelens herken je helemaal niet meer. Ik leer nu weer leven. De tijd heeft stilgestaan, alsof ik in een soort coma heb gelegen.'

Verdoofd...

'Ja, ik word weer wakker en voel. Alles krijgt weer kleur. Er is weer ruimte voor nieuwe impulsen. Meteen na de eerste sessie had ik al door dat er iets belangrijks was gebeurd. Toen ik de volgende ochtend alleen wakker werd in de kliniek, kon ik ineens genieten van de vogels die floten en de eendjes die naar me toe kwamen. Ik keek naar hoe mooi de bloemen om me heen waren. Dat was me nooit hiervoor gelukt.'

En hoe nu verder? Moeten de muziek, het mediteren en de natuur de wereld gaan invullen die de MDMA-behandeling heeft geopend?

'Ja dat is het idee. Ik ben nu een jaar verder maar dit gaat nog steeds door. Mijn leven is zoveel beter geworden. Die sessie is een begin, een aanzwengeling geweest. Daarna begint het pas echt. Je gaat er zelf mee aan de gang. Het is niet zozeer het middel, maar hoe jij het zelf oppakt. Je moet er zelf wat voor doen.'

Ik heb tijdens mijn sessie wat achter kunnen laten. Dat ligt op die kamer, in die ruimte in Oegstgeest. Ik blijf wel nog alert en schichtig, dat zit in mijn systeem. Het zou mooi zijn als dat nog weggaat. De nachtmerries worden minder, en hebben soms een beter einde. Als ik nu bijvoorbeeld wakker word uit een nachtmerrie dan ga ik muziek maken en kom ik uit die negatieve sfeer. Ik heb meer tools tot mijn beschikking. Het zal waarschijnlijk nooit helemaal overgaan, maar mijn leven is een stuk leuker geworden. Dat had natuurlijk jaren geleden ook al zo kunnen zijn, hoe langer je trauma's rondhangen, hoe groter het wordt.

De rest van de sessies zijn nu zonder MDMA. De nadruk ligt op muziek, meditatie en rust. Dan kan ik weer in dat gevoel komen. Die drug is dan niet meer nodig.'

Je neemt dus zelf de regie van het voelen weer over?

'Zo zou je het kunnen zien. Ik durfde vroeger bijvoorbeeld nooit in mijn eentje hard te lopen. En dat deed ik laatst weer voor het eerst. Het was een korte loop, 12 kilometer, maar het was de mooiste loop die ik ooit heb gehad. Na al die jaren, ik heb zoveel hardgelopen, was dit de mooiste loop van mijn leven. Ik keek om mij heen,

naar de koeien, de weilanden, het gras. Ik stopte zelfs even onderweg. Voorheen rende ik weg. Weg van mijn leven en van mijn ervaringen. En nu was het rennen gewoon goed.'

Je hebt weer vertrouwen in de toekomst gekregen?

'Ik heb weer toekomstdromen. Ik heb interesses, in de wereld en mensen om mij heen, en ik kan mij rustig voelen. Het voelt als een soort ontwakking. Maar je moet alles wel weer opnieuw leren, dat is wel beangstigend. Gevoelens waar je jarenlang niet mee bent omgegaan, moet je weer opnieuw leren voelen. Het zijn de gevoelens van toen ik 21 was. Al die jaren daarna ben ik te hard naar mijzelf geweest.'

Ik kon laatst blij zijn toen er een roos ontpopte in mijn tuin. Ik heb dagenlang gezien hoe die roos gesloten bleef. En ineens op een ochtend was die roos daar, opgebloeid. Dat was een mooi moment. Die kleine dingen kunnen ineens weer impact hebben.'

Heb je ooit zo dichtbij de 21-jarige versie van jezelf gestaan?

'Nee. Ik ben nu in de 50 en na al die jaren voel ik weer dat ik die kant op ga. Af en toe krijg ik weer een klein beetje dat gevoel van toen terug. Dat is soms schrikken. Je wordt overspoeld. Maar het is het absoluut waard.'

De MDMA-behandeling werkt echt voor mij. Ik hoop dat deze therapie er voor iedereen mag zijn, mocht daar een indicatie voor gesteld worden. Ik vind het belangrijk dat patiënten die worstelen met PTSS in de toekomst van de MDMA-behandeling gebruik kunnen maken.'

Arjen van Lil – Onderzoeker/beleidsadviseur bij ARQ Kenniscentrum Oorlog, Vervolging en Geweld en eindredacteur van *Impact Magazine*.

MDMA PSYCHOTHERAPIE

In de studie naar MDMA-ondersteunde psychotherapie bij ARQ Centrum⁴⁵ ontvingen de deelnemers in totaal elf psychotherapie sessies, begeleid door twee therapeuten. Tijdens twee van deze sessies, die elk acht uur duurden, werd MDMA ingenomen. De geestverruimende effecten van MDMA katalyseren de therapie door het vergroten van compassie en het tijdelijk verminderen van schuldgevoelens en schaamte. Hierdoor zijn de deelnemers beter in staat moeilijke emoties te verwerken en nieuwe inzichten te verwerven. De studie is inmiddels afgerond en er kunnen geen deelnemers meer aangemeld worden.

Interview met Melina Kappeyne van de Coppello-Rakic, voorzitter Raad van Bestuur ARQ Nationaal Psychotrauma Centrum



Foto Marie Breeckman

‘De kans om bij ARQ te gaan werken komt maar één keer in mijn leven voorbij’

Melina Kappeyne van de Coppello-Rakic

Ze vluchtte als 24-jarige voor de oorlog in Joegoslavië. Eenmaal in Nederland moest ze er zelf wat van zien te maken. Onlangs begon Melina Kappeyne van de Coppello-Rakic als voorzitter van de Raad van Bestuur van ARQ Nationaal Psychotrauma Centrum. ‘ARQ zal nog meer moeten gaan werken aan de verhoging van de veerkracht van de samenleving.’

Door Nienke Smit

Je werkte bij een forensische organisatie toen je door ARQ benaderd werd met de vraag om te solliciteren voor de functie van voorzitter van de Raad van Bestuur. Was je gelijk enthousiast?

‘Ik was in eerste instantie een beetje afhoudend, tot ik de website van ARQ wat aandachtiger bekeek. Toen zag ik dat ARQ niet alleen met getraumatiseerde mensen werkt, maar ook aan de voorkant zit, in de preventie. Er wordt gekeken hoe er voorkomen kan worden dat mensen naar de behandelkamer moeten komen, er worden mensen behandeld en ARQ geeft organisaties, zoals de politie en de brandweer, tools hoe zij hun medewerkers goed kunnen opvangen. Er is hier dus, naast kennis over trauma, ook veel kennis rondom veerkracht. Die kennis

is er op alle niveaus: bij individuen, in organisaties, nationaal en internationaal. Al dat werk gebeurt maar met weinig mensen, vierhonderd ongeveer. Toen ik dat allemaal zag dacht ik: “De kans om hier te gaan werken komt maar één keer in mijn leven voorbij”.

Je hebt in de jaren '90 de oorlog in Joegoslavië meegemaakt, wat hebben die ervaringen met jou gedaan?

‘Na drie jaar in de oorlog te hebben geleefd ben ik op 24-jarige leeftijd zonder mijn familie naar Nederland gevlucht. Nederland voelt voor mij inmiddels als mijn thuisland, maar de ervaringen in de oorlog en de vlucht naar Nederland hebben mij niet koud gelaten. Hoewel ik heel warm verwelkomd werd in Nederland, voelde ik mij

eenzaam. Zeker in die eerste maanden. Ik kreeg gelukkig snel een baan en kon mijn leven hier opbouwen. Tot jaren later de oorlog in Oekraïne uitbrak. De energiecrisis ontstond, wij gingen thuis minder stoken. Ik zag beelden op televisie en hoorde verhalen op de radio die maakten dat het was alsof ik mij weer in Bosnië bevond. Ik zat te werken thuis en ik kreeg het steeds kouder. De beelden van de oorlog in Oekraïne en de kou thuis maakten dat ik traumaklachten kreeg. Ik heb in de oorlog in Bosnië drie hele koude winters meegemaakt. Als het buiten min 20 is en je hebt geen stroom en verwarming, dan krijg je het niet meer warm. Dat werkt ook mentaal door. De kou in mijn huis triggerde bekende symptomen van psychotrauma. Een vriendin van mij trok aan de bel en regelde een psycholoog voor mij. Opeens zat ik aan de andere kant van de tafel. Door de behandeling kwam ik erachter dat er dingen waren die niet normaal waren, maar die ik wel als normaal ervoer. Ik sliep bijvoorbeeld altijd onder een dik dekbed, of het nou winter of zomer was. Als ik op vakantie was in Italië en ik zag dat er dunne lakens op bed lagen, vroeg ik altijd of ik extra dekens kon krijgen. De eigenaar van zo'n vakantiehuis keek altijd wel een beetje raar, maar ik dacht dan: "Nou en, ik ben gewoon wat kouwelijk". Ik legde nooit het verband met mijn ervaringen in Bosnië.

Hoe beïnvloedt deze achtergrond jouw werk binnen ARQ?

'Er zijn verschillende manieren van coping in moeilijke omstandigheden. Ik ben enorm gaan overleven en heel strijdbaar geworden. Naast de oorlogservaringen ben ik opgegroeid aan de rand van een achterstandswijk. Ik ben opgegroeid met allemaal jongens in de buurt. Daar is mijn persoonlijkheid ook door gevormd. Ze kregen mij niet klein. Als er een ruzie was en ik een dreun kreeg, dan stond ik op en ging ik verder. Deze coping zette ik toen ik in Nederland aankwam ook in. In Nederland zag ik vaak Bosnische mannen die gekrenkt en getrauma-

tiseerd waren, en vervolgens opgaven. Dat resulteerde erin dat zij depressief en machteloos werden. Dit in tegenstelling tot vrouwen. Alsof die beter hun veer-

kracht konden aanspreken. Voor mij was het: "Ik heb niets meer, ik heb geen thuisland meer. Ik heb geen grond waarop ik kan terugvallen, dus ik moet er zelf wat van maken". Die houding heb ik in mijn bestuurlijk werk nu ook: "Er is een probleem, maar we fixen het". Ik werk enorm hard. Dit doe ik omdat ik vind dat je mensen, organisaties en samenlevingen moet helpen die ernstige dingen meemaken en daarvan beschadigd raken, wat vervolgens ook een enorme impact heeft op hun omgeving.'

'Naast mijn levenservaringen breng ik ook mijn culturele achtergrond mee. Als ik naar mijzelf kijk: ik praat luid, ik ben groot, ik praat met een Bosnisch accent.

Dat is voor anderen soms overweldigend. Maar aan de andere kant, ik kon bij een vorige baan in een rechtszaak tegen de staat, met mijn accent, duidelijk maken wat het voor medewerkers in de zorg betekent om agressief te worden bejegend, en hoe het voor een team is om dag in en dag uit met die dreiging te werken. Dat deed ik op een andere manier dan een Nederlandse bestuurder zou

'Ik heb niets meer, ik heb geen thuisland meer. Ik heb geen grond waarop ik kan terugvallen, dus ik moet er zelf wat van maken'

doen. Met een enorme directheid. Nederlanders zijn veel behoudender. Bosniërs schetsen situaties heel levendig. Zij beschrijven precies wat ze zien, doen dat ook nog eens beeldend en theateraal en kunnen er grappen over maken. Een Bosniër kaart een kwestie aan en zoekt



Foto Marie Boeckman

direct ook naar verbinding. Dat is net wat anders dan de directheid van Nederlanders.'

Je benadrukt naast de kwetsbaarheid die kan ontstaan na het meemaken van een traumatiserende gebeurtenis ook de kracht van mensen. Hoe werk je als psychiater en bestuurder met die kracht?

'Waar ik ook gewerkt heb, als teampsychiater of als bestuurder, er is bij patiënten en binnen organisaties altijd veel kracht aanwezig. Bij Trajectum heb ik een patiënt gehad met een IQ van 60, die een ellendige jeugd had gehad en nu een tbs-maatregel opgelegd had gekregen. Hij had via zijn Smart televisie ingebroken in de computersystemen van onze zorgorganisatie. Hij kon onder andere zien wat onze bestuurssecretaris verdiende. Ik vind dat geniaal. Dan denk ik niet dat we zijn verlof in moeten trekken, dan denk ik: "Hoe kunnen wij van dit talent gebruik maken?"'

'In de persoonlijke verhalen van getraumatiseerde patiënten zitten vaak al heel veel krachten. Denk bijvoorbeeld aan mensen die seksuele uitbuiting hebben overleefd. Mensen kunnen daaraan onderdoor gaan. Maar uiteindelijk is dat bij de mensen die naar ons toe komen niet gebeurd. De vragen die we moeten stellen zijn: "Wat zit er in jouw intellect, wat zit er in jouw vaardigheden, en wat zit er in jouw wijsheden waarvan wij kunnen leren en wat jij kunt inzetten om op een gezonde manier een hogere kwaliteit van leven te krijgen?". Als organisatie moeten we dit ook bij onszelf doen. Welke krachten zitten er binnen de organisatie die we kunnen aanboren om steviger te worden? Veel mensen die binnen ARQ werken kiezen er voor ergens helemaal voor te gaan. Mijn taak als bestuurder is altijd talent management.'

Waar wil jij met ARQ in de komende jaren naartoe?

'Ik geloof dat je psychotrauma alleen kunt begrijpen als je het multidisciplinair benadert. Niet alleen psychologisch, maar ook maatschappelijk en in de context van de geschiedenis. Bij ARQ weten wij heel goed hoe we trauma kunnen behandelen, maar kunnen we ook de context organiseren. Wij doen dat bijvoorbeeld door consultaties aan te bieden aan andere hulpverleners. Binnen al onze organisatieonderdelen wordt hoog specialistisch werk geleverd. De kennis die wij hebben moeten we de komende jaren uitbreiden en breder inzetten in de samenleving. Niet door meer mensen in dienst te nemen, maar door ons anders te gaan organiseren.'

'Daarnaast zoeken wij constant naar nieuwe interventiemogelijkheden, zoals bijvoorbeeld met MDMA onder-

'Ongelijkheid heeft een enorme invloed op de weerbaarheid van mensen en het ontstaan van psychiatrische stoornissen'

steunde behandelingen en 3MDR. Ik denk dat we de verbindingen binnen de organisatie en met andere organisaties nog kunnen versterken. Met zowel de eerste lijn en de tweede lijn als ook binnen het sociaal domein. Dit kunnen we doen door echt de boer op te gaan. Voor ARQ komen de opgaven vanuit de maatschappij. Als je weet wat er in de maatschappij speelt, dan vloeit ons werk daaruit voort. Er zit zoveel wijsheid in deze organisatie. Ik heb de medewerkers van ARQ nodig om de strategie voor de komende jaren uit te werken. Als ik zou zeggen: "Ik weet wat er precies moet gebeuren", dan is dat de ouderwetse geneeskunde. U hoest, u heeft de ziekte en dan gaat de dokter dat oplossen. Maar een vraagstuk moet gezamenlijk gevormd en opgelost worden.'

Je begint als voorzitter van de Raad van Bestuur in een tijd dat er nationaal en internationaal politieke verschuivingen naar radicaal-rechts plaatsvinden. Hoe gaat ARQ zich daarin positioneren?

'Wij hebben de taak om over die maatschappelijke opgave na te denken. De ongelijkheid binnen de maatschappij neemt toe, door de economische omstandigheden, maar ook door de klimaatveranderingen. Er is nu meer instabiliteit. Met de klimaatveranderingen verwacht ik meer conflicten en vluchtelingenstromen. Wij moeten bedenken hoe we daar in Nederland op inspelen, maar ook wat we lokaal kunnen doen. Wij moeten ook meer werken aan de randen van de Europese Unie, bijvoorbeeld in Italië en Griekenland. Daar is een constante poort voor vluchtelingenstromen, ook georganiseerde criminaliteit. Dat teistert die landen al eeuwen, wij moeten bedenken wat wij daarin kunnen betekenen. En meer lokaal: waar ik mij zorgen om maak is wat maakt dat zoveel mensen in Nederland zich niet gehoord en achtergesteld voelen. Ongelijkheid heeft een enorme invloed op de weerbaarheid van mensen en het ontstaan van psychiatrische stoornissen inclusief psychotrauma. Ik ben bezorgd over het feit dat een flink deel van Nederland heel kwetsbaar is en dat het groter wordt. ARQ zal nog meer moeten gaan werken aan de verhoging van de veerkracht van de samenleving.'

Nienke Smit – Klinisch psycholoog bij ARQ Centrum'45 en hoofdredacteur van *Impact Magazine*.



Ik bel aan. 'Joe-hoe', klinkt het na enige vertraging. Ik hoor geschuifel. We worden hartelijk ontvangen door mijn oma. Een gekromde rug achter een looprek, grijze haren en vriendelijke oogleden die zijn gaan hangen; een broze aanblik. Achter in de ruimte zit mijn opa. Ooit een wereldreiziger, nu zijn de paar meter naar de deur in het verzorgingstehuis te veel en blijft hij zitten.

'Hard en langzaam graag. De hersenpan van deze opa werkt helaas niet meer zo goed. Ach, weet je, ik denk dat ik dementie heb. Ik vrees dat ik het heb. En het venijn is, ik kan de nieuwe herinneringen niet meer goed opslaan. Maar ik weet nog elk detail van die vervloekte tijd'.

Ik bezoek mijn opa en oma op 4 mei samen met mijn elfjarige zoon Mees. Elf jaar was ook de leeftijd die mijn opa had toen hij de bombardementen in Den Helder meemaakte. Zijn wereld wordt kleiner en de oorlogsperiode levendiger. Er ligt een boek op de salontafel over Den Helder. De hele familie heeft zich er overheen gebogen, sommigen zeggen dat opa het echt moet lezen zodat hij het kan verwerken, anderen zeggen dat hij het moet laten rusten. Mees en ik nemen plaats op de gecapitonnerde kersenhouten stoelen. Het tempo van ons leven vertraagt en mijn opa vertelt ongevraagd op felle toon de voor mij bekende verhalen hoe hij als jonge jongen een dode man zag liggen en hoe hij angstig school voor de bommen. Achter zijn verhalen sluimert de eenzaamheid.

'Oma, hoe was de oorlogsperiode eigenlijk voor u?' Mijn oma is verrast door de vraag en legt uit dat ze niet zo veel heeft meegemaakt. Niet zoals opa. Maar als ik aandring op haar onderbelichte verhaal vertelt ze dat ze, ondanks een pittige periode tijdens de hongerwinter, er goed doorheen is gekomen. 'Mijn vader hield het koppeltje goed bij elkaar. Hij zorgde goed voor ons. Ik kon altijd bij hem terecht. Ook heb ik ontzettend veel aan mijn vriendinnen gehad. Mees, heb jij vrienden en vriendinnen?'

Mees had aandachtig zitten luisteren en was zichtbaar onder de indruk van deze ontmoeting. De vraag was een welkome vraag, iets meer lucht. En Mees vertelt over zijn beste vriend. Hoe ze voor elkaar op komen. En hoe ze nooit langer dan een half uur ruzie kunnen hebben en het dan goed maken door één mompelende sorry. Na wat gepruts met de nieuwe sluitdop, schenkt oma nog een glaasje appelsap in en als we bijna vertrekken, richt mijn wijze oma zich nog tot Mees en zegt ze:

'Iedereen maakt wel eens moeilijke dingen mee en dan moet je dapper zijn. Zorg maar dat je 't niet alleen doet. Zoek maar iemand op, een vriend of je moeder. Samen kan je best heel dapper zijn.'

Marloes de Kok - GZ-psycholoog kind & jeugd en systeemtherapeut bij Arq Centrum'45. Kleindochter van oma Corry (95 jaar), opa Theo (94 jaar) en moeder van Mees (11 jaar).

Intergenerationele dapperheid

De rouwrevolutie: enkele kanttekeningen

Onlangs verscheen in de weekendeditie van de Vlaamse krant *De Morgen* een artikel over de actuele ontwikkelingen in de rouwcultuur, waarbij deze werden omschreven als 'de rouwrevolutie'. Rouw is en mag overal zijn, zo stelt deze revolutie. Maar is dit wel de juiste manier om met rouw om te gaan?

Door Johan Maes

Eerst en vooral kan ik alleen maar toejuichen dat er veel nieuwe initiatieven ontstaan om rouw meer bespreekbaar te maken in onze samenleving, meer onderdeel van het leven te maken en bestaansrecht te geven in de privé- en publieke sfeer. Ik vind echter de term *rouwrevolutie* ongepast en niet geschikt. Ten eerste klinkt het nogal gewelddadig en bruusk voor een ontwikkeling die reeds twintig of dertig jaar geleden zachtjes is ingezet en verder evolueert. Dit dankzij de vernieuwende inzichten uit het wetenschappelijk onderzoek rond rouw aan het eind van de 20e eeuw. Ten tweede schuilt er ook een gevaar in dat de huidige ontwikkelingen vrij kritiekloos worden aangenomen als de nieuwe norm in onze rouwcultuur. Sommige opvattingen zijn minder revolutionair dan ze lijken en houden oude mythes in stand. Ik wil hier dan ook enkele kanttekeningen bij maken.

Rouwen is niet duizend keer je verhaal vertellen

Een oude rouwmythe zag ik verwoord worden in de zin 'als rouwenden duizend keer hun verhaal willen vertellen dan moeten ze dat kunnen doen'. En dan komt het er vooral op aan dat de omgeving blijft luisteren. Rouwenden en hulpverleners zijn dan ook erg kritisch naar een maatschappij die dit geduld niet kan opbrengen of hiervoor de draagkracht mist. Dit sluit aan bij de overtuiging dat goed rouwen bestaat uit het ervaren van alle pijnlijke emoties en de expressie ervan. Het herhaald uitspreken van het verliesverhaal met alle daarmee verbonden pijnlijke gevoelens en gedachten zijn noodzakelijk voor een goed rouwproces en zouden

leiden tot een soort oplossing. Ik geloof niet dat dit helpend is. Niet voor de omgeving, niet voor de rouwende zelf. Dit repetitief, chronisch en passief spreken over het verlies, de oorzaken en de impact met focus op de negatieve gevoelens en gedachten is eerder een vorm van rumineren.

In de 25 jaar dat ik rouwtherapeut ben geweest in mijn praktijk, heb ik veel geleerd van mijn cliënten. Zo kwam er een vrouw bij mij die haar enige zoon had verloren in een auto-ongeval. Ze was haar moeder verloren op elfjarige leeftijd en ook haar zus op jonge leeftijd aan borstkanker. Ondraaglijk veel verlies. Ze uitte in de sessies haar boosheid op alles en iedereen. Ze had zichzelf geïsoleerd, haar eigenwaarde was aangetast, ze vond het leven zinloos en de toekomst overbodig. Ik liet haar maar vertellen en verdween mee in de put van onmacht en depressie. Na een sessie liep ze bozer naar buiten dan dat ze binnenkwam. Wat ze eigenlijk deed, was de grote pijn vermijden van de dood van haar zoon en alle verliezen in haar leven. En dat deed ik ook. Door die pijn uit te sluiten, sloot ze ook de verbinding met haar zoon af. Het was pas toen we dit ontdekten, dat het eigenlijke werk kon beginnen.

Er is hierbij dus ook het risico van co-rumineren, waarbij we met elkaar excessief angsten, zorgen en verdriet blijven delen waardoor we elkaar in de put praten. Dit is een aandachtspunt voor lotgenotengroepen waar het herhaald vertellen van traumatische verlieservaringen met bijhorende emoties eerder contraproductief kan zijn



en her-traumatiserend. Rouwenden zijn vaak erg streng voor hun directe omgeving die het blijkbaar niet langer kunnen opbrengen om naar hen te luisteren. Misschien gaan we hier te vaak in mee en kunnen we hen beter helpen wanneer ze niet langer duizend keer hetzelfde verhaal hoeven te vertellen.

Rouw en trauma zijn verschillende dingen en vragen een verschillende aanpak

Bovendien onderkent men onvoldoende de traumatische impact van verlies en wordt trauma op dezelfde wijze aangepakt als rouw. Dit is echter totaal verschillend. In een interview naar aanleiding van het uitbrengen van haar nieuwe film *Het smelt* gaf de Vlaamse regisseur Veerle Baetens aan dat ze op advies van een psychologe tegen hun behoefte in moesten gaan om na het uitspelen van een traumatische scène in elkaars armen te vallen en elkaar te troosten. Integendeel, men raadde de acteurs en actrices aan Tetris te spelen. Dit houdt een ander deel van het brein bezig zodat je de traumatische gebeurtenis niet steeds gaat herbeleven (door het repetitief met alle beladen details te blijven hervertellen) en voorkomt men een posttraumatische stressstoornis (PTSS). Het is opvallend dat men geen enkel probleem heeft om al over een stoornis te spreken als de symptomen langer dan één maand duren, dit in tegenstelling tot de rouwstoornis waar men steigert bij het criterium dat de rouwsymptomen waaraan men lijdt niet langer dan één jaar mogen duren.

De vrouwelijke talige rouwstijl is (té) dominant

Een andere ontwikkeling in de rouwzorg is de vervrouwelijking en de té grote focus op de talige vrouwelijke rouwstijl. Het is duidelijk dat de nieuwe rouwcultuur voor 90 procent wordt uitgedragen door vrouwen. In de tien jaar dat ik coördinator was van het postgraduaat Rouw- en Verliesconsulent aan de Artevelde Hogeschool hadden zich elk jaar maximaal een of twee mannen ingeschreven op de 20 tot 24 deelnemers. Op studiedagen over rouw of in rouwcurssussen/groepen is het aantal mannen op één hand te tellen. Rouwbegeleiders, -coaches en -therapeuten zijn voornamelijk vrouwen. Dit sluit natuurlijk aan bij de algemene trend van vervrouwelijking in de zorg. Hierbij ligt de focus dan ook te sterk op het uiten van gevoelens en het spreken over het verlies. De affectief communicatieve rouwstijl dreigt de nieuwe norm te worden. Zo las ik in het artikel de uitspraak dat je bijvoorbeeld 'ook op [in een] restaurant zou moeten kunnen huilen'. Afgezien van het feit dat ik geen enkele mannelijke vriend ken die in een restaurant zou willen huilen (wat voor alle duidelijkheid natuurlijk niet verboden is), is het net goed dat er plekken zijn waarin

je je pijn even niet hoeft te voelen of te uiten en waar ook lachen als onderdeel van rouw wordt toegestaan. Je kan ook perfect gezond rouwen zonder één traan te laten. Het uitspreken van gevoelens staat bovendien niet noodzakelijk gelijk aan verwerking. Een blijvende focus op het uiten van de pijnlijke emoties kan deze intensifiëren en de duur ervan verlengen. Een mannelijke meer actiegericht en instrumentele rouwstijl kan ook zeer effectief zijn.

Alles wordt genormaliseerd: rouw is géén ziekte, maar maakt ziek

De rouwrevolutie betoogt dat alles mag en alles OK is in rouw. Normaliseren is inderdaad een belangrijke taak voor de rouwbegeleider en we geven terecht aan dat iedereen rouwt in eigen tempo, intensiteit, kleur, betekenisgeving en expressiewijze. Dit is begrijpelijkerwijs ontstaan uit tegenreactie op de foute maatschappelijke normering dat pijnlijke rouwreacties - liefst in zo kort mogelijke tijd - moeten worden verwerkt en dus opgelost zijn, waarbij intense rouw die langer dan een jaar duurt pathologisch is. Maar soms moet je als omgeving ook durven zeggen dat het niet OK is: dat rouwen niet hoeft te betekenen dat men mee sterft met de geliefde; dat schuldgevoelens niet de enige manier zijn om in verbinding te blijven met je geliefde; dat een tijdje te veel alcohol drinken helpend is geweest om te grote pijn te verdoven maar dat er nu een alcoholverslaving dreigt; en dat kwaad zijn en blijven op alles en iedereen wellicht helpt om het gemis niet te moeten voelen maar dat je daarmee iedereen om je heen ook wegduwt en jezelf isoleert.

Uit onderzoek is herhaaldelijk bevestigd dat ongeveer 10 procent van de rouwenden in een gecompliceerd rouwproces terecht komt. De diagnose van de Gecomplieerde Rouwstoornis roept veel weerstand op waarbij men opmerkt dat rouw géén ziekte is. Inderdaad, rouw is géén ziekte, kent géén eindpunt, ontwikkelt zich door ons leven heen, kent opstoten van intense pijn ook na véle jaren. Maar, ingrijpend verlies en rouw kunnen leiden tót ziekte, tot ernstige beschadiging op het vlak van fysiek en mentaal welzijn. De erkenning van gecompliceerde rouw als een stoornis betekent niet dat iemand gek is, wel dat er erkenning is voor het ontzettend grote lijden waarin iemand is vastgelopen na een ingrijpend en traumatisch verlies. Duizend keer opnieuw het verhaal vertellen kan hier een symptoom van zijn.

Verwerken moet niet op de schop

Er is de neiging om het woord 'verwerken' van verlies te bannen omdat het volgens sommigen de verlieservaring



en de overledene geweld aandoet. Verwerken van verlies zou ook de connotatie hebben met de mogelijkheid dat verlies sowieso iets is dat kan worden verwerkt, oftewel opgelost, afgesloten, beëindigd. Bovendien geven sommige rouwenden de boodschap dat ze hun verlies niet willen verwerken alsof dat zou betekenen dat ze hun overleden geliefde zelf verwerken of wegwerken. Maar ons rouwwerk heeft ook een positieve functie: verwerken betekent 'iets tot iets anders maken' waardoor het meer verteerbaar en draagbaar wordt en bijdraagt tot het leven en tot wie we zijn (wat niet belet dat ook jaren na datum nog ondraaglijke momenten kunnen worden ervaren).

Terecht is er 'een Réveil' (zo heet de beweging die pleit voor een rouwrevolutie in Vlaanderen) waarbij we ontwaken uit de nachtmerrie van een samenleving die collectief aan rouwenden oplegt hoe ze horen te rouwen en waarbij rouw als een soort ziekte of negatieve levenservaring wordt beschouwd die zo vlug mogelijk moet worden verwerkt of beëindigd. We ontwikkelen terecht meer begrip en respect voor rouw als een uniek en persoonlijk beleefde ervaring. Rouw is uniek, maar als menselijk fenomeen ook universeel. Er zijn patronen herkenbaar, het heeft een bepaalde structuur en proces waardoor we iets kunnen 'normaliseren'. Beter uitgedrukt: we kunnen mensen geruststellen dat hun ervaring, gedachten, gevoelens en gedragingen herkenbaar zijn als horend tot het rouwproces of tot een trauma. Maar die unieke persoonlijke ervaring kan ook uiting zijn van een vastgelopen en complex rouwproces en soms kan het meer heilzaam zijn als we mensen helpen

om te temperen en af te grenzen dan aan te moedigen om voor de duizendste keer hun verhaal te vertellen. Rouwen is je kunnen openen én sluiten.

Natuurlijk moeten we hen hier niet in veroordelen of afwijzen, integendeel, we honoreren hun pijn maar kunnen hen ook op een draagbare manier leren kijken naar iets wat ondraagbaar is. Je kan je lijden vergroten door de pijn vast te houden en te rumineren omdat dit de enige manier is die je kent om in verbinding te blijven met je geliefde. Je kan vast blijven houden aan het verlangen naar de concrete aanwezigheid van de geliefde en de transfer niet maken naar de symbolisering en verinnerlijking van de geliefde. Je kan weigeren de stap te zetten van overleven naar herleven met het vinden van nieuwe doelen, betekenis en zin in het leven. Rouwwerk is echter een transformatieproces waarbij de geliefde verhuist van onze buitenkant naar onze binnenkant. In dit proces wordt de pijn meer behapbaar en herdefiniëren we onszelf zodanig dat we het gemis én de geliefde kunnen verweven in ons leven. Dát is de echte revolutie!

Laat ons in het rouwréveil waakzaam zijn en kritisch blijven voor oude mythes die roesten en nieuwe mythes die ontstaan. Maar hoe dan ook, het is fijn te ervaren dat er een nieuwe wind waait door het verlieslandschap en rouw en de rouwende steeds meer bestaansrecht krijgt.

Johan Maes - Psychotherapeut, rouwtherapeut en auteur van diverse artikelen en boeken over rouw, te vinden op: www.johanmaes.co.

Toen ik onlangs hoorde van het overlijden van Trijneke Blom-Post op 90-jarige leeftijd, gingen mijn gedachten terug naar de boeken die ik over haar vader Johannes Post las en naar de indrukwekkende documentaire die over de kinderen van deze verzetsstrijder is gemaakt.

Johannes Post 'reist' mijn hele leven al met mij mee. Het eerste boek dat ik als kind (geb. 1971) las over de Tweede Wereldoorlog, was de levensroman die Anne de Vries over hem schreef. Ik verslond het boek over de onverschrokken verzetsman met een rotsvast geloof in God, die zijn leven gaf voor het vaderland. Het boek nam ik mee toen ik op 19-jarige leeftijd ging studeren en staat nog altijd in mijn boekenkast.

De gereformeerde Post was landbouwer in het Drentse Nieuwlande toen de Duitsers op 10 mei 1940 Nederland binnenvielen. Nadat hij aanvankelijk 'kleine' illegale activiteiten uitvoerde, raakte hij betrokken bij het gewapend verzet. De knokploeg (KP) die hij aanvoerde, was verantwoordelijk voor tal van overvallen om distributiebonnen voor onderduikers, wapens en officiële documenten te bemachtigen.

Een poging om een groot aantal verzetsstrijders te bevrijden uit het Huis van Bewaring aan de Weteringschans in Amsterdam werd Post eind juni 1944 fataal. De bevrijdingsactie werd verraden en de overvallers werden door de Duitsers gearresteerd. Post werd in de duinen bij Overveen gefusilleerd. Zijn vrouw Dien was (onwetend) zwanger van haar achtste kind toen hij stierf.

Enmaal volwassen is Johannes Post mij blijven boeien. De in 1995 verschenen biografie van de hand van Geert C. Hovingh las ik in een ruk uit. In *Johannes Post. Exponent van het verzet* worden de moed en de idealen van de verzetsman niet betwist, maar Hovingh laat zien dat hij ook een avonturier was, die een aantal malen ondoordachte, soms zelfs onverantwoordelijke acties ondernam, zoals het in brand steken van boerderijen van NSB-boeren en bepaalde liquidatiepogingen. De biograaf maakt van de mythe die De Vries in zijn levensroman creëerde, weer een mens. Een mens met sterke in het oog springende kanten, maar ook iemand die fouten maakte.

De levensroman en de biografie van Post maakten in verschillende fases van mijn leven indruk op mij. Maar de documentaire die Geertjan Lassche in 2019 over de verzetsman maakte, raakte mij diep. Lassche stelt in *De erfenis van een verzetsheld* niet Johannes Post, maar zijn vier nog levende kinderen centraal. Lassche was erachter gekomen dat Hermien (77), Gerard (79), Anneke (84) en Trijneke (85) nog nooit met elkaar hadden gesproken over hun gezamenlijke oorlogswonden. Hun eigen verhaal had altijd in de schaduw van de verzetsheld gestaan. De documentairemaker zet de waarheid niet naar zijn hand. De kinderen praten niet samen, maar ieder apart met hem, aan een tafel in een zo getrouw mogelijk nagebouwde keuken uit hun jeugd.

En wat blijkt: Ze kijken heel verschillend terug op de rol van hun vader in de oorlog en de eer die hem na de bevrijding postuum ten deel is gevallen. Gerard ziet zijn vader als een held. Anneke is hem dankbaar dat hij Joden redde. Verwijten maakt zij hem niet, ook al heeft het gezin een leven lang voor zijn keuzes moeten betalen. 'Dat heb ik ervoor over', zegt zij. Dochter Trijneke zucht diep als de documentairemaker haar vraagt wat zij haar vader nog zou willen vragen, als ze de kans zou krijgen: 'Pffff, ja, hoe heb je ons in de steek kunnen laten?'

Een paar dagen nadat ik hoorde van het overlijden van Trijneke Blom-Post, heb ik de documentaire *De erfenis van een verzetsheld* online teruggekeken. Toen na een klein uur de aftiteling begon, was ik opnieuw ontroerd door het achtergebleven gezin Post dat een leven lang zweeg over de oorlogswonden.

Richard Hoving – Historicus, senior beleidsadviseur en onderzoeker bij ARQ Kenniscentrum Oorlog, Vervolging en Geweld en eindredacteur van *Impact Magazine*.



Foto Angeliek de Jonge

Kinderen van een verzetsheld



Foto VPRO-2DOC

Scène uit 'De erfenis van een verzetsheld'. Dochter Trijneke en achterkleinkind Noor praten over verzetsheld Johannes Post.



Bewerkte foto Hans van Bruksvoort

5 vragen aan Mathilde Overbeek

'De ouder-kindrelatie is de sleutel tot verandering'

Wat hebben zorgprofessionals nodig om effectief om te gaan met trauma's bij ouders en kinderen?

'Er moet voldoende aandacht zijn voor de relatie tussen het kind en ouder, pleegouder, verzorger of mentor. Wanneer een kind in de behandelkamer zit, is het belangrijk om ook het systeem en de omgeving mee te nemen, omdat een kind nog zo verweven is met zijn of haar context. De ouder of verzorger speelt een cruciale rol als steunfiguur.'

Je hebt onderzoek verricht naar de impact van trauma op de interactie tussen ouder en kind. Wat kwam je in dat onderzoek tegen?

'Het onderzoek was gericht op hoe ouder-kind gesprekken bij kunnen dragen aan het begrijpen en reguleren van de emoties van kinderen. We vroegen ouders en kin-

deren om samen te praten over hun emoties. Ze moesten een verhaal vertellen over momenten waarop het kind blij, boos, bang of verdrietig was. De manier waarop de kinderen met hun ouders dat verhaal vertellen, zegt iets over de kwaliteit van de interactie en hun relatie. Uit het onderzoek bleek dat gezinnen die een traumatische gebeurtenis hadden meegemaakt, het lastiger vonden om zo een verhaal te vertellen en ook een moeizamere interactie lieten zien tussen ouder en kind. Hoe stroever de interactie verloopt, des te groter de kans dat het kind problemen ervaart. Dit viel - in het onderzoek - dan ook samen met de mate van posttraumatische stress symptomen die het kind had. Uit de resultaten bleek dat de kwaliteit van de relatie tussen ouder en kind een heel belangrijke rol speelt om kinderen te laten herstellen van de traumatische gebeurtenissen. En dat is tegelijkertijd ook heel lastig, omdat een ouder ook worstelt met de dingen die hij of zij heeft meegemaakt. Toch

blijkt dat de ouder-kindrelatie de sleutel kan zijn tot verandering, daarom is die aandacht voor de relatie zo belangrijk en hoe je daar in kan faciliteren door bijvoorbeeld het sociale netwerk erbij te betrekken of interventies te bedenken.'

Ik heb begrepen dat je een gezinsbehandeling wilt ontwikkelen met Narratieve Exposure Therapie (NET) voor ouders en kinderen die traumatische gebeurtenis(sen) hebben meegemaakt. Wat was de aanleiding voor dit onderzoek en hoe ziet zo een gezinsbehandeling eruit?

'Bij nieuwe Narratieve Exposure-behandelaren kwam in de training vaak de vraag op of deze vorm van therapie ook voor gezinnen beschikbaar is, aangezien traumatische gebeurtenissen regelmatig het hele gezin treffen, zoals bij een oorlog, vluchtgeschiedenis of huiselijk geweld. Het voelt soms niet gepast om ouder en kind in zulke situaties apart te behandelen, omdat ze uiteindelijk ook samen verder moeten. Een gezinsbehandeling met het gebruik van deze vorm van therapie, kan de mogelijkheid bieden om gezinsleden samen heftige gebeurtenissen te laten verwerken, waardoor onderlinge steun en wederzijds begrip kan worden vergroot. Uiteraard moeten we dit voorstel nog verder uitwerken en in de praktijk gaan toetsen. Het idee is nu om in een pilot enkele gezinnen te gaan behandelen door Narratieve Exposure Therapie in te zetten. Dit houdt in dat twee behandelaren met het gezin een gezamenlijke levenslijn gaan neerleggen met touw of lint, om in kaart te brengen welke gebeurtenissen het gezin heeft meegemaakt. De positieve gebeurtenissen worden dan gesymboliseerd door bloemen neer te leggen en stenen staan voor negatieve gebeurtenissen. Vervolgens wordt er met de gezinsleden bepaald, waar ze last van hebben en wat ze met elkaar willen bespreken. Er wordt niet alleen stilgestaan bij de negatieve gebeurtenissen, maar er is ook aandacht voor de dingen die wel goed gaan en voor empowerment van het gezin. We hopen dat deze interventie uiteindelijk een gezin kan helpen om weer meer een eenheid te vormen en gezamenlijk een blik op de toekomst te kunnen werpen.'

Wat kan er nog verbeterd worden in de huidige traumabehandelingen bij kinderen en ouders?

'Momenteel ligt de nadruk in behandeling vooral op klachtenvermindering, wat begrijpelijk is. Ik zou graag zien dat er meer aandacht komt voor integratie van de ouderrol in de behandeling van ouders met psychotrauma. Het zou mooi zijn als er een laagdrempelig

ondersteuningsprogramma kan worden ontwikkeld en ingezet voor ouders met traumaklachten, zodat zij hulp kunnen krijgen bij de opvoeding van hun kinderen.'

Wat heb je als onderzoeker de afgelopen jaren geleerd over de manier waarop kinderen en ouders reageren op het verwerken van traumatische gebeurtenissen zoals een oorlog?

'Ik zie dat kinderen heel veerkrachtig zijn, omdat ze relatief jong en onbevungen in het leven staan, maar tegelijkertijd ook heel kwetsbaar zijn. Een stabiele jeugd en omgeving kunnen helpen om beter met traumatische gebeurtenissen om te gaan. Een kind dat opgroeit in een instabiele omgeving daarentegen, zoals in een gezin waar mishandeling plaatsvindt of waar geen sociale steun is, kan veel meer moeite hebben om dergelijke gebeurtenissen te verwerken. Een nieuwe traumatische gebeurtenis kan dan net de laatste druppel zijn. En bij een kind heb je de basis nog niet, wat kan betekenen dat ze zowel veerkrachtig als kwetsbaar zijn. Je hebt nog geen basis om op terug te vallen.'

Rosa-Lena van de Maat – Socioloog.

MATHILDE OVERBEEK



Mathilde Overbeek is research track coördinator en senior onderzoeker bij ARQ Centrum'45 Kind, Gezin en Trauma. Ze onderzoekt de ouder-kinddynamiek binnen de context van trauma. Daarnaast is ze verbonden aan de Vrije Universiteit Amsterdam, waar ze werkzaam is als projectleider en co-promotor.

‘Hechting is de directe oorzaak, oorlog de context’

Foto Unsplash

Een interview met klinisch psycholoog en psychotherapeut Anton Hafkenscheid over de naoorlogse generatie.

Door Arjen van Lil

Er heerst een serene sfeer in de woonkamer van het karakteristieke huis in Zwolle. Muziek uit de zeventiende eeuw, in een modern jasje, klinkt uit de speakers. ‘Dit is L’Arpeggiata, ken je dat? Ik vind dat heerlijk. Oud en nieuw komen daarin samen.’ Kleine kans dat ik dat kende. Goed klonk het wel. Anton Hafkenscheid werkt al bijna 40 jaar als klinisch psycholoog en psychotherapeut bij het Sinai Centrum, een landelijk expertisecentrum voor trauma gerelateerde klachten en PTSS. Als autoriteit op het gebied van de naoorlogse generatie, de kinderen van getroffenen van de Tweede Wereldoorlog, heeft hij honderden Nederlanders in zijn spreekkamer voorbij zien komen. Maar, zo vertelt Hafkenscheid, ‘De problematiek is soms lastig te definiëren, en voor mensen zelf kan het zeker moeilijk zijn om die te pinpointen.’ Ik vroeg hem naar de Nederlandse omgang met oorlogsgetroffenen, de hechtingsproblematiek die veelal binnen

de naoorlogse generatie speelt, en hoe we als samenleving tegenover een nieuwe oorlogsdreiging staan. Over oud, en nieuw – het klonk al uit de speakers.

Wat maakt het concept van de naoorlogse generatie zo ingewikkeld?

‘Naoorlogse generatieproblematiek werd veelal als een ziektebeeld gedefinieerd – en dat vind ik lastig. Sommige vakgenoten stelden voor dat het in de DSM [Diagnostic and Statistical Manual for Mental Disorders, red.] moest. Daar ben ik het nooit mee eens geweest. De DSM is een beschrijvend indelingssysteem, ‘naoorlogse generatieproblematiek’ veronderstelt oorzakelijkheid. De psychische klachten van kinderen van oorlogsgetraumatiseerden zijn niet scherp en eenduidig te onderscheiden van mensen die er niet toe horen. Zo kunnen beiden last hebben van interpersoonlijke problemen.

Het concept van de naoorlogse generatie is gelinkt aan de oorlog. Dat is heel zinvol geweest, maar het is iets dat wij hebben bedacht. Terwijl bij driekwart van de psychiatrische stoornissen in het algemeen we niet eens weten wat de oorzaak is! Die koppeling aan de oorlog is nuttig, maar niet per se wetenschappelijke houdbaar. Het heeft geen onomstotelijk aangetoonde rechtstreekse relatie tot de oorlog. Het concept is klinisch bruikbaar, maar wetenschappelijk niet.'

Gaat die koppeling van problematiek aan de oorlog dan werken als een omgekeerde bewijslast?

'Exact. Dat zie je nu ook bij de derde of vierde generaties. Zo helpend als het concept kan zijn, zo belemmerend kan het zijn.'

Die koppeling aan de oorlog is nuttig, maar niet per se wetenschappelijke houdbaar

Hoe kan het mensen belemmeren?

'Het kan ertoe leiden dat mensen andere factoren gaan negeren – factoren die er soms juist voor zorgen dat mensen vastlopen in hun leven. In onze groepsbehandelingen hebben sommigen er echt baat bij om niet alles op te hangen aan hun ouders en hun oorlog. Er zijn méér indirecte relaties dan directe relaties. Sommige mensen hebben de neiging om hun problemen één op één te verbinden aan de oorlog van hun ouders. Even belemmerend kan het zijn als mensen de betekenis van de oorlog die hun ouders beschadigde systematisch loochenen.'

Hoe moeten we daar dan mee omgaan?

'Het concept van hechtingsproblematiek is voor veel mensen onderliggend aan hun naoorlogse generatie problematiek. Het naoorlogse generatie concept verwijst naar historische gebeurtenissen waar de ouders slachtoffer van zijn geworden. Het hechtingsconcept heeft juist betrekking op de psychologische schade van ouders, waardoor ze niet meer in staat bleken om een goed hechtingsklimaat te bieden. Je zou de hechting dus als directe oorzaak kunnen zien, en de oorlog eerder als context. Als behandelaar kun je mensen dan beter van dienst zijn. Ik ben er beslist van overtuigd dat het nuttig is om mensen van hun achtergrond bewust te maken. Zo help je hen om hun valkuilen beter te identificeren. Ze kunnen zichzelf en hun ouders dan verontschuldigen. Maar de oorlog moet niet een exclusieve verklaringsfactor worden voor iemands psychische

problemen. Dat zou zelfs kunnen leiden tot passiviteit, terwijl therapie voor de naoorlogse generatie juist zoekt naar beweging.'

Maar de voorwaarde om in de groepsbehandeling te komen is die relatie met oorlog? En dan moeten mensen daar vervolgens dus vanaf stappen?

'Ja, die identiteit moet een hulpbron zijn, in plaats van een keurslijf. Wat je soms zag bij kinderen van oorlogsgetroffenen, is dat zij al het leed van een groep eigen maken. Overal herkennen zij zich dan in. Die groep verschafte hen een vorm van identiteit, dat van dé naoorlogse generatie slachtoffers. En daar werd ik steeds ongemakkelijker mee.'

Je bent dus van overtuiging veranderd?

'Vroeger was ik meer geneigd om de klachten van mensen een-op-een te relateren aan de ervaringen van hun ouders. Daarmee neigde ik de hechtingsproblematiek over het hoofd te zien. Ik zie nu meer indirect verband, waar ik voorheen die directe relatie dacht te zien. Ik wil het concept van naoorlogse generatieproblematiek vooral zien als een middel om hun ziektebeeld te begrijpen.

De focus ligt dus minder op hoe erg de oorlogsvolging en de verliezen van de ouders waren. Dat is natuurlijk wel belangrijk, maar ik ben er scherper op geworden om te kijken wat het kind van de naoorlogse generatie zélf met de opvoeding door getraumatiseerde ouders heeft gedaan. Welke leefregels neem je van thuis mee? En hoe kopieer je het gedrag van je ouders? Ik leg de focus dus meer op het nu. Wat ga je er nu mee doen? Ik wil mensen over de streep trekken in het aangaan van confronterende situaties en interpersoonlijke risico's.'

Zijn we ons in Nederland genoeg bewust van de doorwerking op de naoorlogse generatie?

'Nederland loopt behoorlijk voorop in de zorg voor oorlogsgetroffenen en de naoorlogse generatie. Er zijn weinig landen waar gespecialiseerde GGZ-instellingen zijn voor oorlogsslachtoffers en hun nazaten. Percentueel zijn in Nederland veel meer Joodse landgenoten gedeporteerd dan in België en Frankrijk. Slechts een klein deel keerde terug uit de concentratiekampen. Nederland had dus ook een schuld in te lossen. Je ziet zo'n beetje elk decennium weer hernieuwde aandacht voor de bezetting en de late gevolgen, inclusief transgeneratieve traumatisering. De hernieuwde aandacht gaat dan altijd gepaard met hoe huisartsen en de reguliere zorg beter geïnformeerd kunnen worden over de naoorlogse generatie. Maar de meeste huisartsen hebben al genoeg andere dingen aan hun hoofd.'



Foto Nadine Maas

Anton Hafkenscheid

Patiënten die succesvol zijn behandeld vertellen mij wel eens: 'Had ik dit maar 10 of 20 jaar eerder geweten.' Dat vind ik wel eens tragisch. Dat mensen dus lange tijd in de GGZ rondzwierven en hun problematiek niet voldoende werd gezien, al is het vaak onvermijdelijk. De zorg is overbelast en huisartsen hebben het zo druk. Voor verwijzers valt het echt niet mee om tweedegeneratie-problematiek te herkennen bij hun patiënten.'

En is dat problematisch?

'In Nederland hebben wij het over het algemeen goed. Er zijn psychiaters en psychologen die stellen dat de weerbaarheid van de Nederlander daardoor gering is. Dat vind ik zelf een cynisch standpunt, en ik deel het niet. Ik vind het een teken van beschaving dat Nederland in principe uitstekende GGZ voorzieningen kent. Een toenemend probleem binnen de GGZ vind ik dat zorg beschikbaar blijft voor mensen die die zorg het minst nodig hebben, en steeds minder beschikbaar komt voor mensen die deze zorg juist het meest nodig hebben. Bijvoorbeeld Jim van Os, hoogleraar psychiatrie aan het UMC, constateert dat zeer terecht.

Voor verwijzers valt het echt niet mee om tweedegeneratie-problematiek te herkennen bij hun patiënten

Ik ben een aanhanger van de theorie van John Bowlby. Als we in een zo vroeg mogelijk stadium ingrijpen in iemands onveilige gehechtheidsgeschiedenis, dan wordt onze samenleving daar alleen maar beter van. Daar ben ik heilig van overtuigd. Veel gezinnen in Nederland vallen uit elkaar en ik denk dat we daar vroeg bij moeten zijn. Als we mensen kunnen helpen om in hun kracht te komen, dan vind ik dat een teken van beschaving. Daarmee kunnen we veel schade in een later leven voorkomen en meer levensgeluk genereren. Daar mag meer aandacht voor komen.'

Hoe kunnen we dat doen in de toekomst?

'De kinderen van door de oorlog getraumatiseerde

Door een existentieel perspectief aan te nemen binnen de therapie kunnen mensen meer bezig zijn met hun leven, in plaats van met hun klachten

ouders treden nu zelf de laatste levensfasen binnen. Die realiteit moeten we in acht nemen. Existentiële vragen komen steeds meer aan de orde. Heb je iets van je leven gemaakt? Maak je nu nog iets van je leven? Daar kunnen therapeuten een slag in maken. We kunnen mensen namelijk leren om klachten te verdragen. Door een existentieel perspectief aan te nemen binnen de therapie kunnen mensen meer bezig zijn met hun leven, in plaats van met hun klachten. Dat zie ik als een belangrijke factor voor de toekomst. Deze nadruk is veel belangrijker dan enkel de klachten.'

We hebben het hier dus over een kwestie van existentiële aard.

'Veel mensen die ik zie hebben dysfunctionele patronen ontwikkeld. Het zijn interpersoonlijke problemen. Met iedereen ruzie maken; of nooit ruzie maken; altijd boven iemand willen staan; of een gebrek aan assertiviteit. Mensen moeten leren zich anders tot anderen te verhouden. Door mensen in gemengde groepen te behandelen kunnen ze dat goed oefenen. Heterogeniteit dwingt mensen om buiten hun eigen comfort te stappen.'

Je wilt voorkomen dat een homogene groep gezamenlijk één bepaald narratief gaat dragen?

'Ja, de exclusiviteit van het slachtofferschap en van het leed. Dat moeten we absoluut tegengaan. En dat lukt in onze therapiegroepen voor de naoorlogse generatie eigenlijk erg goed. Daar ben ik echt blij mee. Sommigen komen met een recalcitrante houding binnen, maar weten zich uiteindelijk heel goed te keren. Naast het existentiële is het interpersoonlijke dus heel belangrijk. Dat mensen leren zich beter en op een andere manier tot een ander te verhouden. Anders dan dat zij gewend zijn.'

Dus meer aandacht voor interpersoonlijke relaties, met de oorlog als één factor?

'Ja, de oorlog is een contextfactor die absoluut meespeelt. Op wetenschappelijk niveau weten we dat er een zekere relatie is tussen eigen oorlogservaringen en psychopathologie. Maar op individueel niveau kom je daar niet mee uit. Ik ken mensen die hun alcoholprobleem blijven toeschrijven aan de oorlog van hun

ouders. Of mensen die hun kinderen mishandelen en dat legitimeren door wat zij zelf hebben meegemaakt in oorlogssituaties. Als je deze mensen in een groep zet en groepsgenoten vertellen dat zij vergelijkbare situaties hebben meegemaakt, maar niet naar de drank grijpen of hun kinderen mishandelen, dan maak je gebruik van de kracht van de groep. Het is ontzettend belangrijk voor patiënten van de naoorlogse generatie om in een groep van anderen te horen dat zij met vergelijkbare problemen zitten. Daardoor wordt de ervaring minder eenzaam beleefd. Dat is de herkenning. Maar ook de confrontatie is belangrijk.'

Toch lijkt de dreiging van oorlog nu dichterbij dan ooit. Hoe zie je dat terug in de behandelkamer?

'De eerste weken nadat de oorlog in Israël en Palestina uitbrak heerste er wel paniek in de groepen, met name onder Joodse patiënten. Maar nu is de aandacht wat weggezaakt. Veel mensen die ik spreek worstelen al zó met hun leven, lopen zó vast in hun leven, dat dit eigenlijk het meest speelt. Ik vind wel dat behandelaars alert moeten zijn op maatschappelijke gebeurtenissen, op kleine en grote schaal. Wanneer Joodse begraafplaatsen worden beklad, of bijvoorbeeld het voorval met de Damschreeuwer een aantal jaren geleden. Het is belangrijk dat wij behandelaars ons daar bewust van zijn.

Of neem het bombardement van Nijmegen. Als je mensen helpt die kind zijn van ouders die daardoor getroffen zijn, dan vind ik dat je daar alert op moet zijn. Maar ik breng het niet als thema mee naar de behandelkamer. De oorlog in Oekraïne kwam bijvoorbeeld wel hard binnen bij onze veteranengroep. De inval van Hamas en het terugslaan van Israël ook: we kaarten het aan, en zetten de deur op een ruime kier om het erover te hebben. We willen vooral weten wat mensen dat persoonlijk doet. Politieke discussies horen echter niet in onze behandelgroepen thuis. Het gaat om universeel menselijke waarden. Daar helpen we onze patiënten - van de naoorlogse generatie of met een andere achtergrond - het meest mee.'

Arjen van Lil – Onderzoeker/beleidsadviseur bij ARQ Kenniscentrum Oorlog, Vervolg en Geweld en eindredacteur van *Impact Magazine*.

EERDER VERSCHENEN

Dit artikel verscheen eerder in *GGZ Vaktijdschrift*, 2024;1(7):18-21, DOI: [10.31739/GGZV.2024.1.18](https://doi.org/10.31739/GGZV.2024.1.18).

Herstellen van trauma

Een werkboek om los te komen van PTSS

Patricia A. Resick, Shannon Wiltsey Stirman & Stefanie T. LoSavio

NIEUWEZIJD'S 2024, 336 PAGINA'S, ISBN 9789057125973

Dit zelfhulpboek voor mensen die problemen hebben die duiden op symptomen van PTSS, is gebaseerd op cognitieve verwerkingstherapie (Cognitive Processing Therapy, CPT), een behandeling voor PTSS. Het biedt een stapsgewijs behandelplan met oefeningen en praktische hulpmiddelen die te downloaden zijn. Ook staan er verhalen in van anderen die naar herstel toewerken.



Heartly

Psycho-educatie over hechtingsproblematiek

Anouk van Dijk & Jichia Brauckman

SWP 2024, 36 PAGINA'S, ISBN 978908560331

Heartly is een kind met hechtingsproblematiek. In zijn verhaal wordt beschreven hoe dit kan ontstaan, wat de gevolgen zijn en wat eraan te doen is. Psycho-educatie over hechtingsproblematiek wordt uitgelegd in een eenvoudig verhaal voor kinderen, ouders/verzorgers en professionals. Geschreven door een kindertrauma- en een sociotherapeut die beiden in de jeugdzorg werken.

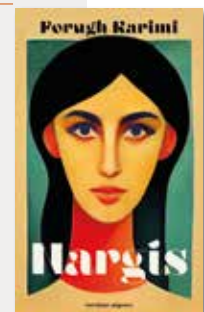


Nargis

Forugh Karimi

MERIDIAAN UITGEVERS 2023, 96 PAGINA'S, ISBN 9789493305403

Een novelle over de moeilijkheden en strijd van een Afghaans gezin om na de vlucht uit Afghanistan te overleven in Nederland. Het wordt verteld vanuit de hoofdpersoon Nargis (narcis), de dochter van het gezin, die alles doet om iedereen bij elkaar te houden.



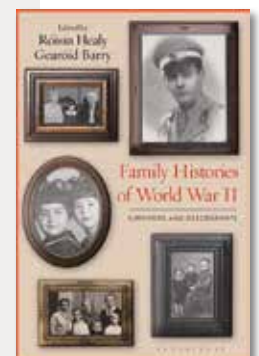
Family Histories of World War II

Survivors and descendants

Roisin Healy & Gearoid Barry (Eds.)

BLOOMSBURY ACADEMIC 2021, 256 PAGINA'S, ISBN 9781350201958

Bevat meerdere verslagen van individuele, persoonlijke ervaringen van families en de generatie(s) erna uit de Tweede Wereldoorlog in heel Europa, variërend van een Royal Air Force-piloot die gevangen werd genomen in Joegoslavië en een Spaanse communist in het Franse verzet tot twee jonge Joodse meisjes die gevangen zaten tijdens het beleg van Leningrad. De bronnen hiervoor komen allemaal uit de familiesfeer en zijn opgetekend door de historici Robin Healy en Gearoid Barry. Ook de betekenis ervan voor de volgende generaties komt aan bod.



De veerkracht van Nederland

Bestuurders, hulpverleners, experts en burgers over 100 jaar rampenbestrijding en crisisbeheersing

LECTURIS I.S.M. NEDERLANDS INSTITUUT PUBLIEKE VEILIGHEID 2024, 496 PAGINA'S, ISBN 9789462265158

In dit boek wordt door het Nederlands Instituut Publieke Veiligheid (NIPV) teruggekeken op rampen en crises die de Nederlandse samenleving de afgelopen zeventig jaar hebben getroffen, zoals de Watersnood-, de Vuurwerk- en de Bijlmerramp, maar ook de corona-, de vluchtelingen en gaswinningscrisis in Groningen. Tevens wordt er dertig jaar vooruit gekeken, nu er nieuwe risico's zijn door de klimaatverandering, de digitalisering en de energietransitie. Een selectie van de verhalen is ook te vinden op de webpagina nivp.nl/veerkracht-nederland, waar regelmatig ook nieuwe verhalen worden geplaatst.



PODCASTS

Complex trauma

Aflevering in de serie Psychiater op de kast

Van Der Hoef en Partners (2024)

In deze podcast wordt ingegaan op complex trauma, over het belang van kennis op het gebied van vroegkinderlijk trauma en dissociatieve stoornissen. Experts als Simone de la Rie, Saskia Ebus en Desiree Tijdink bespreken vragen als: wanneer is trauma complex te noemen? Welke hulpbehandeling en ondersteuning is het meest effectief voor deze groep? En wat is de impact van vroegkinderlijk trauma op het lichaam?



Het Trauma Tussen Ons

Lotte Wilbrink (2024)

In deze meerdelige podcastserie onderzoekt Lotte Wilbrink - die twee ouders heeft met PTSS - wat dit met haar en haar gezin gedaan heeft en of het haar persoonlijkheid heeft gevormd. Ze spreekt met twee andere ervaringsdeskundige én met psychiater Carien de Kloet. Uiteindelijk spreekt Wilbrink ook met haar moeder, die politieagente was. Ze doorlopen samen het tijdspad hoe de PTSS is ontstaan en is verlopen. Deel 1: *Het monster PTSS* en deel 2: *De grijze wolk in huis*.



'Trauma's analyseren begint bij de vorige generatie'

Aflevering in de serie Generatie Veerkracht

iHub (2023)

In deze aflevering gaat Mahlet Mesfin in gesprek met kind- en oudertherapeuten Letta Zollner en Jetske van Deene over intergenerationeel trauma en het belang van behandeling ervan. De podcastserie *Generatie Veerkracht*, biedt een breed perspectief op jeugd- en gezinshulp.



Verborgen verbanden

Een onbekende koloniale erfenis

Reggie Baay i.s.m. het Van Abbemuseum Eindhoven (2024)

De grootmoeder van schrijver Reggie Baay werkte begin twintigste eeuw als contractarbeider in Deli op Sumatra. Eigenlijk was dat een voortzetting van de slavernij in de toenmalige kolonie Nederlands-Indië. In deze serie probeert Baay meer over zijn oma en haar dagelijks leven te weten te komen wat niet zo makkelijk blijkt. Ook bevraagt hij andere kleinkinderen van contractarbeiders over hoe ze met dit verleden omgaan.

In de gelijknamige tentoonstelling *Verborgen Verbanden* wordt het koloniale verleden van het *Van Abbemuseum* zichtbaar en de rol die de naamgever en oprichter van het museum, Henri van Abbe daarin heeft gespeeld. Nog te zien tot 1 juni 2026.



Hoe we zijn geworden

Eva Toorop & Mariëlla van Apeldoorn (2024)

De podcast gaat over het achterliggend thema van het boek *Het Achtste Leven* (Nino Haratischwili, uitgeverij Atlas Contact): het wandkleed van intergenerationele effecten. Hoe hebben keuzes en gebeurtenissen van mensen invloed op de volgende generaties? Hoe verweven de draden van alle verschillende levens zich met elkaar? En hoe kunnen we voorkomen dat volgende generaties lijden onder de keuzes en gebeurtenissen van hun ouders, grootouders of overgrootouders?



Tijdens de oorlog was ik Solange

Sofie De Schampheleire (België 2024)

Een meerdelige serie over vrouwen en verzet, over moeders en kinderen. En vooral over moeders die hun kinderen afstonden in de Tweede Wereldoorlog, omdat ze geen andere uitweg zagen. Sofie De Schampheleire duikt in het verleden (en het alter ego) van haar oma, van wie ze het appartement opruimt na haar dood.



Oom Matje

Mijke van Wijk (2024)

In een bruine kroeg in Maastricht hangt een portret van oom Matje, tussen andere portretten van stamgasten. Hij was fout in de oorlog, zo gaat het verhaal in zijn familie. Het is de oudoom van journalist Mijke van Wijk en ze gaat op onderzoek uit wat er van het verhaal klopt. Wie is oom Matje werkelijk? Over dubbellevens, spionage en broederliefde, maar ook over dat niets is wat het lijkt.



The Border Crossed Us

De grens tussen de Verenigde Staten en Mexico blijft een pijndossier in de Amerikaanse politiek. De schreeuw om hogere muren wordt afgewisseld met tonen van meer verdraagzaamheid. Te midden van dit moreel beladen landschap bevinden zich migranten, uit Mexico of andere Zuid-Amerikaanse landen, maar ook lokale Amerikaanse en Mexicaanse bewoners en zij die de grens moeten handhaven, de politieagenten. De muur mag met staal versterkt zijn, de mens is dat niet.

Dat laatste wordt duidelijk in de documentaire *The Border Crossed Us* van filmmaker Loretta van der Horst, waarin Amerikaanse agenten worden gevolgd in hun (onalledaagse) dagelijkse werkzaamheden aan de grens. De keuze voor deze invalshoek maakt de regisseur bewust: de morele dilemma's die agenten in dit werk tegenkomen zijn namelijk vaak onderbelicht. Zo hebben sommige agenten zelf ook een migratieachtergrond, of ze kennen zelf de gevolgen van migratie en mensensmokkel uit hun directe omgeving. Dit alles maakt hun werk beladen: het verlenen van humanitaire zorg staat haaks op het moeten oppakken en terugsturen van mensen naar een onzeker thuisland. Zichtbaar vechten agenten Mayra en Manuel tegen de opdringende emoties. Een andere agent vertelt dat hij zijn werk als 'God's law' is gaan zien, in een poging om zijn handelen moreel te verankeren.

Een heldere verhaallijn ontbreekt in *The Border Crossed Us* en het is soms onduidelijk welke richting Van der Horst de kijker mee wilt nemen. Desalniettemin draagt dit bij aan het overbrengen van gevoelens van desoriëntatie en eindeloosheid, die de probleemsituatie aan de Amerikaans-Mexicaanse grens zo typeren.

The Border Crossed Us steekt cinematografisch goed in elkaar. Indrukwekkende en weidse dronebeelden worden afgewisseld met intense close-ups – soms zelfs afkomstig van de *bodycams* van de agenten. De gefilmde interieurs van de zogeheten *stash houses*, waar gevluchte families en jongemannen schuilen, zijn weinig verhullend over de onmenselijke omstandigheden waarin veel vluchtelingen noodgedwongen verkeren.

The Border Crossed Us van Loretta van der Horst ging 20 juni 2024 in première en is 10 oktober voor het eerst te zien op NPO2. De documentaire is te zien via 2doc.nl.

Arjen van Lil – Onderzoeker/beleidsadviseur bij ARQ Kenniscentrum Oorlog, Vervolging en Geweld en eindredacteur van *Impact Magazine*.



Loretta van der Horst en politieagent Mayra tijdens de opnames van *The Border Crossed Us*





NtVP

Nederlandstalige Vereniging
voor Psychotrauma

EDITORIAL



Dubbele vermijding in de behandelkamer

Als ik met vrienden of familie over mijn werk praat en vertel dat ik een groot deel van de tijd traumabehandelingen bij kinderen uitvoer, krijg ik standaard de reactie 'wat heftig, dat lijkt me heel zwaar werk'. Ook onder (beginnende) psychologen leeft vaak de overtuiging dat traumabehandelingen zwaar en ingewikkeld zijn.

Zelf heb ik juist altijd gevonden dat traumabehandelingen vooral heel duidelijk en zinvol zijn. Het geeft me het gevoel dat ik de kern van het probleem aanpak. Wanneer een kind of jongere PTSS-klachten laat zien, is het vaak makkelijk te herleiden waardoor deze klachten zijn ontstaan. Nog duidelijker is te zien dat vermijding deze klachten in stand houdt. Vanuit het perspectief van het kind is deze vermijding logisch: als een herinnering aan een gebeurtenis je zo naar laat voelen, kan je beter alles dat geassocieerd is met die herinnering uit de weg gaan. Zo voelt het alsof je de controle kan behouden over je emoties, terwijl je hierdoor in werkelijkheid juist grip verliest wanneer ongewenste beelden en emoties zich zomaar aan je blijven opdringen.

Als psycholoog is het dus je taak om het kind te laten begrijpen dat juist die vermijding het probleem is en dat traumabehandeling dit kan doorbreken. Om dat te kunnen overbrengen, is het belangrijk dat je er zelf ook van overtuigd bent dat een traumabehandeling een goed idee

is. Wanneer een psycholoog traumabehandelingen spannend, zwaar, of ingewikkeld vindt en daardoor kiest voor een andere insteek, is er sprake van dubbele vermijding in de behandelkamer. Uit het rapport over behandeling van PTSS in Nederland van het team Zinnige Zorg, bleek dat nog steeds maar ongeveer 40% van de patiënten met PTSS een traumabehandeling krijgt. Het is onduidelijk wat dit percentage onder kinderen en jongeren is.

Om als NtVP het belang van goede traumabehandelingen voor kinderen en jongeren op de kaart te zetten, is de Special Interest Group 'Kind, Gezin en Trauma' in het leven geroepen. In dit katern schrijven voorzitters Marjolein Missler en Trudy Mooren over hun doelen voor deze SIG. Daarnaast beantwoorden Carlijn de Roos en Irma Hein een supervisievrage over het verschil tussen verschillende verhalenmethodes bij de behandeling van trauma bij kinderen en leggen zij uit wanneer welke methode wordt ingezet. Hopelijk kan dit nummer een beetje bijdragen aan het doorbreken van de vermijding. Want hoe meer behandelaren weten van traumabehandeling bij kinderen en jongeren, des te minder zullen zij dit uit de weg gaan.

Door Sophie van Leeuwen, Psycholoog bij Youz en communicatiemedewerker bij de NtVP



TIJD VOOR EEN SIG KIND, GEZIN EN PSYCHOTRAUMA

Thuis doet ertoe!

Door Trudy Mooren (Klinisch Psycholoog en Bijzonder Hoogleraar aan de Universiteit Utrecht) en Marjolein Missler (Universitair Docent aan de Universiteit Utrecht)

Een gezin uit Syrië meldt zich met zorgen over hun 5-jarige dochter die, sinds zij in Nederland zijn, slecht eet. Het gehuil geeft veel spanning bij beide ouders - het roept herinneringen aan meegemaakt leed op - en zij vinden begrenzen daarom lastig.

Een jongen uit Afghanistan mist zijn familieleden; zij zijn gestorven bij een bomaanslag. Hij voelt zich eenzaam en meent dat iedereen die nog een familie heeft gelukkig is. Een politiemannet tot slot, kampt al zo lang met klachten van traumatische stress dat hij er heel somber van is geworden. Hij meent dat zijn gezinsleden beter af zijn zonder hem: wat brengt hij hen nu nog anders dan last? Zijn echtgenote en dochters maken zich veel zorgen.

Waarom een Special Interest Group (SIG) Gezin en psychotrauma? De gevolgen van psychotrauma voor de individuele mentale gezondheid zijn inmiddels ruimschoots beschreven. De consequenties van psychotraumareacties op (relaties tussen) gezinsleden zijn echter in mindere mate onderzocht. Voor ouders die worstelen met traumatische stress, kan het moeilijk zijn om de signalen van kinderen te herkennen (zoals eetproblemen), hier adequaat op te reageren, en om voldoende affectie te tonen. Dit terwijl kinderen hun ouders - zeker in geval van trauma - nodig hebben om warmte, veiligheid, en steun te krijgen.

De gevolgen voor het systeem van (ogenschoijnlijk) individueel trauma worden lang niet altijd onderkend. Thuis doet ertoe: gezinsinteracties kunnen herstel bekrachtigen, maar ook vertragen of blokkeren. Prikkelbaarheid bij een van de gezinsleden kan een cascade van conflictueuze interacties in gang zetten. Er is echter een gebrek aan interventies om gezinnen te ondersteunen en de kwaliteit van de onderlinge relaties te versterken. Hoe kunnen we deze gevolgen goed in kaart te brengen en effectief hulp bieden? Over deze vragen gaan we graag met collega's van verschillende disciplines in gesprek.



Uitdagingen

Wanneer gezinsleden aan dezelfde situatie blootgesteld zijn geweest, kan dat voor eenieder een unieke ingrijpende ervaring betekenen. Zo kan een medische ingreep die een kind moet ondergaan voor alle betrokkenen ingrijpend zijn – voor een ouder het beeld van het kind die in de operatiekamer verdwijnt, voor het kind zelf het beeld van een ander op een bed met slangen en buizen. Het precieze beeld of geluid (of geur etc.) dat terugkeert in de herinnering kan voor alle gezinsleden verschillend zijn.

Daarnaast kunnen intergenerationele invloeden een rol spelen. Wanneer een ouder in diens ontwikkelingsgeschiedenis met bepaalde ervaringen als agressie, geweld, of seksuele overschrijdingen te maken heeft gehad, kan dit zijn of haar ouderschap negatief beïnvloeden. Samenwerking met ouders kan doorslaggevend zijn voor het succes van behandeling. De ontwikkeling en vervolgens toepassing van gezinsgerichte interventies kan intergenerationele overdracht van problematiek helpen voorkomen. Een verdere uitdaging in de Nederlandse hulpverlening vormt de samenwerking tussen de domeinen jeugd en volwassenen. De zorg voor jeugd (en de financiering daarvan) is belegd bij gemeenten; de zorg voor volwassenen (18+) wordt vergoed door verzekeringsmaatschappijen. Wanneer gezinsgerichte zorg is geïndiceerd, moeten dus verschillende (administratieve) routes bewandeld worden: voor jeugdzorg dient een beschikking bij de gemeente aangevraagd te worden; voor zorg voor volwassenen moet voldaan worden aan criteria vanuit verzekeringsmaatschappijen. Dit maakt het aanbieden van gezinsgerichte behandelingen complex.

Ook inhoudelijk betreffen het ogenschijnlijk verschillende domeinen: in de zorg voor jeugd werken orthopedagogen en kinder- en jeugdpsychologen, en tevens psychiaters, die niet intensief samenwerken. Jeugdzorg kent een status aparte ten opzichte van de GGZ voor volwassenen. Gezinsgerichte hulpverlening vergt dus het mengen van verschillende bloedgroepen. Dat is in het belang van effectieve hulpverlening aan gezinnen: niet zelden hebben ouders met verschillende zorgverleners te maken: het aanbod is (te) gefragmenteerd. Een wetenschappelijk onderbouwde visie op gezinsgericht werken ontbreekt in ons zorgstelsel. Er is behoefte aan instrumentarium dat de gevolgen van psychotrauma op gezinnen en hun onderlinge relaties in kaart brengt. Er bestaan weliswaar instrumenten die deelgebieden van het gezinsfunctioneren meten, zoals ouderlijke stress, of de kwaliteit van de ouder-kind relatie, maar een algemenere

graadmeter voor de kwaliteit van gezinsfunctioneren is niet voorhanden. Dit staat zowel de ontwikkeling als de implementatie van gezinsgerichte interventies in de weg.

Mogelijkheden

We hebben hierboven een aantal uitdagingen geschetst. Er is ruimte voor positieve ontwikkelingen die het inzicht in hoe gezinnen in geval van psychotrauma tijdig en effectief geholpen kunnen worden, kunnen vergroten. Te denken valt aan 1) het gebruik van geavanceerde technieken, zoals analyse van geluidsopnames van gezinsinteracties in de thuissituatie; 2) het standaard betrekken van gezinsleden zowel in onderzoek als behandeling en 3) het samenwerken met relevante andere professionals.

Special Interest Group (SIG) Gezin en psychotrauma

Met deze SIG willen we de uitwisseling tussen onderzoek en praktijk bevorderen. We beogen te komen tot een multidisciplinair theoretisch kader voor gezinsaanpassing in geval van psychotrauma, en een onderzoeksagenda. In 2025 starten we met drie (online) bijeenkomsten.

MEER WETEN?



Marjolein Missler
email: m.a.missler@uu.nl



Trudy Mooren
email: g.t.m.mooren@uu.nl

Over de NtVP

De Nederlandstalige Vereniging voor Psychotrauma (NtVP) is een onafhankelijke vereniging, die streeft naar continue kwaliteitsverbetering op het gebied van psychotraumatologie voor diegenen die zich professioneel of binnen een professionele organisatie met psychotrauma bezighouden.

De NtVP maakt deel uit van de Europese vereniging voor Psychotrauma (ESTSS). De ESTSS heeft verbindingen met een groot aantal nationale verenigingen, waardoor een Europees breed netwerk van Psychotrauma verenigingen ontstaat.

COLOFON

Dit katern wordt verzorgd door de werkgroep
Communicatie van de Nederlandstalige Vereniging
voor Psychotrauma.

Redactie NtVP Katern: Sophie van Leeuwen &
Janne Punski-Hoogervorst
Contact: communicatie@ntvp.nl
© NtVP 2024





Foto van Freepik

Verhalenmethoden voor jeugdigen na ingrijpende gebeurtenissen

In de Supervisie rubriek beantwoorden experts uit het netwerk van de NtVP uw vragen over onderwerpen uit het brede werkveld van de psychotraumazorg. Hebt u een vraag over indicatiestelling, behandeling of wetenschap over psychotrauma? Stuur hem naar communicatie@NtVP.nl onder vermelding van Impact Supervisie.

De vraag

Welke verhalenmethoden zijn er en hoe worden ze ingezet voor jeugdigen na het meemaken van ingrijpende gebeurtenissen?

Antwoord van de experts

Het voorkomen, herkennen, en behandelen van trauma gerelateerde klachten bij jeugdigen is cruciaal om negatieve gevolgen op latere leeftijd te voorkomen of te verminderen. Het ontwikkelen van een narratief over wat er gebeurd is en het geven van een functionele betekenis eraan is helpend

voor de verwerking.¹ In de klinische praktijk worden verschillende verhalen door hulpverleners ingezet in het kader van traumaverwerking. Zij verschillen met betrekking tot het doel, de fase van het verwerkingsproces waarop ze ingezet worden, de professional die het uitvoert, wie het verhaal schrijft en wie de inhoud ervan deelt met het netwerk. Voor een overzicht hiervan, zie onderstaande tabel. In dit artikel zetten we de interventies en de inhoud ervan op een rij, gebaseerd op het artikel van Hein & Schlattmann uit 2021.² Voor meer informatie over de genoemde methoden zie de VKJP-special over verhalen.³

Risico op klachten verminderen

Immediate Story en Words & Pictures worden vlak vóór of kort na de ingrijpende gebeurtenis preventief ingezet om het risico op trauma-gerelateerde klachten te verminderen.⁴ Een Immediate Story (IS) bestaat uit vier tekeningen met korte zinnen die uitleggen wat er gaat gebeuren, waar het kind naartoe zal gaan, wanneer het zijn ouders weer kan zien, en welke afspraken er zijn gemaakt. De jeugdprofessional, zoals een jeugdbeschermer of pleegzorgbegeleider, maakt het verhaal voor het kind en zijn gezin.

Een Words & Pictures (W&P) verhaal is ontworpen voor gebruik binnen een 'Signs of Safety'-traject en wordt ingezet in onveilige situaties. De jeugdprofessional maakt dit verhaal om de jeugdige en zijn netwerk te informeren over de zorgen rondom de veiligheid van de jeugdige. Door openheid te geven over de onveiligheid in het verleden,

wordt de veiligheid van de jeugdige vergroot omdat het netwerk beter kan meedenken over de benodigde veiligheidsafspraken.

Voorbereiding op traumabehandeling

De inzet van het Levensverhaal en het Voorbereidingsverhaal Traumaverwerking heeft als doel de jeugdige op traumaverwerking voor te bereiden. In het levensverhaal staan alle belangrijke levensgebeurtenissen van de jeugdige op een rij, zowel traumatiserende als niet-traumatiserende gebeurtenissen. Het doel is om een chronologisch overzicht ervan te geven, om de jeugdige te helpen begrijpen wat er gebeurd is. Het levensverhaal kan door verschillende betrokkenen, zoals pleegouders of hulpverleners, worden gemaakt en groeit mee met de jeugdige als aanvulling nodig of wenselijk is.

Tabel 1 Verhalenmethoden op een rij. Gebaseerd op Hein en Schlatmann (2021)

Methode	Doel	Jeugdprofessional	Wie schrijft	Uitvoering
Immediate Story	Duidelijkheid geven over ingrijpende gebeurtenis Preventie van klachten (PTSS en comorbiditeit)	Jeugdbeschermer, ambulantly hulpverlener, pleegzorgbegeleider	Jeugdprofessional samen met ouders	Verteld aan de jeugdige
Words & Pictures	Vergroten van openheid, veiligheid, Informeren over wat er gaat gebeuren Preventie van klachten (PTSS en comorbiditeit)	Ambulant hulpverlener, pleegzorgbegeleider	Jeugdprofessional samen met ouders of betrokkenen	Verteld aan het netwerk en de jeugdige
Levensverhaal	Chronologisch overzicht van gebeurtenissen Het kind helpen begrijpen	Ambulant hulpverlener, pleegzorgbegeleider	(Pleeg)ouders of hulpverlener (of samen)	Verteld aan de jeugdige
Voorbereidingsverhaal traumaverwerking (VVT)	M.n. bevorderen cognitieve shift bij jeugdige om traumaverwerking mogelijk te maken	Ambulant hulpverlener, pleegzorgbegeleider, systeemtherapeut, of traumatherapeut	Ouders (of alleen pleegouders als ouders pleger zijn) samen met therapeut	Verteld aan de jeugdige
Trauma-Focused Cognitive Behavioral Therapy (TF-CBT, Write Junior, KIDNET)	Traumaverwerking	Getrainde therapeut in genoemde methodiek	Jeugdige samen met therapeut	Jeugdige deelt verhaal met ouder of pleegouder
EMDR verhalenmethode	Traumaverwerking	EMDR-therapeut	Ouders/verzorgers samen met therapeut	Ouders/verzorgers vertellen verhaal aan jeugdige

Het Voorbereidingsverhaal Traumaverwerking (VVT) is onderdeel van de methodiek 'Slapende Honden'.⁵ Hulpverleners uit de jeugdhulpverlening en de jeugd GGZ zetten de VVT in als traumabehandeling nog niet mogelijk is bijvoorbeeld omdat confrontatie met de traumatische herinnering sterk wordt vermeden of niet mogelijk is. Het VVT helpt het kind ontvankelijk te maken voor traumabehandeling door negatieve overtuigingen over zichzelf te veranderen, zoals 'het is niet mijn schuld' of 'ik ben de moeite waard'. Het verhaal wordt samen met ouders door een getrainde therapeut gemaakt en bevat zo min mogelijk details om het kind niet te ontregelen.

Traumabehandeling

Voor de behandeling van PTSS bij kinderen en jongeren zijn er in de richtlijnen bewezen effectieve therapieën opgenomen zoals cognitief-gedragstherapeutische traumabehandeling, bijvoorbeeld *Trauma Focused Cognitive Behavioral Therapy (TF-CBT)* en Schrijftherapie (*WRITEjunior*), maar ook bewezen effectieve therapieën zoals *KIDNET* en *Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR)*. Al deze methodieken maken gebruik van verhalen en hebben tot doel de gestagneerde verwerking weer in gang te zetten en trauma gerelateerde klachten te verminderen.

Bij TF-CBT en *WRITEjunior* schrijft en herleest de jeugdige m.b.v. de therapeut zijn of haar traumaverhaal.⁶ Technieken die gebruikt worden zijn exposure en cognitieve herstructurering waarbij disfunctionele cognities worden uitgedaagd. Bij *KIDNET* brengt de therapeut zowel traumatische herinneringen (stenen) als positieve herinneringen (bloemen) in kaart (levenslijn), waarna aan de hand van het verhaal vooral exposure plaatsvindt aan de essentiële stimuli/cues van deze herinneringen. Bij alle drie de traumamethodieken wordt het verhaal met belangrijke volwassenen gedeeld om de communicatie in het gezin te verbeteren.

De EMDR-verhalenmethode betreft aanpassingen van het EMDR standaard protocol voor kinderen van 0 tot 4 jaar met trauma klachten die (nog) geen woorden hebben voor wat hen is overkomen.⁷ De ouders schrijven het feitelijke verhaal van wat er gebeurd is vanuit het perspectief van het kind en delen dit met hun kind tijdens de EMDR-sessie(s). De therapeut zorgt tegelijkertijd voor afleiding/werkgeheugenbelasting om zo de emotionele lading te verminderen. Voor kinderen van 4-18 jaar met preverbaal trauma gebruikt de therapeut de verhalenmethode in combinatie met het standaard protocol.

Conclusie

Verhalen spelen een belangrijke rol in de interventies voor getraumatiseerde kinderen en jongeren ter ondersteuning van een normale of gestagneerde verwerking. Het verhaal

kan essentiële informatie bieden, het gevoel van veiligheid en overzicht vergroten, helpen om de negatieve overtuiging (van het kind) te veranderen en om emotioneel beladen aspecten van herinneringen te verwerken. Bij toepassing van alle methodieken is het van belang dat de professional erin getraind is. Met de inzet van het juiste verhaal op het juiste moment kunnen jeugdigen en hun gezinnen na traumatisering effectief ondersteund worden.

REFERENTIES

1. Beer en de Roos, 2017 (red). Handboek EMDR bij kinderen en jongeren. Lannoo, 2017.
2. Hein, I. M., Schlattmann, N. (2021). Een verhalenmethode kiezen. *Kinder- & Jeugdpsychotherapie*, 48(1), 100-106.
3. Tijdschrift van de Vereniging voor Kinder- en Jeugdpsychotherapie (1), 2021. Thema: verhalen.

OVER DE EXPERTS

Irma Hein is kinder- en jeugdpsychiater en associate professor, werkzaam bij Levvel en Amsterdam UMC afdeling kinder- en jeugdpsychiatrie. Ze is gespecialiseerd in trauma en gehechtheid, gezinspsychiatrie, behandelen van kindermishandeling en wilsbekwaamheid. Ze is gecertificeerd als EMDR practitioner, TF-CBT en IGT-K therapeut.

Emailadres: i.hein@levvel.nl



Irma Hein

Carlijn de Roos is klinisch psycholoog/onderzoeker en werkzaam bij Levvel en Amsterdam UMC afdeling kinder- en jeugdpsychiatrie. Zij is gespecialiseerd in de diagnostiek en behandeling van trauma gerelateerde stoornissen, traumabehandeling van jonge kinderen en van jeugd met aanhoudende lichamelijke klachten (ALK). Zij is gecertificeerd als EMDR K&J trainer (EMDR Europe), psychotraumatheapeut bij de NtVP en lid van diverse wetenschapscommissies.

Emailadres: c.deroos@levvel.nl



Carlijn de Roos



NATIONAAL MONUMENT KAMP VUGHT

De gebeurtenissen die in Kamp Vught hebben plaatsgevonden, liggen steeds verder achter ons. Maar de verhalen van de mensen die er gevangen zaten, zijn nog steeds relevant.

In de expositie 'Kamp Vught: zeven seizoenen en 32.000 verhalen' doorloop je aan de hand van veel persoonlijke verhalen en voorwerpen de geschiedenis van Kamp Vught. Verhalen over mensen met wel 36 verschillende nationaliteiten. De veelzijdige presentatie belicht de geschiedenis vanuit diverse invalshoeken.

Bezoekers doorlopen het herinneringscentrum met een audiotour. Voor jongeren van 10 t/m 12 jaar is er audiotour junior 'Achter prikkeldraad', die de geschiedenis van Kamp Vught belicht vanuit het perspectief van kinderen van toen. Bij deze hoort een 'fotoalbum' met vragen en opdrachten; ook is er een videotour NGT voor jonge dove bezoekers.

Een bezoek aan Nationaal Monument Kamp Vught is een ervaring die je niet gauw zult vergeten. Je wordt geraakt, geïnspireerd en aan het denken gezet. Want de verhalen, die blijven.

Expositie tot maart 2025



Kruispunt Vught:
36 nationaliteiten achter prikkeldraad