

Blijvend ondergedoken als opschorting van rouw

Louis M. Tas*

Begin jaren tachtig keek de wereld verbaasd op: er was gebleken dat er zich nog groepjes Japanse soldaten schuilhielden in de jungle. Zij konden of wilden niet geloven dat de oorlog was afgelopen, dat hun keizerrijk gecapituleerd had. In hun trouw wezen ze alle desbetreffende geruchten af als vijandelijke propaganda, en het heeft na de ontdekking nog veel moeite gekost ze te overtuigen en te repatriëren.

Even verbaasd is de hulpverlener die merkt hoeveel patiënten er nog zijn die ondanks de bevrijding nog 'ondergedoken' leven. Ja, bij een schril geval denk je er wel aan, als iemand geen geluid durft te maken in haar flat, en overbodige voorraden aanlegt. Maar het blijkt in veel meer gevallen een zienswijze te zijn die allerlei anders onbegrijpelijke verschijnselen zinvol maakt.

Het motief voor zo'n psychische stilstand in de tijd lijkt me niet altijd gelegen in de onuitwisbare indruk die de onderduik gemaakt heeft - ondanks alle in de diepvries geraakte angsten - maar in het opschorten van rouw en verdriet. Magisch houdt men zijn ouders in het leven door de bevrijding en wat daarbij hoort aan onontkoombaar voldongen feiten, niet helemaal au sérieux te nemen.

In een enkel geval kon ik dit vermoeden, dat u misschien speculatief voorkomt, overtuigend bevestigd zien.

De onderduik scoorde niet hoog toen begin jaren zestig een verdeelsleutel bedacht werd voor de Duitse 'Wiedergutmachung'; onderduik was kennelijk iets 'erger' en gaf meer recht op schadeloosstelling dan enkel maar met een ster lopen, maar was minder erg dan gevangenis of kamp.

Maar als 'erg' betekent: de kans dat je er iets aan overhoudt, weet ik zo net nog niet of mijn ervaring als therapeut klopt met die ambtelijke taxatie ... Regelmatig kom ik bij mensen verschijnselen tegen die ik kan begrijpen als voortduren, psychisch, van de onderduiksituatie.

Niet zelden stuit ik, als ik dat opper, op ongeloof en tegenspraak bij

* Louis M. Tas is zenuwarts, psychoanalyticus I.P.A., groeps- en gezinstherapeut.

de betrokkenen, die zelf hun klachten nooit met de onderduik in verband hadden gebracht.

Bijvoorbeeld: iemand die als klein meisje ondergedoken was geweest, vertelt naar aanleiding van werklieden die ze had moeten laten komen, dat ze altijd onbegrijpelijk panisch wordt als er 'vreemde mensen' in haar huis zijn. Iemand in de therapiegroep waarin ze dit vertelt, oppert: maar vreemde mensen betekenen toch zeker levensgevaar voor onderduikers en voor de gastheren? Tegenspraak: geen sprake van angst - het was juist een leuk spelletje; er stond een doos ergens op een kast en het werd herhaaldelijk geoefend hoe je daar, als het signaal werd gegeven, binnen tien tellen in verdwijnen kon.

Pas toen men haar vroeg: en als je je indenkt dat je eigen kinderen in die situatie zouden zitten?, moest ze onwillig toegeven dat het er dan niet meer zo leuk uitzag ...

Leeftijd

De psychoanalyticus Keilson heeft in zijn beroemde dissertatie aangetoond hoe traumatisch het is voor kleine kinderen, bij je ouders en uit je vertrouwde omgeving te worden weggescheurd. En dan vaak uit de nieuwe omgeving ook weer, vaak herhaaldelijk. En na de onderduik als regel slecht te worden opgevangen. En ook heeft hij natuurlijk gelijk met zijn verstandig en systematisch toepassen van psychoanalytische ontwikkelingspsychologie om het tijdstip van de eerste en de opeenvolgende verscheuringen zoveel mogelijk in verband te brengen met de aard van de storing.

Maar je mag niet extrapoleren dat bijvoorbeeld adolescenten en helemaal volwassenen dan géén gevaar voor beschadiging meer liepen. Zo goed er psychotherapie mogelijk is, genezende beïnvloeding, op volwassen leeftijd, zo is het ook mogelijk dat er situaties zijn die als een 'negatieve therapie' iemand op min of meer volwassen kalenderleeftijd ingrijpend beschadigen. Dat kort na de bevrijding zelfs psychoanalytici daar soms blind voor waren, kan worden begrepen doordat ze zelf in de noodzaak waren hun eigen recent opgelopen vervolgings-traumata te loochenen.

Ik ben verbaasd als ik zie dat zelfs in psychoanalyses er hetzij geen aandacht aan is besteed, hetzij niets van is beklijfd, dat patiënten nooit aan rouw over hun dierbaren zelfs maar waren begonnen. Een

goede vriend van me was jaren in analyse. Hij was ondergedoken geweest. Hij had een ouder en een zuster verloren en was zelf ternauwernood gered uit de muil van de leeuw. Toen een paar jaar geleden tijdens een partner-relatietherapie de therapeut terloops opmerkte dat de bezettingstijd voor joden heel moeilijk was geweest, werd hij onverwacht en voor het eerst door enorme droefheid overmand ...

Er kan een pathologische stijl van leven aan de hand zijn die begrijpelijk wordt - in één geval door de patiënt zelf herkend - doordat alle bezigheden als voorlopig en vrijblijvend worden ervaren, net als in de onderduiktijd, toen het er alleen maar op aankwam de tijd door te komen. In de onderduiktijd komt het er bovendien vooral op aan, niet op te vallen, je gedeisd te houden. In het leven van die man waren er situaties die onmiddellijk en krachtig ingrijpen vereisten, maar waar hij met een totale blokkade op reageerde: tot zijn schade. Volgens mij een bij de onderduik passende 'learned helplessness'. Ook hier viel op hoe ernstige rouwstoornissen aan de aandacht waren ontsnapt.

Het duidelijkst bleek - na dertig jaar - de samenhang tussen rouwop-schorting en onderduik-voortduren bij een vrouw die een pleinvrees ontwikkelde toen haar jongste kind naar de kleuterschool ging. (De samenhang die gesuggereerd wordt door die tijdsopvolging was me toen, dertig jaar geleden, in het geheel niet duidelijk.)

Er waren details die de pleinvrees met de onderduik associeerden. Op regenachtige dagen voelde ze zich bijvoorbeeld veel beter, want tijdens de onderduik mocht ze als het regende op het binnenplaatsje, waar dan niemand kwam.

Er was een 'phobic companion', zoals men vaak vindt als iemand pleinvrees heeft, die haar het leven mogelijk maakte door haar op straat te vergezellen. Achteraf vind ik dat die wel leek op het jongere broertje dat tijdens de onderduik, toen ze zich op een keer met andere ondergedoken kinderen in een gevaarlijke situatie moest verbergen, had gefluisterd, heel aandoenlijk: 'Wees maar niet bang, ik ben bij je.' Bij het eerste gesprek kwam de echtgenoot mee en maakte een grapje: hij wees op mijn sofa en vroeg: 'Is het de bedoeling dat we daar samen op gaan liggen?'.

Wie niets van de onderduikachtergrond zou afweten, ziet een fobie die nogal klassiek aandoet, zodat een biologische psychiater of een gedragstherapeut - stel ik me voor - meteen weet wat hem te doen

staat ... Maar juist bij haar viel het opduiken en bewerken van een dagdroom (die behelsde dat haar moeder toch nog leefde) tot mijn verrassing samen met het verdwijnen van haar fobie. Ik kom er nog op terug.

Gestremde rouw

In 1914 beschreef Freud in *Trauer und Melancholie* als eerste het normale rouwproces, waarbij wat hij noemde de 'Trauerarbeit' verricht wordt. Hij deed dat in termen van zijn libido-theorie, die heel goed van pas komt om te beschrijven hoe je je gehechtheid stukje bij beetje terugneemt van iemand waar je om rouwt, waarbij je je losscheurt voor elke situatie afzonderlijk die je gewend was met hem of haar te delen, en de psychische pijn te verduren krijgt die daarbij hoort. Slechts voorzover deze 'Trauerarbeit' is volbracht, ben je in staat je aan een nieuw 'object' te hechten. In tegenstelling tot de Melancholie, de depressie, wordt bij normale rouw het passende verdriet doorleefd. Na de Tweede Wereldoorlog heeft John Bowlby het enorme belang van gehechtheid aan moeders en aan de omgeving voor de latere gevoelsontwikkeling beschreven (in *Child Care and the Growth of Love*), en later uitvoerig de fenomenologie van attachment (gehechtheid) en loss (verlies). Helaas was die verrijking van het psychoanalytisch weten nog niet beschikbaar toen die het meest nodig was: onmiddellijk na de oorlog, toen er namelijk over het lot van bijvoorbeeld wees geworden ondergedoken kinderen moest worden beslist; maar ook in het analyseren van volwassenen werd er, zoals ik al zei, uit onwetendheid veel essentieels compleet over het hoofd gezien.

Hier kan ik alleen maar aanstippen wat Bowlby en andere door Melanie Klein geïnspireerde Engelsen beschreven hebben. Hoe vrijwel elk verlies aanvankelijk loochening teweegbrengt, waarmee ik niet alleen bedoel dat de stereotiepe reactie is: "t Is niet waar?!", maar dat het verstandelijke weten nog lang niet betekent dat je het belang ervan tot je gevoel kunt toelaten. Hoe bijvoorbeeld minstens de helft van degenen die recent een verlies leden, degeen die dood is levend tegenkomen, om pas na enkele seconden vol verdriet vast te stellen dat het iemand anders is ... Hoe je je emotioneel terugtrekt, hoe er vijandigheid ontstaat jegens degeen die je door te sterven in de steek heeft gelaten, hoe je in de 'verwijtfase' allerlei mensen - bijvoorbeeld de dokter(s) - de schuld geeft, om het eigen schuldgevoel (over de vij-

andigheid) kwijt te raken, hoe er een gevoel van 'angry yearning', 'boos hunkeren', opsteekt, dat het hele leven kan duren en dat de centrale emotie is bij bijvoorbeeld masochisme. En hoe men zich (had Freud al ontdekt) via vereenzelviging met allerlei aspecten van de verdwenene voor het gemis tracht schadeloos te stellen.

Je kunt blijven steken in elk stadium van het rouwproces, vooral in het allereerste, de loochening, waarbij je kunt zeggen dat de rouw in het geheel niet wordt aangegaan, althans emotioneel niet. Of waarbij men alle gelegenheden vermijdt die aan het verlies zouden kunnen herinneren. Die vorm van gestoord zijn in het rouwen trof ik nogal eens aan bij mensen die ondergedoken zijn geweest.

Een gestoord rouwproces leidt tot een geheel of partieel stilstaan in de tijd, in de groei. Iemand merkte op, naar aanleiding van een schrijfster die haar vader had zien weghalen toen ze twaalf jaar oud was: 'Als ze aan haar vader denkt is ze twaalf.' Je blijft stilstaan in de gevoelsituatie van voor het verlies waar je niet aan wilt. Ik ga ervan uit dat het syndroom van leven-alsof-nog-ondergedoken in vele gevallen met niet-rouw gepaard gaat, ja eruit voortkomt.

Welnu, elke ontwikkeling gaat gepaard met rouwprocessen, van grote (zoals het van huis gaan van een oudere zuster) tot kleinere. Je moet altijd van iets vorigs afscheid nemen.

Wie niet kan rouwen, kan ook zijn kinderen niet goed volgen bij hun groeiprocessen. Ik heb enkele gevallen gezien van zware stoornissen bij kinderen van ex-onderduikers die zelf aan bizarre rouwstoornissen leden. Onder 'bizar' versta ik een gedrag dat eruitziet of het met opzet gek is. Bijvoorbeeld: bij een gezinstherapie van een schizofrene jonge volwassene geven de ouders, die gedurende de bezetting ondergedoken waren geweest, op mijn verzoek een beschrijving van hun niet teruggekomen ouders. De man geeft aan: 'Mijn moeder was een rotmens; mijn vader een pestkop.' De vrouw: 'Mijn ouders waren prachtmensen.'

Om met de vrouw te beginnen, het bleek onmogelijk erachter te komen op grond van welke herinneringen ze die ouders zo beschreef; het leek of ze beledigd was, alsof ik door zulke vragen te stellen blijk gaf aan haar woorden te twijfelen. De man kon of wilde zijn negatieve oordeel ook nauwelijks toelichten of relativeren. U zult misschien denken: brute, primitieve persoonlijkheden? Allerm minst. De vrouw wordt door iedereen als hartelijk en gastvrij beschreven, en de man was diepgaand in andere mensen geïnteresseerd, in grote mensen en

in kinderen. Iedereen die hem gekend heeft, ik ook, bewaart een warme, wat vertederde herinnering aan hem. Misschien kan men zeggen dat hij soms zelf niet afkerig was van goedmoedig plagen. Dus doen de uitspraken over zijn ouders eerder als een symptoom aan dan als een kenmerkende uiting. Met het perspectief van twintig jaar afstand, vind ik eerder dat het leek op 'je kunt de pot op', wat hij ten beste gaf. Geen primitieve, brute persoon, maar een primitieve, brute afweer.

Iets dergelijks gaat op voor de reactie van iemand die onlangs een pak Kleenex bij me zag liggen: 'Ben je verkouden?' Het klonk even als een grapje, alsof hij heel goed begreep dat er bij een psychotherapeut soms gehuild wordt. Maar nee: dit bleek - in ernst - niet bij hem te zijn opgekomen... Hij is zelf maatschappelijk werker en kan zich niet herinneren dat er ooit bij hem gehuild werd. (Interessant genoeg: dat is sedertdien veranderd.)

Dit is zo ongeveer wat ik met 'bizar' bedoel: bijna moedwillig aandoende 'rare' reacties. Misschien kun je het ook zien als een primitief op een afstand houden van iedereen die het onderwerp ter sprake zou kunnen brengen.

De oudste reactie van de mens toen hij merkte dat er sterven bestond, zal wel geweest zijn dit te loochenen. De doden kregen als ze werden begraven - of gebalsemd - van alles mee, alsof ze er nog iets aan hadden. Bowlby beschrijft in 'Loss' hoe sommige nabestaanden bijvoorbeeld iemands persoonlijke bezittingen, kleren, werkkamer, in stand hielden alsof hij of zij zou kunnen terugkomen van weggeweest, en dan alles trouw verzorgd zou kunnen hervinden. Hij noemt dat overdrachtelijk 'mummificatie'.

Wat er waarschijnlijk altijd gebeurt is, denken-over, fantaseren, waarbij de dode op de een of andere manier nog bestaat. De vraag gezond-of-niet hangt slechts af van de mate waarin zulke fantasieën het handelen bepalen, niet van hun inhoud. Toen bijvoorbeeld mijn eigen grootvader van moederszijde stierf, ik was achttien en hem zeer genege, werd hij - in de fantasie - een soort beschermer van me. Curieus, dat is niet langer zo, nu ik zelf de leeftijd heb die hij ongeveer had zoals ik hem mij herinner. Maar toen in 1978 mijn vader stierf, viel het mij op dat dit niet gebeurde. Hij was absoluut 'weg'. Een goede vriendin zei: 'Dat betekent dat je nog niet gelooft dat hij dood is.' En inderdaad, toen ik anderhalf jaar daarna na een ongeluk in het ziekenhuis lag, en een bromvlieg bijna te pakken had in de vitrage bij het

raam, bedacht ik net op tijd dat als mijn vader terug was gekomen om een oogje in het zeil te houden, het natuurlijk juist iets voor hem was om dat onhandig, in deze gedaante te doen. Het effect van deze fantasie was dat ik me door de herinnering aan mijn vader getroost voelde, en nog voel.

Het is een wetmatigheid in de ziekteleer dat als ons afweersysteem faalt, juist dat de 'ziekte' is. Dat geldt ook in het psychische, in de 'inner world'. Zonder fantasie valt er niet te leven, maar als het mislukt daarmee het hoofd te bieden aan vreselijke dingen die op ons afkomen, geven de fantasieën juist vorm aan de ziekte die we dan krijgen. Het oudst bekende voorbeeld daarvan zijn 'hysterische' symptomen die bleken te zijn opgetrokken op onbewuste fantasieën die in eerste instantie als troost waren bedoeld. Werden ze 'geduid', dat wil zeggen gedeeld, dan kreeg men er meer vat op en het symptoom genas, meestal relatieproblemen achterlatend.

Zoals gezegd heb ik duidelijk gezien hoe een ernstige straatfobie dertig jaar bestond en verdwenen bleek toen de fantasieën boven water kwamen die het verlies van iemands moeder dragelijk moesten maken - door het te loochenen - maar die het rouwproces beletten, zodat degeen die het overkwam bijna dertig jaar lang 'ondergedoken' moest leven. In andere gevallen zag ik de combinatie: van ondergedoken levenswijze én ernstige rouwstoornis, maar slechts een aanduiding van de verbindende fantasieën. De gedachte die ik hier ontvouw, ben ik nog niet eerder tegengekomen: een gestremde rouw kan iemand (gedeeltelijk, emotioneel) vasthouden in de tijd waarin het verlies nog niet ter kennis was genomen. Bij onderduikers is dat de tijd, de omstandigheden, de sfeer van de onderduikperiode zélf. Daar kan natuurlijk ook bij komen dat men emotioneel nog gebonden blijft aan de onderduik-'ouders', -broertjes, -zusjes. (Die zelf waarschijnlijk vaker dan men beseft schade opliepen door het komen en weer gaan van de onderduikers.)

Ook dat is dan een gemankeerd rouwproces. Het is bekend dat kinderen niet echt bevrijdend kunnen rouwen tenzij ze daar heel goed bij worden gesteund en geholpen. Wie zich de situatie indenkt waarin dat had moeten gebeuren, begrijpt dat daar weinig kans op was. Neem alleen al het feit dat kinderen in eerste instantie hun rouw tonen door lastig te worden...

Maar lang niet alleen bij kinderen, ook voor ouderen, adolescenten en volwassenen vormden de breuk in de levensloop, het geïsoleerd zijn

van alle vrienden en bekenden en het afweermiddel dat men aan gereikt kreeg: aan de wereld de rug toekeren, een beletsel om aan het compleet beleven van het verdriet toe te komen. Trouwens, verdriet is een afschuwelijk en machteloos gevoel, waar veel hulpverleners te makkelijk over denken. Het slachtoffer zit trouwens toch al vaak gevangen in allerlei 'verplichte' gevoelens, zoals dankbaarheid. Doe er een gevoel bij, dat hij 'moet' voelen, en verwacht een averechts resultaat.

In het geval van de vrouw die ik met grote onderbrekingen dertig jaar kon volgen, heb ik de trouw bewonderd waarmee ze, via haar fantasieën, haar moeder magisch in leven liet. Maar ik kende die fantasieën slechts ten dele. In het begin hoorde ik dat ze 'vroeger' wel had gedacht dat haar moeder zich ergens in Rusland schuilhield, met geheugenverlies. Ik had beter moeten weten en begrijpen dat 'vroeger' altijd voortduurt. En moeten bedenken dat gestoorde rouwprocessen en ziekmakende fantasieën vooral voorkomen als de gevoelens jegens de gestorvene onbewust ook vijandigheid behelzen. Deze vrouw echter, had binnen haar familie personen waar ze welverdiende vijandschap voor voelde; ik kwam niet op het idee, of nam het niet genoeg au sérieux, om daar het Kleiniaanse mechanisme van splitting bij te vermoeden. En in de steek laten - laat ik er mee volstaan te vermelden dat haar vader dat controleerbaar reëel gedaan had.

Ik dacht dat het aan moeder toegeschreven 'geheugenverlies' op het hare leek, want ze kon zich weinig herinneren behalve pijnlijke scènes, waarvan ik alleen wil zeggen dat de vader er een akelige rol bij speelde.

Degeen waarover ik het heb, had in dertig jaar haar eigen kinderen - zonder moederlijk voorbeeld - tot in de volwassenheid opgevoed toen er pas duidelijk werd dat er aan de fantasie over haar moeder een verwijtend, althans wantrouwig aspect zit. Had haar moeder niet erg weinig emotie getoond toen de kinderen een voor een het huis uitgingen, met onbekenden, naar geheime verblijfplaatsen? Had moeder er misschien niet genoeg van, van al die kinderen en die etterbak van een echtgenoot, en had ze misschien zich daarom geheugenverlies laten overkomen?

Toen heeft ze zich energiek en vindingrijk zekerheid weten te verschaffen over de ware gevoelens destijds van haar moeder, die bleek wanhopig van verdriet te zijn geweest, en had zich voor de kinderen 'goed gehouden'.

Terwijl ze me van de aangrijpende scènes vertelde waarbij haar dat verteld was, bleek in een soort terzijde dat er geen kwestie meer was van straatvrees.

Dit alles is niet door mijn - sporadische - therapie gekomen; veeleer had ze zelf, door het opvoeden van haar kinderen, een draagkrachtig moederbeeld opgebouwd en in een kortdurende, heftige rouw de paranoïde fantasie laten varen.

Deze geschiedenis vestigt wel de aandacht op thema's die in een therapie actief zouden moeten worden opgezocht. Bij schaamte en bij rouw en zeker als die twee gecombineerd voorkomen, mag geen therapeut volstaan met de patiënt op de voet te volgen.

Dit artikel is een bewerking van een artikel dat onder dezelfde titel verscheen in ICODO-info vol. 9 (1992) 2, pp. 46-52.

Literatuur

Bowlby, J., 'Grief and mourning in infancy and early childhood', in: *Psychoanalytic study of the child* vol. 15 (1960), pp. 9-51.

Freud, Sigmund, 'Rouw en melancholie', in: *Formuleringen over de twee principes van het psychisch gebeuren*. Amsterdam/Meppel: Boom, 1985 (Sigmund Freud Nederlandse Editie: Psychoanalytische Theorie 1).

Keilson, H., *Sequentielle Traumatisierung bei Kindern. Descriptiv-klinische und quantifizierend-statistische follow-up Untersuchung zum Schicksal der jüdischen Kriegswaisen in den Niederlanden*. Stuttgart: Ferdinand Enke Verlag, 1979.