

Helpers bij het verwerkingsproces

Freddy Begemann*

Het portret van Halinka

Onderstaande voordracht werd gehouden op een bijeenkomst voor vrijwilligers uit de organisaties voor oorlogskinderen en voor de naoorlogse generatie. Deze bijeenkomst begon met een door de filmer Willy Lindwer vervaardigd portret van Halinka.

Halinka werd in het getto in Warschau geboren. Omdat haar ouders vreesden dat ze als joden de vervolging niet zouden overleven, hadden ze met de wijkagent afgesproken, dat de pasgeboren Halinka over de muur van het getto zou worden geworpen en verder, tegen betaling, in diens gezin zou worden opgevoed. Het is inderdaad nog één of twee keer gelukt om geld naar dit gezin te sturen, maar daarna stopten de betalingen, naar later bleek omdat de ouders van Halinka doodgeschoten waren. Halinka echter overleefde de oorlog in het pleeggezin. Na de oorlog werd ze door rabbijn Drucker, zoals andere joodse kinderen die in Polen de oorlog hadden overleefd, uit het gezin losgekocht en in een weeshuis voor joodse kinderen opgenomen. Via bemiddeling van deze rabbijn kwam Halinka vervolgens bij een kinderloos Pools-joods echtpaar in Nederland terecht, waar ze dan verder werd opgevoed. Vlak voor ze naar de middelbare school ging, kwam ze van haar pleegouders haar eigenlijke afkomst te weten.

In de film gaat Halinka op zoek naar haar verleden.

Mag het wel?

De film is indrukwekkend en vertelt een schokkend verhaal. En naar aanleiding van deze film zal ik ingaan op de structuur van het verwerkingsproces, waarbij ik het onder meer zal hebben over sprookjes en over het spelen van kinderen. De eerste vraag die ik moet beantwoorden luidt dus, of dat wel mag, of dat wel passend is.

Ik heb twee argumenten om deze vraag bevestigend te beantwoorden. Het eerste argument volgt nu meteen, het tweede argument kan ik pas halverwege mijn verhaal geven.

Het eerste argument ter rechtvaardiging van deze lezing is, dat het verwerkingsproces een positief proces is. Als dit zo is, is het ook toegestaan in positieve termen over het verwerken te spreken.

Het verwerkingsproces is positief, op een vergelijkbare manier als rouwen positief is. Hulpverleners weten dat het verdriet na een ernstig verlies nooit werkelijk verdwijnt; wel wordt het minder pijnlijk en ontredderend, ook omdat de perioden waarin het verdriet op de achtergrond raakt steeds langer worden. Het verwerken van traumatische ervaringen heeft een vergelijkbaar effect. Je wordt niet beter, in medische zin, want de klachten na traumatisering verdwijnen nooit helemaal. Maar wel worden ze

* Dr. F.A. Begemann is als onderzoeker verbonden aan het ICODO.

door het verwerken minder bedreigend en kun je ze een plaats in je leven geven. Dat komt onder meer omdat door het verwerken de klachten wat op de achtergrond raken, terwijl er een ander thema op de voorgrond komt te staan, namelijk het vinden van een identiteit.

Kijk maar naar de film die we zojuist gezien hebben. De gebeurtenissen waar de film over gaat, zijn verschrikkelijk: een pasgeboren baby die als een pakketje over de muur wordt gegooid, het is onvoorstelbaar. Maar het verhaal over deze gebeurtenissen is niet verschrikkelijk. Integendeel, door het verhaal dat deze vrouw vertelt, komt ze voor je tot leven en ga je iets van haar kracht voelen, ook in de manier waarop ze vertelt. En ze is in ieder geval geen zielige patiënt.

Dat staft me in mijn mening dat verwerken een positief proces is. Door het verwerken krijgt deze vrouw een identiteit. Het proces waarmee ze die identiteit vindt is positief, niet omdat de gebeurtenissen die ze vertelt positief zijn, integendeel; maar omdat dit proces het haar mogelijk maakt uiteindelijk het indrukwekkende verhaal te vertellen, dat we zojuist gehoord hebben. En omdat het verwerkingsproces positief is, mag ik er vanmorgen in positieve termen over spreken.

Zoals gezegd, halverwege mijn lezing zal ik nog een tweede argument voor mijn aanpak geven.

Wat verwerken niet is

Dan ga ik nu over naar het eigenlijke thema van mijn inleiding, namelijk het verwerkingsproces en de rol van helpers daarbij.

Om nader te bepalen wat verwerken volgens mij is, zal ik eerst kort aangeven wat verwerken volgens mij niet is.

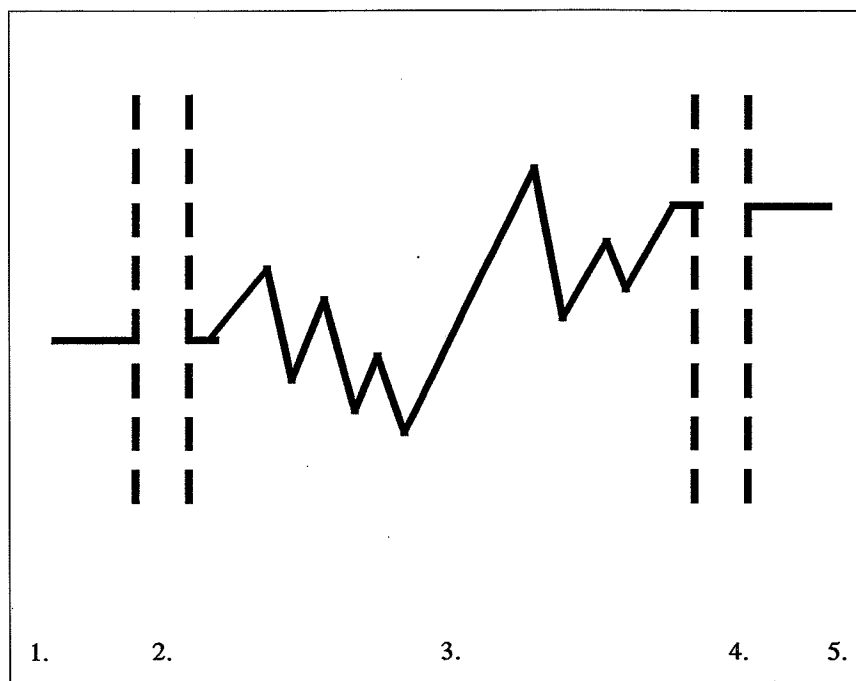
Voor het ICODO hou ik regelmatig een lezing waarin ik inga op de psychologische kenmerken van traumatisch geweld, op de psychologische processen die daardoor op gang komen en op de manier waarop deze processen tijdens de hulpverlening doorwerken. Het is een nuttig verhaal, maar het gaat niet over verwerken, maar over traumatisering.

Een tweede voorbeeld van wat verwerken niet is. Er is veel onderzoek gedaan naar factoren die een positieve invloed hebben op het verloop van psychotherapie. Opnieuw: het is een belangrijk onderwerp, maar het is iets anders dan verwerken.

Een derde voorbeeld. Men heeft veel tijd en moeite besteed aan onderzoek naar het proces dat cliënten tijdens een therapie doormaken, bijvoorbeeld het afnemen van defensief gedrag en het bereiken van inzicht. Nu worden we inderdaad warm, dit komt in de buurt van het verwerkingsproces. Maar het verwerken is ruimer dan de veranderingen die optreden bij een individuele cliënt. Bij het verwerken heb je te maken met anderen: met je ouders, je partner, je familie, je kinderen. En je hebt te maken met je wortels: je cultuur en je geschiedenis. Het persoonlijke hoort inderdaad bij het verwerkingsproces, maar het is er maar een onderdeel van, omdat het verwerken naast individueel-psychologische ook altijd sociale en historische dimensies kent.

Wat is verwerken dan wel?

Na deze voorbeelden van wat verwerken niet is, wil ik nu aangeven wat verwerken volgens mij dan wel is. Dat kan ik het beste doen aan de hand van deze tekening (zie figuur 1), die de structuur aangeeft wat in de culturele antropologie een overgangsritueel wordt genoemd. Dit ritueel kent vijf fasen:



Figuur 1.
Structuur overgangsritueel

1. De fase van het oude evenwicht.
2. Een fase van losmaking.
3. De marginale fase.
4. Een fase van vereniging.
5. En tenslotte het bereiken van een nieuw en hoger evenwicht.

Een klassiek voorbeeld vormen de initiatie-riten, zoals veel Afrikaanse stammen die kennen. Stel je bijvoorbeeld een aantal zwarte jongetjes voor, die onbezorgd bij hun moeder wonen en gezellig met hun zusjes en met andere meisjes spelen. Dat is het oude evenwicht. Maar als ze een jaar of veertien zijn, worden ze door de mannen van de stam uit deze vrouwenwereld gehaald en met een aantal leeftijdgenoten buiten het dorp in een aparte ruimte afgezonderd - dat is de fase van losmaking. In deze aparte ruimte worden ze enige tijd aan een aantal beproevingen onderworpen: dat is de marginale fase, de kern van het ritueel. Als deze fase de voorgeschreven tijd heeft geduurd, wordt er in de stam een groot feest aangericht en komen de jongens terug in het dorp; dit is de fase van vereniging. Maar als de jongens terugkeren, hebben ze een nieuwe sociale positie verworven: ze horen nu niet meer bij de vrouwen en de kinderen, maar bij de volwassenen en weerbare mannen. Het ritueel heeft dus tot een nieuw en hoger evenwicht geleid.

Ook in onze samenleving is dit overgangsritueel duidelijk te onderkennen. Denk bijvoorbeeld aan het 'gaan studeren', waarmee de meeste jongeren tegenwoordig een aantal jaren van hun

leven vullen. Het nog naar school gaan en bij vader en moeder thuis wonen, is het oude evenwicht. Het uit huis gaan en op kamers gaan wonen, is de fase van losmaking. Dan volgen de studentenjaren, die meestal enigszins rommelig verlopen. In deze fase hebben de jongeren wat minder verantwoordelijkheid; een student is bijvoorbeeld, gemiddeld genomen, slordiger gekleed dan de gemiddelde volwassene. En dan, na een aantal jaren, beëindig je de marginale fase door af te studeren, waarna je je OV-jaarkaart moet inleveren en een baan zoeken: dit is de fase van vereniging. En als dan uiteindelijk de baan gevonden is, verandert de ex-student in een volwaardig lid van de volwassen samenleving: dat is het nieuwe en hogere evenwicht dat via het overgangsrитуeel is bereikt.

De centrale stelling

De centrale stelling van mijn verhaal luidt nu, dat de structuur in figuur 1 zowel opgaat voor het verwerkingsproces alsook voor het verhaal over het verwerkingsproces, maar ook voor sprookjes. Ja, dat komt onverwacht, wat hebben die sprookjes ermee te maken? Veel sprookjes, dat hoop ik straks nog met enige voorbeelden te laten zien, beschrijven psychologische ontwikkelingsprocessen. Omdat sprookjes dezelfde structuur hebben als het verwerkingsproces, kunnen ze de aard van dit proces verduidelijken. Ik zal het nu korthedshalve niet meer over het verwerkingsproces hebben, maar over de zoektocht, omdat dit de term is die in de praktijk het meest gebruikt wordt. De centrale stelling is dus dat we de structuur van het overgangsrитуeel terugvinden in de zoektocht, in de verhalen over de zoektocht, maar ook in veel sprookjes.

Voor ik dit alles kan aantonen, moet ik eerst weer even ingaan op de vraag wat ik onder de zoektocht versta. Ik begin weer met kort aan te geven wat de zoektocht in ieder geval niet is.

Als mensen een verhaal vertellen over hun traumatische ervaringen en over de klachten die zij daaraan hebben overgehouden, vertellen ze niet over de zoektocht. Een verhaal over trauma's en klachten is een medisch verhaal, een verhaal dat je aan een arts, en vooral een keuringsarts, vertelt. Artsen willen weten hoe ziek je bent en waardoor je ziek bent geworden. Het levert een op zich belangrijk verhaal op, maar het is niet een verhaal over de zoektocht. Ik herinner u eraan dat het in de film geen enkel moment over klachten gaat.

Een verhaal over de zoektocht kun je herkennen aan het feit dat het de structuur vertoont van het overgangsrитуeel. Dat merkte ik toen ik voor mijn onderzoek naar de naoorlogse generatie deelnemers van praatgroepen interviewde. Want de groepsdeelnemers laten hun verhaal beginnen op een moment in hun leven dat ze zich in verwarring voelen; en het was deze verwarring die hun zoektocht noodzakelijk maakte. In de filosofie wordt deze verwarring vervreemding genoemd: als mensen vervreemding ervaren, wijst dat erop dat in hun leven een oud evenwicht doorbroken is.

Onder invloed van de verwarring komt het zoekproces op gang: men gaat bijvoorbeeld deelnemen aan een praatgroep of

men wordt actief in een organisatie voor oorlogsgetroffenen. Omdat men tijd en energie in de groep of de organisatie stopt, wordt men marginaal; de tijd en energie die de zoektocht kost, is niet meer beschikbaar voor de normale sociale verplichtingen. Bovendien vormt de groep of de organisatie een plaats waar men activiteiten kan ontplooiën waarvoor in eerdere sociale relaties geen ruimte was; dit is de kans die de marginaliteit biedt. Denk ter vergelijking terug aan de Afrikaanse jongetjes die buiten het dorp een tijdelijke plaats krijgen waar ze hun beproevingen moeten ondergaan.

Leidt de zoektocht ook tot een nieuw en hoger evenwicht? Wordt de zoektocht ooit werkelijk afgesloten? Het is een moeilijke vraag, want mensen blijven natuurlijk hun leven lang zoeken, en dus lijkt het niet zo nuttig om van een nieuwe fase van evenwicht te spreken. Aan de andere kant zijn er argumenten om dit juist wel te doen.

Bij mijn interviews met de leden van de praatgroepen merkte ik bijvoorbeeld, dat de groepsdeelnemers de groep in een latere fase gingen gebruiken om een verhaal over hun leven te maken dat ze aan buitenstaanders konden vertellen. Zo bereidden zij zich erop voor om zich op een nieuwe manier aan de mensen buiten de groep te presenteren. Iets vergelijkbaars kan men zien bij mensen die binnen de organisaties van oorlogsgetroffenen actief zijn. Door deel te nemen aan de activiteiten van de organisatie kunnen ze zichzelf op een nieuwe manier aan buitenstaanders laten zien, namelijk als mensen voor wie de oorlog belangrijk is. Ook de film die we vanmorgen zagen is een voorbeeld van het nieuwe evenwicht dat na de fase van hereniging tot stand kan komen: door het meewerken aan de film, wat voor Halinka ongetwijfeld een soort afronding is geweest, kan zij haar levensverhaal vertellen op een manier waardoor dit niet alleen voor haar persoonlijk, maar ook voor ons relevant is.

Het sprookje de sneeuwkoningin

Nu we de structuur van de zoektocht behandeld hebben, kan ik ingaan op het eigenlijke thema van mijn voordracht, namelijk de rol van helpers bij het verwerkingsproces. Het beste kan ik u uitleggen wat ik onder helpers versta aan de hand van een sprookje, en ik heb daarvoor het sprookje 'De sneeuwkoningin' van Andersen uitgekozen.

Ik herinner u aan mijn uitgangspunt, namelijk dat sprookjes dezelfde structuur hebben als de zoektocht en het verhaal over de zoektocht. Vanuit dit uitgangspunt zal ik dit sprookje op twee manieren analyseren: ik zal de structuur van het overgangsrитуeel naar voren halen en ik zal ingaan op de rol van helpers en tegenstanders. Deze laatste termen ontleen ik aan de narratologie, een tamelijk ingewikkelde tak van wetenschap die de structuur van verhalen onderzoekt en daarbij termen vindt die soms ook voor niet-narratologen interessant zijn. Maar ik zal nu eerst het verhaal van Andersen navertellen.

Het is een rijk verhaal, waarvan ik alleen een aantal fasen zal bespreken. Het gaat over twee buurkinderen, Kay en Gerda, die als het verhaal begint tevreden in hun rozentuintje zitten - hier



Kay wordt ontvoerd door de
sneeuwkoningin

herkennen we het oorspronkelijke evenwicht. Hoe wordt dit evenwicht doorbroken? De duivel heeft een spiegel gemaakt die in miljoenen stukjes versplinterd is en Kay krijgt één van deze splintertjes in zijn oog. Door dat scherfje verandert Kay in een rationalist, die alleen nog maar de negatieve kant van de dingen ziet. Daardoor kan de sneeuwkoningin hem gevangen nemen en in haar slee ontvoeren. Onderweg geeft ze hem twee kussen waardoor zijn hart bevriest en als ze hem een derde keer gekust had, was hij gestorven. Zo verloopt de fase van scheiding.

De eigenlijke zoektocht in het sprookje begint als Gerda de wereld ingaat om Kay te zoeken: zo wordt ze marginaal. Gerda maakt enorm veel mee en ik noem maar enkele episodes. Ze drijft bijvoorbeeld in een bootje over de rivier en wordt dan door een oud vrouwtje naar de kant getrokken. De vrouw neemt Gerda mee naar haar schattige huisje, met een prachtige tuin erbij waar de bloemen nooit verdorren. Maar de vrouw is eigenlijk een heks: ze kamt Gerda's haren met een gouden kam, zodat ze Kay en haar zoektocht vergeet en in een gedachteloos geluk in de tuin blijft spelen, maandenlang. Pas als Gerda op de hoed van de vrouw een roos ziet, denkt zij er weer aan hoe zij en Kay in de rozentuin zaten en dan herinnert zij zich ook de zoektocht weer en gaat ze opnieuw de wereld in. De oude vrouw, die eerst zo aardig leek, was dus eigenlijk een tegenstander die Gerda's zoektocht heeft tegengewerkt.

Gerda wordt ook nog door rovers gevangen genomen en als een soort levende speelpop uitgereikt aan een roversmeisje. Het is een echt roversmeisje, want ze heeft een lang en gevaarlijk mes en tegen Gerda zegt ze: 'Als je me boos maakt, zal ik je slachten.' Wanneer het roversmeisje haar vraagt hoe ze in het bos terecht is gekomen, vertelt Gerda over haar zoektocht. Terwijl ze vertelt luisteren duiven op de balk boven haar hoofd en een door de rovers gevangen gehouden rendier mee. En nadat het roversmeisje in slaap gevallen is, vertellen de duiven dat ze weten waar Kay zich bevindt: in het paleis van de sneeuwkoningin aan de noordpool. En het rendier vertelt dat hij de weg weet en Gerda daar naar toe kan brengen. Het is duidelijk; de duiven en het rendier zijn echte helpers. Maar uiteindelijk blijkt ook het roversmeisje geen tegenstander maar een helper te zijn. Want als ze de volgende morgen van Gerda hoort wat de duiven en het rendier gezegd hebben, laat ze haar samen met het rendier uit het rovershol ontsnappen.

Voor Gerda bij de noordpool aankomt, heeft ze nog een ontmoeting met de Finlandse, een geduchte tovenares. Het rendier smeekt haar om Gerda een tovermiddel mee te geven, zodat zij zich tegen de sneeuwkoningin teweer kan stellen. En dan zegt de Finlandse iets belangrijks, namelijk dat Gerda een grote kracht in zichzelf heeft en dat zij het uiteindelijk van deze kracht zal moeten hebben. Misschien geldt dit wel voor iedereen die met een zoektocht bezig is.

En dan komt Gerda op de noordpool aan, waar het heftig sneeuwt. De sneeuwvlokken die rond haar neerdwarrelen worden steeds groter en veranderen in demonen die Gerda aanvalen. Gerda is bang maar bidt tot God. En dan veranderen de sliertjes damp van haar adem in engelen, die de demonen aanvalen en verslaan. Weer een duidelijk voorbeeld van helpers en tegenstanders.

Dan kan Gerda het paleis van de sneeuwkoningin binnengaan. En daar treft ze Kay aan, bezig met ijsschotsen het wereldraadsel op te lossen. Maar Kay is zo koud geworden, hij is bijna helemaal verward. En dat maakt Gerda zo bedroefd dat ze begint te huilen en één van haar tranen valt op het hart van Kay en doet het ontdooien. Dit is het dus wat Gerda te bieden heeft: haar tranen als ze ziet wat er van Kay terecht is gekomen. Als Kay's hart weer tot leven komt, herinnert hij zich Gerda weer en begint ook hij te huilen. En door zijn tranen spoelt het scherfje uit de spiegel van de duivel uit zijn oog zodat hij de werkelijkheid weer kan zien. En dan gaan Gerda en hij naar huis - de fase van vereniging. Maar als ze thuis zijn gekomen, zien ze in de spiegel dat ze geen kinderen meer zijn, maar opgegroeid tot volwassenen. En als volwassenen blijven ze voortaan samen; dit is het hogere evenwicht dat ze uiteindelijk bereikt hebben.

De rol van helpers en tegenstanders

Aan de hand van dit verhaal heb ik twee dingen willen laten zien: allereerst hoe in een sprookje de structuur van het overgangsritueel valt te herkennen en vervolgens welke rol helpers en tegenstanders in een sprookje spelen.



Gerda onderweg op haar
zoektocht naar Kay

Het is duidelijk dat Gerda en Kay in dit verhaal een psychologisch ontwikkelingsproces doormaken: Kay moet kennelijk de verhouding van gevoel en verstand uitzoeken en Gerda moet de kracht van haar liefde voor Kay bewijzen. Pas als beiden hun eigen ontwikkeling hebben doorgemaakt, kunnen ze zich als volwassenen in een hoger evenwicht opnieuw verbinden.

Belangrijk in dit sprookje is ook dat het lang niet altijd zo duidelijk is wie of wat nou precies helpers of tegenstanders zijn. Natuurlijk, soms is de zaak helder, bijvoorbeeld bij de demonen en engelen op de noordpool, of bij de duiven en het rendier in het rovershol. Maar het oude vrouwtje aan het begin van het verhaal lijkt aanyankelijk een helper, terwijl ze later een tegenstander blijkt te zijn die Gerda's zoektocht afremt. Het omgekeerde geldt voor het roversmeisje dat eerst Gerda bedreigt, maar haar uiteindelijk helpt ontsnappen.

Hier zit volgens mij een belangrijke les. Zoals vaak pas aan het eind van de zoektocht duidelijk is waar je werkelijk naar op zoek was, zo kun je ook vaak dan pas zeggen wie en wat de helpers waren en wie en wat de tegenstanders. En vaak blijken bepaalde mensen zowel helpers als tegenstanders te zijn geweest. Gaat dat misschien ook op in de praatgroep? Zijn de groepsgenoten alleen maar elkaar helpers of is de werkelijkheid gecompliceerder? En de mensen buiten de groep, zijn dat tegenstanders, of kun je ook buiten de groep helpers vinden? Wat is de rol van je ouders, je

partner, je kinderen? En welke rol speelt het oorlogsverleden of de joodse of Indische achtergrond? Wat helpers zijn of tegenstanders is vaak pas aan het eind van de zoektocht duidelijk.

Nu ik met behulp van dit sprookje op de rol van helpers en tegenstanders ben ingegaan, wil ik weer terugkeren naar de film die we vanmorgen gezien hebben. Als je oplet, merk je dat ook in het leven van Halinka een groot aantal helpers voorkomen die het haar mogelijk hebben gemaakt om in de film over haar zoektocht te vertellen. Denk maar aan het verhaal dat haar pleegvader haar over haar afkomst vertelt. Denk ook aan het bezoek aan Warschau en aan het archief waar ze het geboorteregister na- zoekt; op de film zien we duidelijk hoe belangrijk het voor haar is daar opeens haar eigen naam te zien staan. Denk ook aan het bundeltje documenten en foto's dat ze van haar pleegvader krijgt; jarenlang is het stevig afgesloten geweest, maar door de vragen van haar kinderen en het maken van de film gaat het bundeltje open en durft ze er steeds vaker in te kijken. En wat is de rol precies van rabbijn Drucker, die haar loskocht uit het Poolse pleeggezin en door wiens bemiddeling ze in Nederland terecht kwam? En dan is er nog dat kleine popje van stof, dat de rabbijn haar heeft gegeven toen ze bij de Poolse familie wegging en dat ze vervolgens op elke foto uit die tijd bij zich draagt; wat betekent dat popje voor haar? En welke rol speelt Willy Lindwer, welke rol haar kinderen die haar vragen gaan stellen? En wat is onze rol, als we naar deze film zitten te kijken?

Volgens mij speelt alles wat ik hier opnoemde als helper een rol bij het tot stand komen van Halinka's verhaal. Maar wat is de rol van helpers precies? Dat is nog helemaal niet zo makkelijk aan te geven.

Zoekregels

Daarom wil ik nu wat systematischer nagaan wat en wie bij het verwerkingsproces de helpers zijn en welke rol ze daarbij spelen. Dat is niet zo'n makkelijke vraag, want bij het verwerkingsproces hebben helpers twee soorten rollen: ze helpen je een *inhoud* voor je verhaal te vinden, zoals de pleegvader doet als hij Halinka vertelt waar ze werkelijk vandaan komt; en ze helpen je om je verhaal te leren vertellen. Want het kunnen vertellen van je levensverhaal is geen vanzelfsprekendheid, maar iets dat je moet leren. Bij dit leren spelen helpers een rol.

Een tweede complicatie is, dat de zoektocht altijd op twee niveaus speelt: het zoeken richt zich vanuit het heden naar het verleden, zodat mensen of dingen van vroeger weer belangrijk worden; maar het zoeken is ook een activiteit in het heden, waarbij in het hier en nu helpers een rol hebben.

Op grond van deze analyse kunnen we concluderen dat je helpers bij het verwerkingsproces langs twee dimensies kunt ordenen:

- langs de dimensie competentie - inhoud;
- en langs de dimensie verleden - heden.

Deze twee dimensies leveren vier cellen op (zie figuur 2). In de rest van deze lezing wil ik proberen deze vier cellen in te vullen.

Figuur 2.
Zoekschema: Helpers bij het
verwerkingsproces

	Verleden	Heden
Competentie = kunnen vertellen	Eigen domein Eigen tijd Speelgoed Speelgenoten in gezin: broers zussen op straat/school Verhalen van anderen 'Juffie'	Eigen domein Eigen tijd → marginale fase Tekeningen; imaginatie Groeps- cq lotgenoten vrienden familie Verhalen van anderen Reisgenoten
Inhoud verhaal	Verhalen van anderen Feiten Bronnen: ooms, tantes broers en zussen Ervaringen → felt meaning Personages toen: ouders broers en zussen Eigen personage	Plekken; voorwerpen foto's Verhalen van anderen Feiten Bronnen: ooms, tantes documenten Ervaringen → felt meaning Personages nu: ouders broers en zussen lotgenoten partners Eigen personage → identiteit

Hoe moeten we dat aanpakken? Als onderzoeker weet ik hoe je dingen moet vinden, namelijk via zoekregels. Daarom zal ik u nu drie zoekregels presenteren, waarmee we de vier cellen een inhoud kunnen geven. Hopelijk kunt u deze regels ook gebruiken om voor uzelf de helpers te vinden die in uw eigen verwerkingsproces een rol hebben gespeeld.

De eerste zoekregel:
het symbolische spel

De eerste zoekregel ontleen ik aan de kinderpsycholoog Piaget. Ik heb me namelijk afgevraagd wat er in de psychologische ontwikkeling aan het vermogen om verhalen te vertellen voorafgaat. En dan geloof ik dat het symbolische spel een belangrijke voorloper is van het latere vertellen.

Piaget hecht grote waarde aan het spelen van kinderen. Waarom? Omdat kinderen voortdurend gevoelens van onmacht beleven. Kinderen leven immers in een wereld bestemd voor volwassenen, waarin de volwassenen ontelbaar veel dingen kunnen, waartoe het kind nog lang niet in staat is. Het kind wordt dus elke dag vele malen geconfronteerd met eigen onmacht en inferioriteit. Voor deze gevoelens nu kunnen kinderen compensatie vinden in het symbolische spel. Want terwijl ze spelen maken ze met hun fantasie een eigen wereld, waarin ze niet onmachtig maar competent zijn en waarin ze voor wat ze doen bewondering oogsten. Daarnaast is het spel natuurlijk een voorbereiding op de

volwassenheid, denk aan het spelen met poppen of het spelen van vader- en moedertje.

Wat het symbolisch spel voor een kind kan betekenen, weet ik nog goed uit mijn eigen jeugd. Toen ik opgroeide was de strip Kapitein Rob populair, het verhaal over een eenzame zeeman die met zijn hond Skip in zijn zeilboot De vrijheid de oceanen bevoer en daarbij vreselijke avonturen beleefde. Met mijn jeugdvriendje Maarten speelden we die strip na, bij hem thuis in de slaapkamer, met de gordijnen dicht. We zetten dan de stoelen en de tafels op hun kant waardoor ze in boten veranderen waarmee we met brullende motoren de zeeën bevoeren. Een grotere held ben ik in mijn latere leven nooit meer geworden.

Deze jeugdherinnering helpt me om de cellen te gaan invullen (zie figuur 2). Om te spelen heb je een eigen domein nodig, de slaapkamer, en een eigen speeltijd, waarin de volwassenen je met rust laten. Verder heb je speelgoed nodig: de stoelen en tafels die voor ons in boten veranderden. En er zijn de kinderen die met je meespelen, je vriendjes op straat of op school, of je broers en zussen.

Van hieruit is de lijn naar het verwerkingsproces makkelijk door te trekken. Om je eigen verhaal te vinden heb je een eigen domein nodig, dat je bijvoorbeeld in de praatgroep of in een organisatie voor oorlogsgetroffenen kunt vinden. En je hebt een eigen tijd nodig, een kortere of langere periode waarin mensen je een beetje met rust laten, zodat je je met de zoektocht kan bezig houden. En er is 'speelgoed' dat je op je zoektocht kan helpen, denk aan het papier en de verf en de klei van creatieve therapie, of aan het schriftje voor een dagboek. En ook voor de zoektocht heb je anderen nodig: de groeps- en lotgenoten, maar ook je partner en je ouders en je kinderen en je familie en vrienden.

De compenserende functie van vertellen

Aan het begin van mijn lezing heb ik de vraag gesteld of het wel passend is om naar aanleiding van het schokkende verhaal dat we in de film gehoord hebben, aan de hand van sprookjes en spelende kinderen in te gaan op het verwerkingsproces. Ik ben nu op een punt in mijn lezing aangekomen, waarop ik wat deze vraag betreft nog een tweede argument kan geven.

Volgens Piaget heeft het symbolische spel een compenserende functie, want door het creëren van hun eigen wereld krijgen de kinderen een compensatie voor hun gevoelens van onmacht. Een vergelijkbare compensatie biedt het vertellen van je eigen verhaal. Hier ligt een belangrijk punt, waar ik nog wat nader op inga.

Mensen die getraumatiseerd werden, hebben allen in een situatie verkeerd waarin anderen machtiger waren dan zij. En dat heeft hun visie op de werkelijkheid beïnvloed. Denk aan een kind dat opgroeit in een gezin waar een gezinsgeheim is. Aan u hoef ik dat niet uit te leggen wat dit betekent: het kind heeft dan allerlei ervaringen waarvoor het binnen het gezin geen woorden kan vinden. Dat wijst er op dat er in het gezin machtsongelijkheid bestaat; omdat de visie van de ouders domineert, zijn de kinderen niet in staat een eigen visie op de werkelijkheid in het gezin te ontwikkelen.

Bij een nog grotere machtsongelijkheid wordt niet alleen de

ontwikkeling van het eigen verhaal afgeremd, maar gaat het proces nog een stap verder: je krijgt of je dat nu wilt of niet een rol in het verhaal van een ander. Dat viel me op toen ik mannen interviewde die in een strafkamp waren geïnterneerd. De vervolgers hadden een duidelijke visie: de geïnterneerden waren slecht, waardeloos en ze konden gemist worden; er gingen per dag meerdere mannen dood. En omdat de vervolgers de macht hadden, konden ze condities creëren die hun definitie tot werkelijkheid leek te maken. Want als je mensen maar lang genoeg te weinig te eten geeft en bovendien met arbeid overbelast, dan zullen zij uiteindelijk struikelen en dingen laten vallen. En dat lijkt dan weer het straffen en slaan te rechtvaardigen. En zo wordt de duivelse cirkel gesloten.

Ik geef een tweede voorbeeld van de manier waarop mensen met meer macht hun visie kunnen opleggen aan een minder machtige partij. In ernstig pathologische gezinnen lijdten de ouders niet alleen onder herbelevingen van hun traumatische verleden, maar brengen zij dit bovendien ook door hun eigen gedrag steeds weer tot leven. Zonder dat de ouders zelf dit beseffen, vertoont hun gedrag patronen die het trauma dat ze hebben meegemaakt meer of minder duidelijk afbeelden. En de kinderen die in deze gezinnen opgroeien krijgen een rol toebedeeld in dit verborgen, zich steeds weer herhalend drama. Voor deze kinderen is het niet alleen moeilijk om een eigen visie op de werkelijkheid te ontwikkelen, hun vervreemding gaat nog een stap verder: omdat ze een rol krijgen in het verborgen drama van hun ouders, wordt de werkelijkheid van hun ouders ook hun eigen werkelijkheid.

Natuurlijk wil ik deze ernstig getraumatiseerde ouders niet met kampbeulen vergelijken; de vervolgers in de kampen kun je voor hun gedrag verantwoordelijk stellen, terwijl door het geweld beschadigde ouders patronen herhalen zonder dat zij zich daar zelf bewust van zijn en zonder dat zij daar zelf invloed op kunnen uitoefenen. Wat ik wel probeer aan te geven is, hoe onder extreme condities machtsongelijkheid bij de minder machtigen leidt tot een aantasting van het vermogen om zelf, vanuit de eigen ervaringen, een beeld van de werkelijkheid te vormen.

Na deze uitweiding kan ik mijn tweede argument geven om vanuit het kinderspel en vanuit sprookjes naar het verwerkingsproces te kijken. Net zoals kinderen onmacht ervaren, hebben ook alle getraumatiseerde mensen onmacht ervaren. En zoals kinderen in het symbolische spel een compensatie vinden, zo kunnen getraumatiseerde volwassenen een compensatie voor hun onmacht vinden door een eigen levensverhaal te maken.

Dat zie je heel duidelijk tijdens creatieve therapie. We weten dat dit een vorm van hulpverlening is die vooral voor jonggetraumatiseerden bruikbaar is, dus voor degenen die als jong kind getraumatiseerd werden. Veel jonggetraumatiseerden hebben angstige ervaringen gehad op een leeftijd dat ze nog niet konden spreken. En zolang ze geen woorden voor hun ervaringen vinden, zet zich de onmacht uit hun vroege jeugd ook in hun volwassenheid voort. Om nu te garanderen dat ze over het angstige uit hun jeugd alsnog een werkelijk eigen verhaal kunnen maken,

sluit creatieve therapie aan bij het psychische niveau dat aan de taal voorafgaat, dus bij de laag in de psyche die beelden en symbolen maakt. Via het maken van beelden en tekeningen wordt er een voorlopig niet-talige 'afbeelding' gemaakt van de bedreigende herinneringen en de daaraan verbonden emoties. Vanuit dit fundament kan dan een eigen verhaal ontwikkeld worden door naar woorden te zoeken die op dit niet-talige verhaal over vroeger aansluiten. Zo kan creatieve therapie een compensatie bieden voor de onmacht die de cliënten als jong kind ervaren hebben.

Een tweede voorbeeld van de compenserende functie van het spel zien we in de film. De kleine Halinka is als kind extreem onmachtig geweest. Rabbijn Drucker zegt dan wel dat ze zich niet zo erg verzette toen hij haar vanuit het Poolse pleeggezin naar het weeshuis bracht, maar dat neemt niet weg dat het voortdurend anderen zijn die bepalen wat er met haar gebeurt, ook als ze uiteindelijk naar Nederland wordt gehaald. Het moet werkelijk zeer ingrijpend zijn geweest, de scheiding die zo'n klein kind steeds opnieuw doormaakte. En daarom is waarschijnlijk dat popje maar bij haar in de buurt. Het popje is het enige dat blijft, de enige 'persoon' aan wie zij zich kan hechten. Ja, dat popje moet enorm belangrijk voor haar zijn geweest. Maar dat is zo omdat ze speelde, want het is haar fantasie die het popje tot leven wekt en alleen dan kan het haar troosten.

De tweede zoekregel: de inhoud van het verhaal

Ik probeer dus zoekregels te formuleren, waarmee we de vier cellen van figuur 2 kunnen invullen, maar waarmee u ook zelf de helpers kunt vinden die bij uw eigen verwerkingsproces een rol hebben gespeeld.

De tweede zoekregel die ik u wil geven luidt, dat een verhaal een inhoud heeft. Dat lijkt weinig spectaculair, maar ik zal laten zien dat deze regel ons toch verder helpt.

Want de inhoud van een verhaal kun je op verschillende niveaus ordenen. Het eerste niveau is dat van de feiten. Als je de feiten niet kent en dus niet weet wat er gebeurd is, kun je geen verhaal vertellen. Vandaar dat we in de film deze vrouw naar Warschau zien gaan; vandaar ook het gesprek met rabbijn Drucker in Israël, dat het haar mogelijk maakt een aantal lacunes in haar verhaal met feiten op te vullen.

Maar feiten zijn nog geen verhaal. Pas als feiten een ervaring voor je worden, kun je er een verhaal over vertellen. Feiten worden ervaringen als ze een persoonlijke betekenis voor je krijgen. Hoe dat gaat, zie je heel mooi in de film gebeuren. Halinka staat in Warschau voor het ziekenhuis waar ze geboren is; en ze kijkt dan van de gevel van dat ziekenhuis naar de plek zo'n twintig meter verderop, waar in de oorlog de muur van het getto stond. Je ziet dan hoe ze met haar ogen die ruimte doorkruist; en later zegt ze dat ze nu pas begrijpt hoe het mogelijk is dat ze als pasgeboren baby over de muur gegooid kon worden; het was inderdaad vlakbij. Door daar te staan en met haar ogen langs de weg te gaan die haar vader indertijd met haar heeft afgelegd, haalt ze de feiten van haar eigen geschiedenis dichterbij en maakt ze die

tot een persoonlijke ervaring. En zo komen ook haar emoties dichterbij, zoals we in de film zien.

Met behulp van deze zoekregel kunnen we de cellen van figuur 2 verder opvullen. Helpers die je in staat stellen de inhoud van je verhaal te vinden zijn: de bronnen (ouders, ooms, tantes, broers en zussen), documenten en foto's, maar ook de getuigen, waaraan je de feiten voor je verhaal ontleent. Vervolgens zijn het de ervaringen die de feiten bij je oproepen, de ervaringen in het verleden, maar ook de ervaringen die je nu, tijdens de zoektocht opdoet.

Er is nog een derde niveau in een verhaal te onderscheiden, namelijk het niveau van de personages. De personages in je verhaal verwijzen naar de mensen die in je leven een rol gespeeld hebben of nog spelen. Zodra je over deze mensen gaat vertellen, veranderen ze in personages die, doordat ze in je verhaal een rol spelen, voor jou een persoonlijke betekenis krijgen. Juist hier zien we heel duidelijk de compenserende werking van vertellen. Ik verwijs weer naar de film.

De Poolse ouders hadden een enorme macht over de kleine Halinka, naar uit de film blijkt letterlijk een macht van leven en dood. Want toen de betalingen na het doodschieten van Halinka's ouders ophielden, heeft haar pleegvader overwogen om het kleine joodse meisje maar te vondeling te leggen. Als niet inmiddels haar pleegmoeder aan haar gehecht was geraakt, zou dit ook werkelijk gebeurd zijn, wat waarschijnlijk haar dood betekend zou hebben. In de film, als Halinka over deze mensen vertelt, zie je duidelijk welke ambivalente gevoelens zij bij haar oproepen. Aan de ene kant heeft ze aan hen haar leven te danken; maar tegelijk hebben deze mensen overwogen haar aan haar lot over te laten. Als kind was Halinka letterlijk aan deze mensen uitgeleverd. Maar nu, nu ze over hen vertelt, kan ze op hen een eigen visie ontwikkelen. Want de pleegouders worden nu tot personages in haar verhaal, en door deze beide kanten van hun karakter in haar verhaal te belichten, begint ze te verwoorden wat ze van deze mensen vindt.

In de verhalen die mensen over hun ouders vertellen, zien we heel vaak een vergelijkbare compensatie. Vroeger hadden je ouders meer invloed en waren zij het die grotendeels de gang van zaken bepaalden. Maar wanneer je als volwassene een verhaal over ze gaat vertellen, krijg jij het voor het zeggen en kun je op wat er vroeger in het gezin gebeurde een eigen visie ontwikkelen.

Een belangrijk punt is, dat je door over jezelf te vertellen een rol gaat spelen in je eigen verhaal. In dat verhaal word je dus ook zelf een personage. Zo begin je een visie op jezelf te ontwikkelen - en dat is het begin van het vinden van een identiteit. Ook dit zien we weer in de film gebeuren. Halinka vertelt over een sleutelmoment in haar leven, dat plaatsvindt als ze achttien jaar oud is. Haar pleegouders willen haar adopteren en de procedure is al zo ver gevorderd, dat ze alleen nog maar haar handtekening hoeft te zetten. Maar op het laatste moment weigert zij haar medewerking. Waarom? Daarover is ze nu ze dit verhaal vertelt,

heel duidelijk: 'Het enige wat ik heb is mijn naam; die verkoop ik niet, die geef ik niet [weg], die hou ik, dat ben ik.'

Het is een sleutelmoment in haar leven, maar ook in haar levensverhaal. Want je eigen naam maakt je tot een uniek individu, maar verbindt je tegelijk met je familie en de geschiedenis van die familie. Door aan haar naam vast te houden, legt ze de basis voor een eigen identiteit. En door dit moment in haar levensverhaal een belangrijke plaats te geven, maakt ze zichzelf tot een personage en kan ze haar identiteit laten zien.

De derde zoekregel:
de luisteraar

Ik kom nu aan de derde zoekregel die ik u vanmorgen wil presenteren. Zoals een verhaal zonder verteller niet kan bestaan, zo komt ook een verhaal pas tot leven, als er iemand is die ernaar luistert. Maar wat is de rol van de luisteraar precies? Om deze vraag te beantwoorden keer ik weer terug naar het symbolische spel. Want ik geloof dat je iets van de rol van de luisteraar kunt begrijpen als je je afvraagt hoe volwassenen het spelen van kinderen kunnen stimuleren.

Deze vraag brengt me onmiddellijk weer terug naar mijn jeugd. Ik krijg een beeld van de juffie van onze kleuterschool voor ogen; een vrouw die veiligheid bood, want ze snoot onze neuzen, strikte onze veters, zette ons op de wc als dat nodig was en ze zorgde voor orde in de klas; maar ook een vrouw die op een prachtige manier met ons kon spelen. Ik herinner me bijvoorbeeld dat we eens 's ochtends in de klas aankwamen en dat ze zei: 'Kinderen, we gaan naar het strand.' En met een blauw schoolkrijtje tekende ze krullen op de stoffige planken vloer van ons klaslokaal: dat was de zee. En toen zei ze: 'Nu gaan we pootjebaden. Maar voorzichtig, zorg dat je niet nat wordt.' Dus wij heel voorzichtig, voetje voor voetje de zee in. 'Nu komt er een golf aan, pas op kinderen!' En wij stoven gillend naar achteren, om toch vooral niet nat te worden. En toen weer voorzichtig naar voren, en dan weer naar gillend terug naar het strand. Het was voor een heel klasje kinderen een adembenemend spel, en dat met één blauw krijtje.

Uit dit voorbeeld blijkt wat een spel kan doen. Als we 's ochtends op school komen, zijn we een losse groep kindertjes. Maar als we gaan spelen, gaat ons gedrag structuur vertonen: we lopen eerst voetje voor voetje naar voren, en dan stuiven we allemaal gillend naar achteren. Deze structuur ontstaat door het spel: spelen betreft mensen op elkaar en brengt hen samen in een sociaal verband. Zo kan ook het vertellen van verhalen mensen op elkaar betrekken.

Een tweede herinnering aan juffie van de kleuterschool. We mochten een middag vrij spelen. De meisjes deden meisjesspeltjes en wij jongens speelden met de blokkendoos, zo'n mooie ouderwetse, met massieve blokken van blank hout. Meestal werden ze verdeeld, maar die middag maakten alle jongens samen met alle blokken van de blokkendoos een enorm bouwsel. Het werd een toren die al vrij snel zo hoog werd dat we er stoelen bij moesten halen om er verder aan te kunnen bouwen. Maar hoe hoger onze toren werd, hoe meer bekijks we kregen, tot uiteindelijk al-

le meisjes om ons heen stonden. En ook juffie kwam erbij. Toen we niet verder konden, nam ze het spel over, maar ze maakte er een nieuw spel van waaraan de hele klas kon meedoen. Want bij elk nieuw blok zei ze: 'Zou hij het houden, of zullen we nu maar stoppen?' Nee, dat wilden we natuurlijk niet, doorgaan! En dan het ademloze moment bij het neerleggen van het nieuwe blok, of de toren zou instorten of blijven staan. En dat steeds opnieuw: 'Zullen we doorgaan?' 'Ja!' tot uiteindelijk alles omdonderde onder een oorverdovend gejuich van ons allemaal, want daar was het natuurlijk om begonnen.

Uit dit voorbeeld zien we hoe volwassenen iets aan het spel van kinderen kunnen toevoegen. Belangrijk is aan de ene kant dat het spel er al is: als wij jongens niet aan die toren begonnen waren, had juffie daaraan niet verder kunnen bouwen. Maar aan de andere kant voegt juffie iets aan ons spel toe, want door haar ontstaat er een nieuw spel, dat de hele klas in spanning houdt.

Hebben deze herinneringen nog iets met het verwerkingsproces te maken? Ik geloof het wel en ik verwijs weer naar de film. Het is duidelijk dat Halinka ook voor ze Willy Lindwer ontmoette al over haar leven heeft nagedacht; een versie van haar levensverhaal is voor ze de film maakt al aanwezig. En juist daarom kan Lindwer bij het filmen het vertellen van haar ondersteunen, bijvoorbeeld door haar te interviewen, door met haar naar de foto's en documenten te kijken en door met haar naar Warschau en Israël te reizen.

Tegen deze achtergrond geloof ik dat ik kan aangeven wat een goede luisteraar doet. Ik ben er niet helemaal zeker van, maar typerend voor een goede luisteraar zou wel eens kunnen zijn, dat deze je uit de marginale fase kan halen. Dat is in ieder geval wat Lindwer voor Halinka heeft gedaan: hij heeft haar verhaal een vorm gegeven waardoor het aan buitenstaanders getoond en verteld kan worden.

De reisgenoot

Zou dat niet mooi zijn, als je bij het verwerkingsproces een luisteraar zou tegenkomen die je uit de marginaliteit kan bevrijden? Maar bestaat er wel zo'n luisteraar? En wat moet je doen om zo'n luisteraar te vinden?

Over deze vragen gaat een sprookje dat ik u vanmorgen nog vertellen wil. Het heet 'De reisgenoot' en het is weer geschreven door Andersen. Ik vertel u het verhaal achterstevoren, want zo kan ik mijn boodschap duidelijker overbrengen.

Het verhaal gaat over Johannes, die na de dood van zijn vader het huis van zijn jeugd verlaat en de wijde wereld intrekt. Uiteindelijk trouwt hij met de prinses en wordt koning, zoals dat in sprookjes gaat. Maar het eigenaardige van dit verhaal is, dat alle beproevingen die Johannes in de marginale fase moet ondergaan, eigenlijk voor hem worden opgeknapt door de reisgenoot, een makker die hij onderweg is tegengekomen. Bij oppervlakkig lezen zou je kunnen denken dat Johannes maar een druilloor is en dat eigenlijk de reisgenoot met de prinses had moeten trouwen. Maar dan heb je het verhaal niet goed begrepen. Want het sprookje gaat eigenlijk over de vraag hoe Johannes de reisgenoot vindt.

In dat verband moet ik een scene aan het begin van het verhaal navertellen. Johannes schuilt voor een vreselijk noodweer in een kerkje, waar een dode man blijkt te zijn opgebaard. Johannes is niet bang, maar erger is dat zich ook nog twee slechte mannen in de kerk bevinden. Zij willen de dode buiten in de regen neerleggen, omdat deze hen nog geld schuldig is. Dat vindt Johannes zo'n vreselijk idee, dat hij de boeven het geld dat hij na de dood van zijn vader van huis heeft meegenomen aanbiedt, als ze de dode maar met rust willen laten. Wat betekent dat precies, dat Johannes zijn erfenis op deze manier weggeeft? Het geld symboliseert volgens mij de veiligheid uit zijn jeugd, de zekerheid van zijn kindertijd. Pas als Johannes zijn erfenis opgeeft, laat hij deze zekerheid los. Pas dan wordt hij werkelijk marginaal.

Belangrijk is de manier waarop Johannes zijn geld weggeeft. Hij had het bijvoorbeeld kunnen opmaken aan drank en vrouwen. Maar nee, Johannes geeft zijn geld weg op een manier die past bij zijn wezen, want Johannes is een goede Johannes. Marginaliteit op zich is geen verdienste, zegt het sprookje terecht, want ook junkies zijn marginaal, zonder dat dat zo interessant is. Marginaliteit wordt pas vruchtbaar als het een stap is op de weg naar het vinden van jezelf, als het je helpt om te worden wie je in wezen bent. Dat blijkt uit de afloop van het verhaal. Want aan het eind van het sprookje, als Johannes met de prinses getrouwd en koning is, onthult de reisgenoot wie hij is: de dode man uit het kerkje die is teruggekeerd om Johannes zijn daad te vergelden.

Hoe vind je dus een luisteraar die je uit de marginaliteit kan helpen? De enige manier, zegt het sprookje, is op weg gaan, de marginaliteit aandurven. Want alleen dan kun je een reisgenoot vinden.

Geldt dit ook voor het verwerkingsproces en de zoektocht? Ik geloof het wel. Weer verwijs ik naar de film: pas als Halinka de moed heeft gevonden om haar verhaal te vertellen, pas dan kan Willy Lindwer een reisgenoot worden die een vorm voor haar verhaal vindt, waardoor wij er vanmorgen naar konden kijken.

Iets vergelijkbaars merkte ik tijdens mijn interviews met de deelnemers aan praatgroepen. Een man vertelde bijvoorbeeld dat hij al lange tijd dacht dat zijn klachten iets met de oorlog te maken konden hebben. Maar werkelijk deze relatie leggen, daar schrok hij toch voor terug. We weten natuurlijk wel hoe dat komt: die oorlog is zo groot en belangrijk, en de anderen hebben het altijd moeilijker gehad dan jij. Maar dan komt deze man in de groep terecht. Hij vertelt daar zijn verhaal en legt dan heel voorzichtig toch een verband met de oorlog. Terwijl hij vertelt, kijkt hij de kring rond, om te zien of de anderen hem zullen afwijzen. Maar hij ziet mensen die zitten te knikken. En dat geeft hem een geweldige steun, zodat hij verder durft te gaan op deze weg. En zo vindt hij in de groep de helpers, die reisgenoten worden. Want in de groep wordt zijn verhaal opgenomen in een gemeenschappelijk verhaal, dat hem helpt om uiteindelijk ook buiten de groep zijn levensverhaal op een nieuwe manier te vertellen. Maar hij vindt zijn reisgenoten pas, als hij zelf de eerste stap zet door het verhaal waar hij zo onzeker over is toch te vertellen.

Ik wil mijn verhaal afsluiten met een gedicht van Achterberg. Ik vind het zelf erg mooi, omdat het voor mij de beste formulering is van wat hulpverlening, maar ook lotgenotenhulp, zou moeten zijn. Het gaat over de rol van de luisteraar en over de vraag hoe je die luisteraar vindt:

Wandeling

*Wat nimmer vers geworden was
heb ik den vriend beleden
in woorden, stroef en wars,
als hars, en zeer ten dele.*

*Met mij in het moeras
ging hij tussen de stelen
van een helwit albast.*

*Ik weet niet hoe ik genas
achter zijn dichte oogleden
van angst om dit gewas.*

*Maar toen hij weer ziende was
stonden er bloemen, vele,
nog zonder naam in het gras.*

Ik zal u kort aangeven hoe ik voor mezelf dit gedicht interpreteer.

In het eerste couplet beschrijft de dichter heel herkenbaar wat het betekent om moeilijke verhalen te vertellen: het gaat niet makkelijk en je vertelt nooit werkelijk alles. Belangrijk is dat het verhaal gaat over wat 'nimmer vers geworden was'. Het is kennelijk een verhaal dat de dichter niet langs de voor hem normale weg, dus als dichter kan vertellen. Als hij dan toch tegenover zijn vriend erover begint, wordt hij marginaal, zoals uit het volgende couplet blijkt.

Hoe marginaliteit voelt, wordt in dit couplet beschreven. De marginale fase wordt vergeleken met een moeras, een gevaarlijke plaats waarin je kunt wegzakken. En daar groeien enge witte planten. Wat betekent het dat ze wit zijn? Planten worden wit als ze geen licht krijgen. Dus het gaat om planten uit de nacht, of planten die het daglicht niet kunnen velen.

Eng dus, maar in het volgende couplet wordt beschreven hoe de dichter geneest van 'angst om dit gewas.' Bij deze genezing spelen de gesloten oogleden van zijn vriend een belangrijke rol. Wat wordt daarmee bedoeld? Naar mijn mening twee dingen: dat het verhaal bij de vriend is aangekomen, het zit achter zijn oogleden; en dat deze erover nadenkt.

En waar dat toe leidt lezen we in het laatste couplet: het moeras is veranderd in gras, waarop je kunt staan en dat houvast biedt; en de enge witte planten zijn tot bloemen geworden, dus tot nieuwe mogelijkheden. Ze staan zonder naam in het gras, dus de dichter kan er namen aan geven, want daar zijn dichters voor. Kennelijk heeft de vriend het verhaal van de dichter zo over-

dacht en zo teruggegeven, dat wat eerst niet in een vers kon worden opgenomen, nu daar wel een plaats in kan krijgen.

Dat vind ik een prachtige beschrijving van wat hulpverlening of lotgenotenhulp op zijn best zou kunnen zijn: zo luisteren naar de cliënt of naar elkaar, dat de bevrijding uit de marginaliteit mogelijk wordt. Wie zou zo'n luisteraar niet willen tegenkomen? Dan zou het verwerkingsproces toch wel heel wat makkelijker worden. Maar waar vind je zo'n luisteraar, bestaat die eigenlijk wel?

Ja, maar dan moet u toch nog eens het eerste couplet lezen: waar de woorden 'stroef en wars' staan, en waar de dichter zegt dat het verhaal 'maar zeer ten dele' verteld wordt. Zo moeilijk is het om werkelijk de eerste stap te zetten, om werkelijk de marginaliteit aan te durven. Maar alleen als je die eerste stap zet, vind je de reisgenoten die je weer thuisbrengen.

Noot

Illustraties: Ingrid en Dieter Schubert. Uit: *Sprookjes en verhalen van Hans Christian Andersen*, Rotterdam: Lemniscaat, 1992.

Literatuur:

- Agterberg, G., *Verzamelde gedichten*. Amsterdam: Querido, 1964.
Andersen, H.C., *Sprookjes en verhalen*. Rotterdam: Lemniscaat, 1992.
Bal, M., *De theorie van vertellen en verhalen. Inleiding in de narratologie*. Muiderberg: Dick Coutinho, (1978) 5e herziene druk 1990.
Begemann, F.A., *Hulp aan slachtoffers van de Tweede Wereldoorlog. Een visie*. Lisse: Swets & Zeitlinger, 1995.
Durlacher, G.L., *De zoektocht*. Amsterdam: Meulenhoff, 1991.
Gadamer, H.G., *Die Aktualität des Schönen. Kunst als Spiel, Symbol und Fest*. Stuttgart: Philipp Reclam, (1977) 1983.
Piaget, J., *Play, dreams and imitation in childhood*. London: Routledge & Kegan, (1951) 3e druk 1972.
Wertheim-Cahen, T., *Getekend bestaan. Beeldend-creatieve therapie met oorlogsgetroffenen*. Utrecht: ICODO, 1991.