

Enkele problemen van de tweede generatie oorlogsgetroffenen

Mevr. C.L. van Blaaderen-Stok, zenuwarts

Wie behoren tot die zogenoemde tweede generatie? Het is de generatie van de *indirekt* beproefde, na de oorlog geboren, kinderen van door de oorlog getroffen ouders (de eerste generatie oorlogsgetroffenen genoemd). Het zijn op drie manieren beproefden:

1. door een opvoeding, vanaf de geboorte, door één, of door beide, door de oorlog getroffen ouders,
2. door identifikatie met deze ouders,
3. door transgenerationale overbrenging van de gevolgen van de oorlogsbeproevingen der ouders, in onbewust verlopende processen.

De oudsten van de 2e generatie zijn thans ongeveer 40 jaar; in een 3e generatie oorlogsgetroffenen (indien daarvan sprake zou zijn) zijn de oudsten thans rond 20 jaar.

Beproevingen

De beproevingen van de eerste generatie waren globaal:

1. Scheiding en verlies van nastaanden (bijvoorbeeld door deportatie en internering; waarbij dierbaren omkwamen en hele families werden vernietigd).
2. Internering a) in Joodse vernietigingskampen,
b) in Japanse dwangarbeid- en hongerkampen, met aansluitend Bersiap situaties (de periode na de Japanse kapitulatie),
c) in Duitse dwangarbeiderskampen, strafconcentratiekampen voor verzetsstrijders.

Kenmerkende reacties van oorlogsgetroffenen op deze beproevingen waren destijds:

1. depressies,
2. depersonalisatie,
3. verlies van vertrouwen in duurzame relaties en in een leefbare toekomst.

Mensen van alle leeftijden waren in deze groepen vertegenwoordigd.

De ouders, waarbij de kinderen van de 2e generatie opgroeiden, waren dus

bezig met het verwerken van oorlogsgevolgen; zij werden door hun kinderen dikwijls als onbetrokken, als 'in de steek latend' ervaren. Deze kinderen werden gedurende hun hele jeugd blootgesteld aan de invloed van wat de oorlog hun ouders heeft aangedaan.

Leeftijdverschillen

Aanvankelijk, als baby, kregen deze kinderen nog niet zo veel te verwerken als later, want heel kleine kinderen, die goed verzorgd en gekoesterd worden, ontgaat veel van het gebeuren rondom.

Peuters die nog niet kunnen praten en vragen en aan wie ook nog niets van wat in de ouder omgaat of rondom gebeurt uitgelegd kan worden, maar die wèl al alles rondom gewaarworden, werden daarentegen heel zwaar belast. Of de gemoedstoestand van hun ouders inderdaad door hen beter wordt aanvoeld dan door babies, is nog een vraag.

Iets oudere kinderen, kleuters, die al kunnen praten en vragen, zijn beter af, omdat zij door redelijk evenwichtige ouders kunnen worden beschermd tegen verwarring, verdriet en ontsteltenis. Hun ouders kunnen hun iets uitleggen of zeggen, naast koesteren.

In het algemeen reageren kinderen op kalamiteiten, dus ook op eigen oorlogservaringen en op die van de ouders, met rusteloosheid, baldadigheid, overaktiviteit – en 's nachts met slapeloosheid, boze dromen en min of meer vage angst. Zij zijn bijzonder prikkelbaar overdag en zowel afhankelijk als veeleisend; sommigen blijven bedwateren. Dat zijn hun uitingen van de gevolgen en verwaarlozing op psychisch gebied en van onvrede en geremde en achtergebleven groei.

Schoolkinderen vertonen concentratiestoornissen, hulpeloosheid, passiviteit. Velen gaan spijbelen, zijn bedrukt, ontstemd, nooit tevreden.

In de puberteit komen konflikten die bij die leeftijd horen versterkt naar voren; er is meer agressie, meer sexuele ontregeling, diepere depressie, meer labiliteit en de behoefte aan tegelijkertijd zowel willen loskomen van thuis als daar geborgenheid zoeken.

Identifikatie

De gebruikelijke identifikatie met en de loyaliteit jegens ouders – omdat het de enige ouders zijn die je hebt – kunnen bij de 2e generatie gepaard gaan met meer weerstand tegen hen en meer afkeer en met meer onzekerheid ten aanzien van hun persoonlijkheid, dan in het algemeen bij kinderen

voorkomt. Tegelijkertijd hebben zij een schuldgevoel: 'je ongelukkige ouders leden al zo zwaar, kritiek op hen is liefdeloos, je hoort ze eerder heel veel tegemoet te komen,' denk je, 'ongeacht hun gedrag verdienen ze dat, omdat ze zoveel geleden hebben.'

Hun gevoel in de steek gelaten te zijn komt nogal eens voort uit een verdrietig gevoel door de ouders niet gezien te worden. Deze zijn zó met zichzelf bezig, zo onevenwichtig en hun verdrongen, onverwerkte oorlogs-leed bedrukt hen. En, al begrijp je dat dat hun nood is, toch haast vanzelf bedrukt het jou ook.

Niet gezien worden als kind kon zijn:

- a) Je genegeerd voelen, als werd er niet op je gelet en je moest maar zien hoe je je redde – alsof je er niet was, of nooit geweest was. Of,
- b) juist wèl in het zoeklicht staan, waarbij verwacht en geëist werd dat je voldoet aan – en invult wat je ouders van je wensen. Zelf telde je niet. Steeds moest je goedmaken wat ze geleden hebben, of je moest gestorvenen vervangen. Je moest hen voortdurend sparen om al die ellende van toen... tegelijk moest je een gelukkiger leven leiden en krijgen, dan zij hebben gehad.

Deze eisen kunnen kinderen blijvend belasten, die dan kunnen reageren met leed, schuldgevoel, faalangst en zelfverwilt, omdat het niet lukt te voldoen. Hun besef van eigenwaarde wordt kleiner. Deze gevoelens overdekken de verstopte weerstand, het stil verzet, de haat.

Sommigen raken verward, zij krijgen een gevoel hun eigen persoonlijkheid te hebben verloren. Het leiden van een eigen leven, vinden van een eigen identiteit, is vertraagd of verhinderd. Een kind kán, in die mate, geen hulpverlener voor zijn ouders zijn.

Deze kinderen gedragen zich ook vaak juist niet druk en veeleisend, maar zijn eerder opvallend zoet, meegaand; zelfs weten ze soms niet eens wat ze voor zichzelf zouden kúnnen wensen.

Bij volwassenen van de 2e generatie valt vaak op, dat zij opzien tegen het krijgen en hebben van een eigen kind. Niet zozeer om bewustheid van eigen tekortkomingen en falen, alswel omdat, half bewust, verondersteld wordt dat het niet prettig kán zijn om kind te zijn. Waar begin je dan aan als je kind toch geen goede jeugd kan krijgen?

Velen worden lange tijd beïnvloed door vereenzelviging met ouders die verzetsstrijder waren of vervolgd werden. Zij worden in beslag genomen door vage verplichtingen dingen te moeten rechtzetten, of, door actief verweer, onbewust, de fakkel van het verzet te moeten overnemen. Sommigen rekonstrueren nauwgezet hoe het geweest is en wat hun ouder(s) deden en ervoeren. Sommigen lijden zelfs aan onbegrijpelijk sombere buien; zij herleven de somberheid, die hun ouder(s) uit hun dagelijks leven en bewustzijn konden verbannen (verdringen), als het ware in hun plaats.

Als een soort onuitgesproken, maar vanzelfsprekende loyaliteit, of eerbetoon, aan het lijden dat de ouder, door oorlogsbeproevingen, onderging. Ook als dit lijden veroorzaakt werd door deelname aan het verzet.

Transgenerationeel lijden

Dikwijls komen bij mensen van de 2e generatie verdriet, driftbuien en angsten voor, die overeenkomst vertonen met de gevoelens en belevenissen van verdriet, verontwaardiging en nachtmerrie-achtige onrust en angst, die hun ouders probeerden van zich af te zetten. Met, oppervlakkig beschouwd, redelijk resultaat. De ouder redde het wel. Het waren verdrongen gevoelens, die hun kinderen, desalniettemin, met hun bijzonder gevoelige antennes, aanvoelden. De 2e generatie herleeft als het ware onbewust van wat er gebeurt, wat de 1e verdrong. *Transgenerationeel lijden* heet dat. De kinderen, vaak jonge volwassenen, lijden onder deze geheel onbewuste overname en begrijpen, evenals hun ouders, niets van die emoties van onvrede, doodsangst, diep verdriet en depressie, die in hen opkomen uit niets. Typisch zijn ook de grote verwarringen van kinderen van verschillend getroffen ouders (vader bijvoorbeeld door internering, moeder door oorlogservaringen thuis) met onbegrepen en/of ontkende botsingen tussen ouders na terugkomst van vader, die vanaf de geboorte de hele jeugd der kinderen tekenen en die in *ongrijpbare*, plotselinge stemmingsomslagen transgenerationeel tot uitdrukking kunnen komen.

Individuele percepties

Hoewel er grote verschillen bestaan tussen situaties met pleegouders, toestanden bij terugkeer van ouders, onderduik met het gehele gezin, Joodse vernietigingskampen, Japanse interneringstoestanden en concentratiekampen voor verzetsstrijders enerzijds en anderzijds individuele en massale verliezen van nastanden, weegt toch ook hier telkens weer het zwaarst: de eigen individuele perceptie van de enkeling, gegrond op zijn gehele levensloop.

De specificiteit van het lijden en van de symptomen van oorlogsgetroffenen berust op de aard en de graad van de beproevingen en op de intensiteit der reacties daarop.

Psychotherapie

In de psychotherapie helpt herkenning van veelvoorkomende gevoels-

varianten en reacties. Bij de 1e generatie is het bijvoorbeeld van belang, dat de therapeut plotselinge stiltes in een vertrouwelijk lopend gesprek herkent als een teken van, mogelijk, een plotseling opkomend wantrouwen omdat de therapeut er weet van heeft, dat de getroffene zich opeens bedreigd kan voelen door de luisterende therapeut en zich vroegere verhoren en valstricken herinnert, die hem toen het leven konden kosten. Het gevolg kan zijn dat de getroffene niemand, ook de therapeut niet, vertrouwt.

Gevoelens van schaamte, schuld, depersonalisatie, ongevoelig hebben geschieden ten opzichte van je beste vriend, zijn vaak té pijnlijk, ze blijven onuitgesproken, een grote terughoudendheid heerst ten aanzien van *die* oorlogsgeheimen. Ook komt voor, dat ernstig door de oorlog getroffenen geen gevoelens hebben ten aanzien van de beproevingen waaraan zij blootgesteld zijn geweest. Deze mensen kunnen niets vertellen over hun gevoelens omdat zij geen gevoelens hebben. Het lijkt erop dat zij blijvend gedepersonaliseerd functioneren.

Anderzijds helpt het als therapeut en patiënt weten dat patiënt hetzelfde meer dan 10 maal opnieuw vertellen kan. En dat de therapeut aanvoelt óf en wanneer – na 10, 20 of meer malen – af te remmen, omdat patiënt zelf niet meer ophouden *kán* met ook over zijn gevoelens te vertellen.

Beide generaties kunnen dikwijls moeilijk hulp of troost aanvaarden; heel dikwijls wordt een hulpvraag niet eens gesteld. Tederheid geven en ontvangen lijkt geblokkeerd, alsof je er niet in *kán*, durft, *mág* geloven dat zoiets bestaat. Op duurzame relaties, grote intimiteit en nabijheid, durven veel 2e generatie getroffen niet hopen. Mens- en levensbeeld zijn negatief. Soms mag niemand ervan weten dat je het erg hebt gehad, dat je kwetsbaar was en gekwetst bent. Extreme verschillen dus: zij, die er altijd en zij die er nooit over praten.

Erkenning van grenzen

Erkenning van de grenzen van de therapeut is een ander aspect. Bijvoorbeeld als wat verteld wordt zó ingrijpend is, ook voor de therapeut, dat hij er niet tegen kan. Patiënten moeten weten dat de therapeut daar zelf op let, zelf een patiënt eerst waarschuwen zal en onderbreken – én ook een volgend uur weer beschikbaar zijn als steeds. Dit ontslaat patiënt van het remmende gevoel van een ander te zwaar te belasten.

Tenslotte waren er ook mensen in de 1e generatie oorlogsgetroffenen, die onbeschadigd, maar wel in nood en zielsverdrietig, de beproevingen doorstonden. In het algemeen waren dat mensen met een vast besef van eigenwaarde, ongenaakbaar, onvernederbaar, ondanks fysieke uitputting en geweld van de vijand. Vaak redde hen ook het weten dat er een geliefd mens was, verweg, die hen waardeerde. Daardoor voelden zij zich nooit werkelijk eenzaam.

Dit is uiteraard een onvolledig, zeer persoonlijk relaas, een weergave van mijn ervaringen en informatie ten aanzien van vooral de 2e generatie oorlogsgetroffenen. Anderen zullen ongetwijfeld andere aspecten, die ik liet liggen of niet tegengekomen ben kunnen belichten: uitwisseling van ervaringen lijkt mij onontbeerlijk – tenslotte is iedereen de "tweede generatie" van zijn/haar ouders.