

12. Israël, late gevolgen en recent geweld

Dr. D. Brom

Inleiding

In deze bijdrage staat de vraag centraal welke sporen oorlogsgeweld nalaat na vijftig jaar en in het bijzonder wat de gevolgen zijn wanneer mensen moeten omgaan met meer recente traumatische ervaringen. De ervaring waarop ik mijn betoog baseer is die van AMCHA, de organisatie die zich ten doel stelt psychosociale hulp te verlenen aan diegenen onder de 350.000 overlevenden van de Tweede Wereldoorlog, die vandaag in Israël leven. Ik hoefu niet te vertellen wat voor een serie oorlogen in Israël heeft gewoed sinds 1948. De vraag die zich uiteraard wel heeft voorgedaan is hoe deze oorlogen werden doorstaan door diegenen, die al eerder aan het meest grenzeloze oorlogsgeweld hadden blootgestaan. En wellicht belangrijker dan dit, hoe zijn mensen te helpen, die problemen ondervinden met het omgaan met nieuw oorlogsgeweld, terwijl er op de achtergrond oudere oorlogstraumata spelen?

Ik zal een aantal korte voorbeelden geven, die laten zien dat de oude oorlogservaringen tot de dag van vandaag hun sporen achter laten, onder andere in het omgaan met recente ingrijpende ervaringen, en ik zal uit de praktijk van AMCHA putten om te laten zien welke hulp hierbij geboden kan worden.

AMCHA werd opgericht vanuit een privé-initiatief door overlevenden van de Tweede Wereldoorlog die van mening waren dat er specifieke voorzieningen nodig waren voor de hulp aan oorlogsgetroffenen. Een deel van de initiatiefnemers hadden zo'n tien jaar eerder een soortgelijke instelling opgericht voor de hulp aan ex-Nederlandse oorlogsgetroffenen (de stichting Elah). AMCHA groeide in de tien jaar van het bestaan uit tot een organisatie met een breed aanbod van mogelijkheden voor hulpverlening in de vier grote steden van Israël, dat wordt ondersteund door zo'n 140 werknemers en vele honderden vrijwilligers. De belangrijkste ideologie die als basis dient voor het hulpaanbod van AMCHA is dat de verschillende late reacties van oorlogsover-

levenden niet als pathologie gezien moeten worden, maar als normale reacties op het meemaken van gruwelijke mensonterende omstandigheden.

Late gevolgen van oude trauma's

In de vorige bijdragen is al veel aandacht besteed aan de lange termijngevolgen van oorlogsgeweld. Daarbij heeft de term post-traumatische stress stoornis een belangrijke plaats ingenomen, als een term die verwijst naar de wijze waarop mensen in staat zijn of moeite hebben de herinneringen aan de gebeurtenissen te integreren. Tegelijkertijd is ook duidelijk gemaakt dat deze veel gebruikte term zeker niet alle gevolgen dekt van de trauma's die in de Tweede Wereldoorlog zijn opgelopen (Lemberger, 1995). Ik wil de nadruk leggen op de gevolgen die juist niet direct te maken hebben met de herinneringen, maar eerder met de gevoeligheid, de kwetsbaarheid, de moeite om vertrouwen te schenken en de rouw die van deze oude traumata zijn overgebleven. Deze gevolgen zijn vrij algemeen aanwezig bij alle oudere overlevenden van de Tweede Wereldoorlog, naast de extra eenzaamheid door de vele verliezen (Kleber en Brom, 1992). Ze uiten zich bij sommigen in uiterlijk lijden, dat wil zeggen in symptomen en klachten, bij anderen zijn deze dingen veeleer van binnen aanwezig en beïnvloeden wel het innerlijke leven, maar niet zozeer het functioneren van de oorlogsgetroffene.

Bij kindoverlevenden komt daarbij de vraag van het omgaan met de discontinuïteit van het geheugen. De verschillende fasen in de traumatisering van kindoverlevenden werden beschreven door Dasberg (1992) en de late gevolgen van deze traumatisering werden onderzocht door Keilson (1979). Velen van hen bleven tot op de dag van vandaag achter met gedeelten van de oorlog en de tijd direct erna, die blank bleven in het geheugen. Door de vele overgangen en separaties die kindoverlevenden meemaakten op jonge leeftijd, is hetgeen zij meegemaakt hebben vaak niet een continu verhaal geworden, maar is amnesie (geheugenverlies) opgetreden voor delen van ervaringen en dit verlies van herinneringen heeft soms een permanent karakter (Van der Hart en Brom, 1998).

Wat gebeurt er nu als een oorlogsoverlevende een aantal keren aan

soortgelijke ervaringen wordt blootgesteld? Deze vraag is in Israël zeer actueel. Tijdens de Golfoorlog in 1991 kon men dit ook onderzoeken. Overlevenden van de Tweede Wereldoorlog voelden aanzienlijk meer gevaar en zij hadden veel minder dan anderen het idee dat zij met deze gevoelens konden omgaan dan anderen van dezelfde leeftijd. De angst die zij voelen was duidelijk sterker en er bleek ook nog eens een verschil te zijn tussen overlevenden die ondertussen nog meer oorlogstress hadden meegemaakt en zij die dat niet hadden (Hantman, Solomon en Prager, 1994). Een voorbeeld van de wijze waarop recente ervaringen de oude ervaringen naar boven kunnen halen is wat gebeurde met een cliënt van AMCHA tijdens de Golfoorlog:

Ik stond buiten naast mijn auto en was op weg om boodschappen te doen. Toen begon de sirene te loeien. Mijn instinctieve reactie was om te gaan rennen. En terwijl ik dat deed voelde ik dat ik vijf jaar oud was. Het was in 1940 toen er in Duitsland waar we woonden een luchtalarm was. Ik was toen heel erg bang en rende naar mijn moeder toe die thuis was. Nu voelde ik me precies zo. Ik rende als een bezetene naar huis en het duurde zo'n tien minuten voordat ik weer mezelf was en me kon realiseren dat ik niet in Duitsland was, maar in Israël.

Het werk van AMCHA

De vraag waar AMCHA zich voor gesteld ziet is hoe hulp geboden kan worden aan mensen die te lijden hebben van deze combinatie van oud en recent leed.

Ik zal nu enkele aspecten belichten van de hulp die AMCHA biedt en ik zal dat parallel laten lopen aan de problemen die ik hierboven heb genoemd.

Het is uiteraard van belang om te realiseren dat AMCHA deze hulp in Israël biedt, en dat dit veel invloed heeft op het werk. Israël is immers een land dat door zeer weinigen in letterlijke zin hun 'vader'land genoemd kan worden, want de meeste mensen en anders wel hun ouders werden buiten Israël geboren. Veel joden die de Tweede Wereldoorlog hadden overleefd kwamen in eerste instantie terug naar hun land van herkomst en vonden daar dat de wereld die ze hadden verlaten niet meer bestond. De Tweede Wereldoorlog was voor hen dan ook nog niet voorbij. Ze moesten omgaan met de teleurstellingen die hen te wach-

ten stonden, zoals het feit dat de meeste familieleden er niet meer waren, dat er niemand was om hen op te vangen en dat zij hun leven helemaal alleen weer ter hand moesten nemen. Een deel van de ontmoedigde overlevenden trokken in de jaren na de oorlog naar het toenmalige Palestina of later naar de staat Israël. Daar stonden hen heel andere dingen te wachten. Een land dat in een opbouwfase verkeerde, bedreigd door de omringende landen en een economie die gebaseerd was op buitenlandse steun. De verbinding met dit land paste in vele opzichten bij de overlevenden, want ook zij waren in een overlevingsstrijd en ook zij hadden weinig of geen vertrouwen in de medemens.

Het eerste principe dat AMCHA tracht tot uitdrukking te brengen is dat van een 'open huis'. AMCHA is een plaats voor oorlogsoverlevenden, waar zij kunnen komen voor een kop koffie, met of zonder praatje, of voor meer dan dat. Een plaats waar mensen een gevoel kunnen krijgen erbij te horen. Dit is bedoeld om de eenzaamheid te doorbreken die zijn wortels heeft zowel in de vele verliezen die werden geleden, alsook in de existentiële eenzaamheid die deel is van de posttraumatische gevolgen.

AMCHA is dan ook geen instituut voor psychotherapie, al is een van de mogelijke vormen van hulp zeker ook psychotherapie. Zeker in een tijd van verhoogde stress en oorlogsdreiging is een van de belangrijkste doelen om oorlogsgetroffenen uit hun isolement te halen. In dergelijke tijden worden ook telefoonlijnen opengesteld en wordt gezorgd dat deze lijnen bemenst zijn. Het menselijke contact kan dan een buffer vormen voor allerlei effecten, die door recente stress opgeroepen of versterkt kunnen worden.

De verhoogde gevoeligheid is eerder genoemd als kenmerk van de oorlogsgetroffene. Deze gevoeligheid is vaak op vele terreinen aanwezig. Het is vaak met veel moeite dat oorlogsgetroffenen een positief beeld over de wereld of over zichzelf kunnen handhaven, of beter gezegd, het lijkt soms alsof negatieve gedachten over zichzelf of over de omringende wereld om de hoek liggen te wachten. Een duidelijk voorbeeld hiervan kregen we een jaar geleden, toen therapeuten en cliënten van AMCHA direct betrokken waren bij verschillende terroristische aanslagen. De AMCHA afdeling in Jeruzalem is centraal gelegen en iets meer dan een jaar geleden vond zo'n 60 meter van het gebouw een aanslag plaats. Hierbij liet de zoon van een cliënt het leven. De reactie van

cliënten en therapeuten was uiteraard heftig. Een van de geluiden die na deze gebeurtenis veel gehoord werd was: 'zie je wel dat het nooit voorbij is, ze laten ons nooit alleen'.

Bij het 'ze laten ons nooit alleen' is het niet zo duidelijk wie er bedoeld wordt met het 'ze'. Deze verwarring is typerend voor de sluimerende invloed van ernstige traumatisering. De wereld wordt gezien vanuit het perspectief van de traumatische realiteit en zo kunnen gebeurtenissen in het heden worden ervaren als deel van het verleden. De groepssfeer en de onderlinge steun in een vertrouwde omgeving hebben dan ook tot doel om tot anker in de realiteit te worden. In de gesprekken die dan plaatsvinden wordt het mogelijk om geleidelijk aan het 'toen' van het 'nu' te onderscheiden.

Vrijwilligers

De sterke kwetsbaarheid van de oorlogsgetroffenen uit zich vaak in angst als reactie op recente stimuli. Deze kwetsbaarheid wordt op natuurlijke wijze sterker door de stijgende leeftijd en afnemende mobiliteit. De laatste jaren heeft vrijwilligerswerk als middel tot hulpverlening een hoge vlucht genomen binnen AMCHA. Bij vrijwilligerswerk snijdt het mes aan twee kanten. Het zijn vaak jongere oorlogsgetroffenen zelf die vrijwilligerswerk verrichten en een of meerdere oudere mensen bezoeken en helpen. De wederzijdse verbintenis, die mensen hiermee aangaan is helend voor beide partijen.

Dit vrijwilligerswerk heeft zijn algemene kanten, maar de vrijwilligers in ons geval worden zeer specifiek getraind om de aard van de problematiek van oorlogsgetroffenen op late leeftijd te herkennen en zij worden voortdurend begeleid om te zorgen dat de specifieke behoeften beantwoord blijven.

De moeite om anderen te vertrouwen is niet verwonderlijk als de omgeving getracht heeft en er gedeeltelijk in geslaagd is om jouw familie uit te roeien, maar ook in andere vormen van traumatisering is dit een veel gehoord verschijnsel. Rondom AMCHA uit zich deze moeilijkheid vaak via een grote ambivalentie over de hulp die geboden wordt. Hierop aansluitend is het laagdrempelige karakter en het sociale (en dus niet met de nadruk op therapeutisch) karakter van AMCHA een belangrijk aspect.

Het is ons bekend dat sommige oorlogsgetroffenen jaren met het tele-

foonnummer van AMCHA in hun tas lopen, maar er geen gebruik van maken.

AMCHA is ook een stem geworden van veel getroffenen. De stem die reageert als er in de media kwetsende uitingen worden gedaan. De mogelijkheid voor oorlogsgetroffenen om zich met AMCHA te identificeren en, zoals ik ook eerder noemde, erbij te horen op afstand of dichtbij wordt door velen als zeer belangrijk ervaren.

De vele verliezen tijdens de Tweede Wereldoorlog, maar ook het verlies van het vaderland bij emigratie naar Israël, hebben ertoe geleid dat rouw een van de kenmerkende elementen van de ervaringen van Israëliische oorlogsgetroffenen is. Rouw wordt in AMCHA voortdurend ervaren zowel collectief als in individuele contacten. Succesvol rouwen betekent terugkijken en bezig zijn met het verleden en met hen die er niet meer zijn.

Een van de wijzen waarop dit binnen AMCHA wordt gedaan is via het vastleggen van het levensverhaal. Begeleid door een therapeut vertelt de cliënt zijn of haar levensverhaal en dit wordt opgenomen op een videoband. Vanaf de oprichting van AMCHA in 1987 zijn er video-getuigenissen opgenomen als middel dat zowel de communicatie van de persoon met zijn eigen verleden opent, maar veelal ook tot een middel wordt van communicatie tussen de persoon en zijn kinderen en kleinkinderen. Video-getuigenissen kunnen een uur duren, maar ze kunnen ook 16 uur duren. De overlevende krijgt de volledige controle over zijn verhaal en het effect hiervan is ook dat hij of zij een groter gevoel van beheersing krijgt over zijn leven dat zozeer gekenmerkt was door machteloosheid.

Al de bovengenoemde vormen van hulp vormen de eerste lijn van AMCHA en hebben tot doel om de bestaande krachten van de oorlogsgetroffenen te ondersteunen en middelen te bieden om verbondenheid te voelen met anderen en het verleden van het heden te scheiden. Voor sommigen en in sommige tijden van verhoogde stress is dit niet voldoende en zijn psychotherapeutische interventies nodig. Zo was er een sterke toename van psychotherapeutische interventies na de Golfoorlog, doordat de natuurlijke weerstand van velen niet opgewassen was tegen de dreiging en de doodsangsten die men te verdragen had. Op zo'n moment zijn therapieën met een existentiële aanpak, dat wil zeggen therapieën waarin de therapeut bereid is volledig

bij de cliënt te zijn terwijl hij bezig is met de meest diepgewortelde angsten, een passend middel.

Tijdens en na de Golfoorlog en ook tijdens de dreiging van een nieuwe Golfoorlog in het begin van dit jaar worden veel verschillende therapeutische middelen gebruikt. Voor wie het passend is, kan het schrijven een mogelijkheid bieden om ook thuis een uitlaat te vinden. AMCHA heeft dan ook verschillende bundels poëzie van de cliënten uitgegeven. Andere vormen van creativiteit kunnen uitkomst bieden voor cliënten, die geen woorden kunnen vinden.

In het kort heb ik u een gevarieerd beeld geschetst van de wijzen waarop mensen met extreem oorlogsleed in hun verleden, kunnen worden geholpen om recente dreiging en oorlogsgeweld aan te kunnen. De meest duidelijke lering die wij in AMCHA van al dit hebben getrokken, is dat het herstel en het onderhouden van zo nauw mogelijke menselijke contacten een onmisbaar element is van de poging om het leven voor massief getraumatiseerden dragelijk te houden.

Literatuur

Dasberg, H., 'Child survivors of the Holocaust reach middle age: psychotherapy of late grief reactions.' In: *Journal of Social Work and Policy in Israel* vol. 5 (1992) 71-83.

Hantman, S., Z. Solomon en E. Prager, 'How the Gulf War affected aged Holocaust survivors.' In: *Clinical Gerontologist* vol. 14 (1994) 3, 27-37.

Hart, O. van der en D. Brom, 'Amnesia in Holocaust survivors'. In: A.Y. Shalev, R. Yehuda en A.R. McFarlane (eds.), *Handbook of Post-Traumatic Stress Disorders*. New York: Plenum, 1998.

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

Kleber, R.J. en D. Brom, in collaboration with P.B. Defares, *Coping with trauma: theory, prevention and treatment*. Lisse: Swets & Zeitlinger, 1992.

Lemberger, J., *A global perspective on working with Holocaust survivors and the second generation*. Jerusalem: Brookdale/AMCHA, 1995.