

# De schaamte nog niet voorbij

Hulpverlening aan ex-dwangarbeiders in  
Centrum '45

Wim D. Visser\*

**Ex-dwangarbeiders melden zich in die hoedanigheid zelden aan bij Centrum '45, een therapeutisch behandelinstituut voor oorlogsgetroffenen. Waarschijnlijk hangt dat samen met het feit dat er rond de term 'dwangarbeider' nog altijd een zweem van schaamte hangt bij de betrokkenen. Dus zegt men liever: ik ben opgepakt bij een razzia, of ik ben Indië-veteraan of bombardementsslachtoffer.**

**Jan Wilke Reerds, manager Behandeling bij Centrum '45 en An van Blokland, team-manager op 'de Schalm' in Amsterdam, een samenwerkingsproject met het Sinai-Centrum, beamen dit beiden in een interview over de hulpverlening aan ex-dwangarbeiders.**

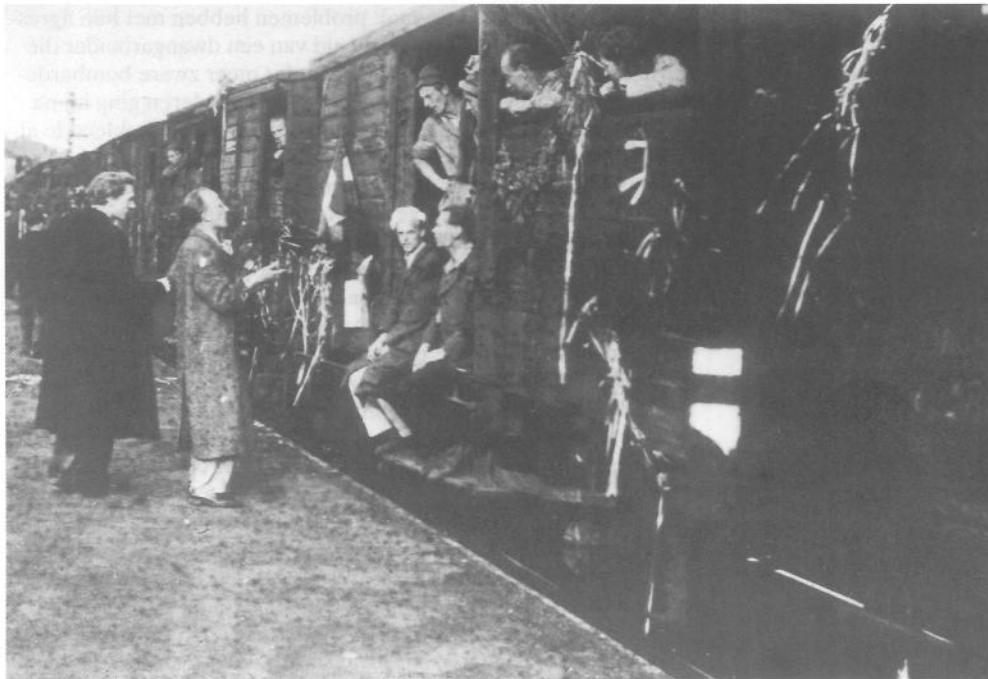
Aantallen noemen van ex-dwangarbeiders die bij Centrum '45 onder behandeling zijn of zijn geweest is niet mogelijk. Ze staan namelijk niet als dwangarbeider geregistreerd, maar als burgeroorlogsgetroffene. Reerds: 'Het taboe rond de Arbeitseinsatz zegt natuurlijk iets over de maatschappelijke erkenning van de groep. Het algemene beeld is toch dat die mannen zich aan tewerkstelling hadden kunnen onttrekken en dat ze het in Duitsland zo slecht nog niet hadden, je kon er uitgaan, had redelijk te eten en te drinken, kon pakjes ontvangen, dat is toch een beetje het bestaande beeld. Maar de verhalen die ik van deze mannen hoor zijn heel anders ingekleurd. In die zin strookt hun beleving niet met het beeld van de buitenwacht. Zo had ik een cliënt die bij een razzia was opgepakt. Bij het transport naar Duitsland ontsnapte hij door uit de trein te springen en vervolgens liep hij helemaal te voet naar huis. Daar merkte hij al snel dat de politie op hem loerde, uiteindelijk werd hij opnieuw opgepakt. Hij kwam in Dresden terecht waar hij op het einde van de oorlog de geallieerde bombardementen meemaakte. Met zijn achten in een eenmansbunker en dergelijke verhalen kreeg ik te horen. Het was voor die man een periode van grote angst en spanning. Thuisgekomen hield hij ondanks al deze ontberingen zijn mond. Anderen hadden hier in Nederland immers ook het nodige meegeemaakt. Bovendien overheerste bij deze man het gevoel van schaamte, dat hij zich niet aan tewerkstelling had weten te onttrekken. Had hij wel het uiterste geprobeerd? Hij was daar voor zichzelf niet van overtuigd, laat staan zijn omgeving. Het gekke is dat mensen hun eigen mogelijkheden om te handelen in zo'n situatie slecht inschatten, dat is mijn stellige indruk.'

\* Wim D. Visser is voorlichter van het ICODO.

## Klachten

'Er is de afgelopen jaren sprake van een duidelijke toename van het aantal burger-oorlogsgetroffenen dat zich in het Centrum aanmeldt', aldus Reerds, die de maatschappelijke emancipatie als verklaring daarvoor ziet. Deze wordt bevorderd doordat groeperingen zich gaan organiseren, in het geval van de tewerkgestelden door de oprichting van de Vereniging ex-Dwangarbeiders Nederland Tweede Wereldoorlog. Van Blokland beaamt dit, maar voegt daar aan toe dat er volgens haar nog een andere verklaring is voor de toename van het aantal burger-oorlogsgetroffenen in het Centrum. Die heeft te maken met de leeftijd van de groep mannen in kwestie. Zij zijn inmiddels oud, ze kijken terug op hun leven, hun vitaliteit neemt af, de dood komt dichterbij evenals de doodsangst van destijds. Nachtmerries en allerlei psychosomatische klachten zijn hiervan het gevolg. Van Blokland vervolgt: 'Opvallend is ook dat ze zich vaak met somatische klachten melden. Als ik dat zeg heb ik natuurlijk bepaalde mensen voor ogen. Het is onmogelijk om te generaliseren, daar is onderzoek voor nodig, maar de mensen die ik zie hebben geregeld paniekaanvallen en veel somatische klachten. Zij hebben moeite om te verwoorden wat er precies met ze is gebeurd. Dat is ook wel begrijpelijk als je in de willekeur van die dwangarbeid bent geplaatst met weinig tot geen controle over je eigen levensomstandigheden. Het gaat om ervaringen die, omdat ze buiten het gewone menselijke ervaringsgebied liggen en gepaard gaan met een gevoel van machteloosheid, moeilijk te integreren zijn. Ik denk bijvoorbeeld aan een man die vanuit een beschermd Utrechts middenstandsgesin met de trein naar Duitsland werd

Foto: RIOD



afgevoerd en daar uiteindelijk in een werkkamp terecht kwam, waar hij keihard moest werken en volstrekt was overgeleverd aan de willekeur van zijn superieuren. Hij was een tiener, nog praktisch een kind. Bij terugkomst deed hij of er niets aan de hand was. Het weerzien was niet dusdanig dat het alle achterliggende ervaringen "goed" maakte. Hij had het overleefd en ging gewoon aan de slag. Zijn ervaringen werden door hem dus niet verbonden met de realiteit van zijn leven van vóór de oorlog. Hij stopte al die ingrijpende ervaringen weg en vervolgens kwamen die op latere leeftijd, toen zijn zoons de leeftijd kregen waarop hij in Duitsland tewerk was gesteld, in volle hevigheid naar boven in de vorm van angsten en psychosomatische klachten. In die zin gebeurt er met deze groep dwangarbeiders natuurlijk precies hetzelfde als met andere categorieën oorlogsgetroffenen en de doel dan op de volwassenen van toen. Bij de childsurvivors en de kampkinderen uit Indië, de mensen die heel jong waren tijdens de oorlog, zie je andersoortige problematiek. Die zaten middenin hun persoonlijke ontwikkeling. Daar zie je onder meer hechtingsproblematiek als gevolg van het ontbreken van basisveiligheid, psychologisch en materieel. Bovendien was er sprake van honger en misten kinderen het huiselijke milieu. Zij werden opgevoed door overbelaste ouders en voor zover ze dat al konden waren hun mogelijkheden om te spelen zeer beperkt. Ze kregen geen of gebrekkig onderwijs, hadden een gestoorde slaap door overbevolking en ziekte. Dat is toch niet helemaal vergelijkbaar.'

Voor Reerds springt het somatiseren van klachten door dwangarbeiders er minder uit dan voor Van Blokland. Wat hém opvalt is dat de dwangarbeiders vaak problemen hebben met hun agressieregulatie. Hij geeft het voorbeeld van een dwangarbeider die terugkwam uit Duitsland, waar hij onder meer zware bombardementen had meegemaakt, maar net als vele anderen ging hij na de oorlog gewoon aan de slag. Hij maakte carrière, bekleedde allerlei bestuursfuncties en ogenschijnlijk ging dat heel goed. Maar tijdens een pittige vergadering, jaren later, komt er opeens een geweldige agressie los als gevolg van een enkel zinnetje dat door iemand werd uitgesproken. Alle stoppen sloegen bij hem door: 'Als je dat nog één keer zegt vermoord ik je' was zijn woedende reactie geweest. Deze man had altijd over zijn oorlogsverleden gezwegen uit een gevoel van schaamte. Hij voelde in zijn directe omgeving niet de ruimte om over zijn ervaringen te spreken. In de hoek gedreven, opgejaagd en klemgezet, zo voelde deze man zich. Wat tijdens de behandeling opviel was dat deze man zijn gehele leven buitengewoon angstig was. 'Dat staat me bij dit geval het meeste bij', aldus Reerds, 'maar ik zie dat ook bij anderen.'

'Als je kijkt naar de klachten en problemen die wij bij dwangarbeiders constateren, dan kun je stellen dat er eigenlijk altijd sprake is van aan depressie en angst gerelateerde beelden', stelt Reerds en vervolgt: 'de klachten zijn de bekende PTSS-symptomen: angst, depressie, hoge prikkelbaarheid, zich isoleren, zich niet kunnen ontspannen en slecht slapen. Overigens zijn het geen

specifieke klachten waarvan je kunt zeggen dat ze typisch bij deze groep horen. Je zou kunnen zeggen: niet hun klachten zijn specifiek, maar hun verhaal. Daarom is kennis van de achtergrond van dwangarbeiders zo nuttig. Als hulpverlener moet je hun verhalen in een historische context kunnen plaatsen. Dat is niet altijd eenvoudig omdat een deel van hen soms een soort dubbele "oorlogsidentiteit" heeft. Dat wil zeggen, ze hebben niet alleen oorlogservaringen als dwangarbeider, maar hebben bijvoorbeeld ook in Indië gevochten tijdens de politionele acties.

Bij deze groep gaat het om ingewikkelde problematiek. In Duitsland zaten ze in de rol van slachtoffer en opgejaagde, in Nederlands-Indië voelden ze zich de overheerser en hebben ze soms zelf mensen moeten opjagen. Die rol-posities van "meester en slaaf" is voor de betrokkenen uiterst lastig te hanteren. Daar wordt ook heel verschillend mee omgegaan. Een aantal van hen geeft aan het prettig te vinden met lotgenoten in een groep te zitten en onder elkaar te zijn. Dat stelt hen in staat hun traumatische ervaringen te verwoorden en de invloed daarvan op hun dagelijks leven te begrijpen. De herkenning en erkenning door lotgenoten bevordert de integratie van de moeilijk verwoordbare pijnlijke en schaamtevolle ervaringen. Anderen willen uit angst per se niet geconfronteerd worden met ervaringen van anderen. Daarbij spelen natuurlijk ook schuld- en schaamtegevoelens en het zich isoleren, symptomen van depressie en posttraumatische stress, een rol.

Bij deze groep mannen, maar dat geldt voor de ex-dwangarbeiders in het algemeen, is er ook sprake van een groot gevoel van bitterheid over de slechte opvang na de oorlog. Ze voelen zich in de steek gelaten. Nu ze ouder worden worstelen ze met nachtmerries en herbelevingen. Omdat ze daar niet goed mee om weten te gaan, roepen deze zaken allerlei frustraties op die ze vervolgens in het gezin dan afreageren.'

'Binnen de gezinnen vormt vooral die prikkelbaarheid een groot probleem', sluit Van Blokland aan. 'Door prikkelbaarheid worden mensen soms erg moeilijk voor hun omgeving. Je ziet vrouwen die uitgeput zijn door het balanceren tussen de behoeftes en prikkelbaarheid van hun echtgenoot aan de ene kant en de aandacht die de kinderen nodig hebben aan de andere kant. Als de kinderen groter worden pikken ze steeds minder.

De getraumatiseerde ouder is in zekere zin egocentrisch bezet met de eigen spanningen; die kan zich niet meer verplaatsen in de kinderen. Het gevolg daarvan is dat er soms hoog oplopende spanningen ontstaan.'

Van Blokland zegt vooral te maken te hebben met dwangarbeiders die als jonge jongens nog thuiswoonden en voor het eerst het huis verlieten. Er was in die gevallen sprake van een abrupte scheiding van het gezin voor langere tijd. Daarbij kwam de onzekerheid over de lengte van dat verblijf. Ook de vraag: zie ik mijn ouders ooit weer drong zich op, met name aan het einde van de oorlog bij de geallieerde bombardementen, toen heel wat ex-dwangarbeiders in doodsangst hebben verkeerd. In die gevallen

heb je te maken met existentiële angst, bestaansangst die in de latere levensfase terugkeert en wordt herbeleefd. Veel van die jongens zijn met een gevoel van avontuur naar Duitsland gegaan, maar de meesten zijn bedrogen uitgekomen.

## Behandeling

Reerds licht toe dat er binnen Centrum '45 geen specifieke behandeling is voor ex-dwangarbeiders. En die is er in feite voor geen enkele doelgroep, met uitzondering van de Indië-veteranen voor wie er een aangepast behandelaanbod bestaat, omdat deze doelgroep relatief klein is.

'Voordat de mensen hier in behandeling komen hebben we een oriënterend gesprek met de partner en eventuele kinderen erbij, met het hele systeem zoals we dat noemen. In dat gesprek inventariseren we in welke mate de gezinsleden betrokken willen zijn bij de behandeling. Als ze eigen problematiek hebben, kunnen ze die ook inbrengen. Is dat niet het geval dan vragen we de partner en de kinderen of zij bij de behandeling betrokken willen worden en dan bespreken we regelmatig met het gezin of zij thuis iets merken van de effecten van de behandeling. We bieden een basale vorm van begeleiding en nemen tijdelijk een deel van de zorg voor de patiënt over.

Natuurlijk kan het zo zijn dat ook de partner en kinderen behoefte hebben aan hulp. Er zijn dan verschillende mogelijkheden. Als er bijvoorbeeld sprake is van relatieproblemen kan er gekozen worden voor relatietherapie, gezinstherapie of gewoon ondersteunende gesprekken. Daarnaast bestaat er voor de partner de mogelijkheid voor behandeling in een speciale partnergroep. De partners zijn bij ons de laatste jaren nadrukkelijk in beeld. De behoefte aan contact met lotgenoten is bij hen heel groot. Op zich is dat ook logisch, omdat de aandacht toch meestal uitgaat naar "de getroffenene".'

'De meeste cliënten zijn in de regel een dag in de week in dagbehandeling', zegt Van Blokland. 'Deze dagbehandeling bestaat voor een belangrijk deel uit groepstherapie, waartoe ook creatieve, bewegings- en sociotherapie behoren. Een belangrijk uitgangspunt daarbij is dat de staf en de medecliënten zorgvuldig contact leggen met de opgenomen cliënt. Er moet immers een enigszins veilige basis bestaan om vanuit te werken. In de verschillende therapievormen komt de benadering neer op het toenadering zoeken tot de traumatische ervaringen, het weer laten rusten en de volgende keer weer oppakken. De eendaagse groepen komen wekelijks bij elkaar, meestal gedurende zo'n anderhalf jaar. Overigens worden diverse behandelvormen op indicatie gecombineerd. Dat is een lange weg, maar kan ook moeilijk anders. In een keer het hele verhaal vertellen is geen reële optie. Het is een moeizaam proces waar deze mensen doorheen moeten. Zo'n trauma is toch op een onbewuste manier vertakt in de patronen die er bestaan met de mensen die deel uitmaken van hun directe omgeving. Daarom zijn bij de behandeling van het trauma de non-verbale activiteiten zo belangrijk, dat gebeurt met name bij de creatieve en psychomotorische therapie.'

‘Er zijn overigens therapeuten die vinden dat een PTSS-behandeling altijd individueel moet en dus niet in een groep zoals wij dat in het Centrum doen’, zegt Van Blokland. ‘Jan Swinkels, psychiater van het Academisch Medisch Centrum in Amsterdam, verdedigde onlangs deze stelling in een lezing naar aanleiding van een onderzoek onder slachtoffers van de Bijlmer-ramp, waar ook met mensen in groepen gewerkt is. Welke methodiek zij precies hebben toegepast weet ik niet. Alhoewel wij juist goede ervaringen hebben met groepstherapie vind ik het toch zinvol als Centrum ‘45 zich verdiept in de ervaringen bij de opvang van de Bijlmer-ramp en bekijkt in hoeverre onze manier van werken zich verhoudt tot wat zij daar gedaan hebben. Ik kan me bijvoorbeeld voorstellen dat mensen pal na zo’n traumatische ervaring te weinig ego-structuur hebben, die oorlogsgetroffenen na de Tweede Wereldoorlog in de loop der jaren wél hebben opgebouwd. Een van de zaken die Swinkels noemde was dat mensen elkaar als het ware besmetten. Dat wil zeggen, elkaar voortdurend die traumatische verhalen vertellen, waardoor mensen niet tot rust komen. Een ander verschil is dat bij onze cliënten de problematiek niet beperkt is tot PTSS als gevolg van een eenmalige schokkende gebeurtenis. Bij onze cliënten is de problematiek uitgebreider, heeft betrekking op meer terreinen van het leven en is wijd vertakt in de persoon. De problematiek is vaak het gevolg van een hele reeks van traumatische ervaringen die samengaat met een gebrek aan erkenning en het niet kunnen verwoorden van de ervaringen na de traumatische periode. Het is bekend dat één van de valkuilen van een specifieke behandeling van oorlogsgetroffenen is dat de identiteit van het slachtofferschap versterkt kan worden. Dat geldt dus ook voor de ex-dwargarbeiders. Het lijden wordt daarbij sterk benadrukt, terwijl iemand natuurlijk niet alleen slachtoffer is.

Toch ben ik ervan overtuigd dat Centrum ‘45 als specifieke instelling ook de nodige voordelen heeft. Er bestaat veel kennis over de historische context waarbinnen de oorlogservaringen zich hebben afgespeeld, de bekendheid met de behandeling van trauma’s is hier veel groter dan in een algemene setting en er werken hier veel behandelaars die al meer dan twintig jaar dit werk doen. Ook de nazorg is goed verzorgd, tenminste als de mensen dat willen.’

## Erkenning

‘Voor ex-dwargarbeiders is erkenning heel belangrijk’, vindt Reerds, ‘met name maatschappelijke erkenning. Als je je realiseert dat het om een half miljoen mannen gaat dan is er pijnlijk weinig aandacht voor die groep en hun geschiedenis. De oprichting van de Vereniging ex-dwargarbeiders Nederland zo’n tien jaar geleden is voor de betrokkenen zelf een belangrijke stap geweest bij hun emancipatie en bewustwording. Maar hun handicap is dat ze als groep zulke uiteenlopende ervaringen hebben gehad en in die zin niet echt een groep vormen. Het is misschien goed nog eens te benadrukken dat er in Centrum ‘45 ook voor deze mannen een plek is.’