

Creatieve therapie met oorlogskinderen van toen en nu

Truus Wertheim-Cahen

In de laatste tien jaar heb ik creatieve therapie gegeven aan meer dan honderdvijftig oorlogskinderen van toen. Zo'n honderdtwintig van hen hadden drie jaren van hun kindertijd gesleten in een Japans interneringskamp, de overige dertig waren joodse kamp- en onderduikoverlevenden en kinderen van verzetsstrijders. Velen waren na de oorlog in een veranderde omgeving teruggekomen: naar gebroken ouders, in een gebroken gezin, als wees naar een tehuis.

De laatste vier jaar houd ik mij, zij het van een grotere afstand, bezig met oorlogskinderen van nu, de kinderen van vluchtelingen, namelijk als adviseur en supervisor van een Pharos-proefproject creatieve therapie in asielzoekerscentra. Van die ervaringen wil ik iets weergeven in dit artikel.

Veel kinderen spraken na de Tweede Wereldoorlog niet over wat zij hadden meegemaakt. Dat wil niet zeggen, zoals wel is gedacht, dat zij niets van de gebeurtenissen in de oorlog hadden gemerkt of dat zij zich die niet herinnerden. De kwestie is dat zij hun herinneringen niet in woorden wisten uit te drukken. Vaak drongen die herinneringen zich later, toen zij op middelbare leeftijd waren, steeds heftiger aan hen op en moesten zij er hulp voor zoeken.

Hieruit kunnen wij lering trekken voor de oorlogskinderen van nu. Communicatie over wat hun is overkomen, het uiten van de ontredde-ning, kan schade op langere termijn voorkomen. Voor die communicatie is het gebruik van woorden niet altijd het meest geëigende middel en soms is het onmogelijk. Creatieve therapie biedt een ander middel om tot communicatie te komen.

Creatieve therapie gaat ervan uit dat de menselijke beleving zich slechts gedeeltelijk tot uitdrukking laat brengen in het gesproken of geschreven woord. Iemand kan ook in muziek, beweging, dramatische en beeldende

expressie weergeven wat er in hem omgaat. Dat zijn uitdrukkingsvormen waarin het niet nodig is een verhaal in logische en chronologische volgorde te vertellen, met een duidelijke opeenvolging van oorzaken en gevolgen. Juist bij de beladen en vaak onzegbare emoties die bij oorlogservaringen horen, is dat belangrijk.

Bij de nu volwassen oorlogskinderen van toen vormen de klachten bij aanmelding een breed spectrum van paniek-, angst- en woedeaanvallen, depressiviteit en dergelijke. Veelal is er sprake van een emotionele doofheid, een gebarricadeerde veste waarin de emotionele beleving al jaren opgesloten zit en beschermd wordt. In de therapie gaat het erom de traumatische periode in het levensverhaal te integreren. Dat begint met het terughalen van herinneringen, meestal opgeslagen als zintuiglijke gewaarwordingen. Vervolgens komt er communicatie van emoties tot stand, eerst met zichzelf, dan met de therapeut, met de partner of de kinderen en met vrienden. Dan komt het construeren van een eigen autobiografie aan de orde, los van het verhaal zoals de ouders dat hebben overgedragen en los van de officiële geschiedschrijving. Ten slotte worden rouw- en overgangsrutuelen gecreëerd.

Bij vluchtelingenkinderen heeft de therapie mede een preventief doel: het voorkomen van problemen op latere leeftijd. Een complicerende factor is dat men in asielzoekerscentra leeft met een onzekere toekomst en in een proces van aanpassing aan een nieuwe omgeving en een vreemde cultuur. In de centra heerst veelal een atmosfeer van machteloosheid, zowel bij de ouders als bij de mensen die er werken met het gevoel dat zij een onuitvoerbaar beleid moeten uitvoeren. Die atmosfeer heeft ook invloed op de kinderen. Daarom is het belangrijk dat buiten de centra, op de scholen, een vrijplaats gecreëerd wordt waar het kind samen met de creatief therapeut een fantasiewereld kan betreden, waarin het kind even de baas is en het zijn problemen de baas kan worden.

Door beeldende expressie, waarin recreatieve en therapeutische elementen elkaar kunnen afwisselen, blazen de kinderen stoom af zonder dat het al te destructief wordt en kunnen ze hun verdriet uiten zonder er helemaal aan onderdoor te gaan. Hun destructieve behoeften kunnen aan bod komen en geleidelijk omgezet worden in een bevredigende bezigheid met een bevredigend resultaat. Zij kunnen zich op een positieve manier identificeren met wat in de beeldende expressie ontstaat, waardoor de overheersing door beelden van geweld en hopeloosheid wordt tegengegaan.

De praktijk

De therapeut vertelt een zelfbedacht verhaal aan een groep Bosnische kinderen. In het verhaal komen veel dieren voor met Bosnische namen. De kinderen horen in de nieuwe, vreemde wereld waarin ze terechtgekomen zijn, eindelijk weer eens bekende klanken. Maar de therapeut spreekt de namen niet goed uit. De kinderen verbeteren haar met zichtbaar plezier. Nu weten zij het eens beter. Met de dieren uit het verhaal, met hun vlucht en hun ellende, kunnen zij zich identificeren, zonder dat dat uitgesproken hoeft te worden. Maar in het verhaal wordt de hulpeloosheid omgezet in autonomie: alles loopt goed af.

Het verhaal geeft de kinderen aangrijpingspunten om te tekenen en te knutselen. De therapeut heeft daarvoor een koffer bij zich met allerlei spannende dingen: pakken kaarten, lapjes, wol, uitklapboeken, dierenplaatjes, een knutselboek. Terwijl ze daarmee bezig zijn, kunnen de kinderen als het ware vrijelijk in en uit het verhaal stappen en kunnen ze via een heel eigen vorm terloops over hun ervaringen communiceren.

Twee jongetjes die in hun bed poepen en plassen, worden gestimuleerd tot het tekenen van een muizenpoepfeest, waarin zij zich kunnen uitleven zonder zich te schamen.

Een kind uit Somalië verzint samen met de therapeut dat hij een toverkoffer gaat maken. De uitvoering van dat plan geeft hem zijn gevoel van autonomie een beetje terug. De koffer, die hij zelf maakt, representeert voor hem een wereld waar hij macht over heeft: hij is van hem en alleen hij weet wat erin zit. Hij kan hem overal mee naar toe nemen.

Kenan, een Bosnisch jongetje van zes, heeft op zijn derde langdurig in het ziekenhuis verbleven en heeft daarna onder het oorlogspuin bedolven gelegen. Hij is iets van zichzelf kwijtgeraakt en lijkt dat terug te zoeken door alsmaar zelfportretten te tekenen. Thuis maakt hij ook tekeningen met veel bloed, schieten en ondergrondse woningen, in een eigen schriftje dat hij steeds meeneemt en aan de therapeut laat zien. Ze kijken er samen naar, en dan begint hij er wat over te vertellen. Langzaam weet de therapeut het kind ertoe te bewegen ook eens iets anders te maken. Hij maakt nu een mooie ster met glitters, waar hij heel trots op is. In het knutselboek uit de koffer ontdekt hij hoe je een gouden spiegel kunt maken. Dat wil hij graag. De therapeut neemt de vol-

gende keer een spiegeltje mee. De spiegel heeft een vlakke en een vergrotende kant. Op beide kanten zet hij zijn naam en tekent hij zichzelf, op de vergrotende kant met een snor en haren. Ze zijn allebei Kenan, zegt hij. De vergrotende spiegel is de sterke Kenan, de andere spiegel is de blije Kenan. 'Nu ben ik de spiegelman,' zegt hij ten slotte.

Door deze vorm van creatieve therapie krijgen de kinderen over het algemeen merkbaar meer zelfvertrouwen, meer idee van een eigen identiteit en meer vrijheid. Soms lossen de problemen zich zo op; soms is doorverwijzing naar RIAGG of kliniek nodig.