



MARIEKE SLEIJPEN

Veerkracht bij jonge vluchtelingen

Niet voor spek en bonen

Hoe houden jonge vluchtelingen zich staande in onze Nederlandse samenleving? Marieke Sleijpen raakte geïntrigeerd door deze vraag en maakte het tot onderwerp van haar proefschrift. In deze bijdrage schetst ze het concept veerkracht en welke krachten en kwetsbaarheden een rol kunnen spelen in het (over)leven van deze groep.



Vluchtelingen bij het AZC Ter Apel (Kees van de Veen/HH).

mijn vuur is gedoofd

geen rookliert overdag

en 's nachts herinnert geen schijnsel aan mij

(Rodaan Al Galidi, Asielzoeker des Vaderlands)

Veerkracht – men weet wat je bedoelt maar niet wat het is

De term 'veerkracht' is al jaren erg populair. Het wordt gebruikt in de meest uiteenlopende thema's en verbanden, te pas en te onpas. Het zat al in de eerste kersttoespraak van onze koning en vandaag de dag in shampoos, en onlangs hoopte heel Nederland, helaas en tegen beter weten in, dat ons nationale voetbalelftal er mee te etiketteren viel. Over veerkracht zijn wetenschappelijke artikelen geschreven en belangrijke congressen georganiseerd. We kennen de term uit de mechanica en de bèta's onder ons herinneren zich de bijbehorende fysicawetten, waarmee dit verschijnsel in de natuurkunde eenduidig is gedefinieerd. Globaal genomen gaat het bij veerkracht om het vermogen van iets of iemand om weer naar een oorspronkelijke of evenwichtige toestand terug te keren. Dat impliceert dat er sprake is van een bepaalde mate van vervorming of verandering in een richting die als onwenselijk

wordt beschouwd. Dit verklaart waarom het woord vooral het afgelopen decennium van recessie zo veelvuldig in ons alledaagse spraakgebruik voorkomt. Bij de term veerkracht doemt inderdaad meteen ook de gedachte aan crisis op, ze vormen een koppel.

Ook in de psychologie wordt het begrip veerkracht gebruikt en intuïtief weten we wel wat we eronder verstaan, maar over de exacte definitie van het construct bestaat

controverse. Meestal wordt het gedefinieerd in termen als 'goede aanpassing of positieve ontwikkelingsresultaten ondanks ernstige bedreigingen' (bijvoorbeeld Masten, 2001). Maar wat wordt er precies bedoeld met 'goede aanpassingen' en 'ernstige bedreigingen'? Bovendien houdt een dergelijke definitie het gevaar van circulariteit in, bijvoorbeeld in een redenering als: 'veerkrachtige individuen hebben geen gezondheidsproblemen en als iemand geen gezondheidsproblemen heeft, is die ongetwijfeld veerkrachtig'... Wat is veerkracht dan precies? Het tegenovergestelde van 'kwetsbaarheid'? En wat zegt de aan- of afwezigheid van psychopathologische verschijnselen überhaupt over de niet-pathologische responses na het meemaken van stressvolle ervaringen?

Een jaar geleden liet de befaamde professor Robert Pynoos zich tijdens een meeting van de ISTSS (International Society for Traumatic Stress Studies) kritisch uit over dit construct. Hij

stelde dat veerkracht vaak 'unanchored' is waardoor het betekenisloos wordt. Iemand kan in verschillende levensfasen verschillende reacties laten zien op verschillende domeinen. Wanneer het construct veerkracht gehanteerd wordt moet volgens hem precies vastgesteld zijn wat de gegeven situatie is waar het aan gekoppeld wordt; het heeft een anker nodig.

Hoewel de wetenschappelijke implicaties van het concept veerkracht dus erg onduidelijk zijn, kan het in de praktijk wel begrip bieden en zelfs helpen om aan crisissituaties een minder angstig en bedreigend perspectief te geven. Crisis en veerkracht zijn immers, zoals hiervoor al geconcludeerd, een koppel, als het ware deeltje en antideeltje van elkaar. En in de kwantummechanica: als er sprake is van het ene dan bestaat per definitie, en dat is wet, ook het andere. Ga er dan naar op zoek!

Komen jonge vluchtelingen nog wel op hun pootjes terecht?

Niet alleen vanwege de actualiteit houden diverse onderzoekers zich bezig met jonge asielzoekers, maar ook omdat ze zich afvragen of, en vervolgens hoe, het toch mogelijk is dat deze groep zich staande houdt in onze Nederlandse samenleving. Edith Montgomery (2010) laat in haar studie zien dat veel jonge vluchtelingen meerdere ingrijpende gebeurtenissen met betrekking tot oorlog en vlucht hebben meegemaakt en dat zij bij aankomst in Denemarken veel klachten rapporteren, maar dat deze aanzienlijk verminderen na verloop van tijd; een kleine minderheid heeft zo'n negen jaar na aankomst nog klinisch

significante psychologische problemen. Verbazingwekkend de kracht van deze populatie, maar waarmee wordt ze gevoed? In ons review (Sleijpen, Boeije, Kleber & Mooren, 2015) belichten we diverse bronnen, zoals sociale steun vanuit de omgeving, onderwijs en religie. Bronnen die de jongeren helpen om zich veilig te voelen, hun eigenwaarde te behouden, te beschikken over betekenisvolle relaties en stress te reduceren. Toch blijken deze bronnen ook contraproductieve aspecten te bevatten. Educatie bijvoorbeeld, wordt door veel adolescente vluchtelingen heel belangrijk gevonden (scholing wordt gezien als dé sleutel naar een betere toekomst, een bron van afleiding en het geeft jongeren het gevoel toch nog ergens controle over te hebben, namelijk de eigen schoolprestaties), maar het vormt tegelijkertijd ook een bron van stress. Het verlangen om te slagen en aan familieverwachtingen te voldoen verhoogt niet zelden het gevoel van eigen verantwoordelijkheid dusdanig dat het gemakkelijk kan uitmonden in faalangst. In diverse studies komt naar voren dat een aantal jonge vluchtelingen benadrukt dat ze veel harder moeten werken, alleen al omdat ze tot een bepaalde etniciteit of sociale minderheid met een lage sociaaleconomische status behoren. Dit daagt sommigen van hen uit harder te werken, meer te studeren en te proberen beter dan hun leeftijdgenoten te zijn, maar het kan ook demotiveren.

Voor mijn promotieonderzoek heb ik door het hele land bij jonge vluchtelingen vragenlijsten afgenomen. Hieruit is mij gebleken dat adoles-

cente vluchtelingen doorgaans snel Nederlands spreken en zichzelf wegwijs maken in onze samenleving. Voor asielzoekers die al wat ouder zijn verloopt dat vaak moeizamer. Zij hebben meer moeite met integreren in het Nederlandse onderwijssysteem en als ze boven de 18 zijn hebben ze meestal helemaal geen toegang meer tot scholing of educatie. Ze zijn onderhevig aan meer stress vanwege grotere verantwoordelijkheden, zorgen om familieleden en het verkrijgen van verblijfsvergunningen.

In Nederland moeten asielzoekerskinderen regelmatig verhuizen van AZC naar AZC en daardoor wisselen ze meermaals van school, wat niet bevorderlijk is voor hun leerprestaties. Een jonge asielzoekster (15 jaar) gaf tijdens een interview te kennen niet nóg een keer van school te willen wisselen en daardoor haar schoolniveau (HAVO) te zien dalen, niet alweer haar (nieuwe) vriendenkring te willen verliezen. Zij ondernam zelf actie om te proberen toch op de haar vertrouwde school te blijven en werd daarin gesteund door haar familie en de schooldirectie, maar niet door de IND. Uiteindelijk is het haar toch gelukt te blijven, maar ze moest daarvoor wel in een pleeggezin en werd noodgedwongen gescheiden van haar ouders. Het staat regelmatig ter discussie of de kinderrechten, zoals vastgelegd in het Internationaal Verdrag Inzake de Rechten van het Kind, in Nederland wel in voldoende mate worden gerespecteerd. Met de huidige stroom aan (jonge) asielzoekers, die in toenemende mate slechts zijn aangewezen op tijdelijke noodvoorzieningen, zullen die niet snel verbeteren.

Uit de verhalen van de jonge vluchtelingen blijkt dat veerkracht ('resilience') of veerkrachtig zijn niet iets te zijn 'wat je bent' of 'wat je niet bent'. Het lijkt beter deze 'eigenschap' te bezien in 'een continuüm' (zie ook Khanlou & Wray, 2014), als een proces met schuivende dimensies. Dezelfde jongeren kunnen zich in verschillende stadia van dit continuüm bevinden, afhankelijk van beschikbare supportsystemen en veranderingen die wel of niet in de tijd plaatsvinden of hebben plaatsgevonden. Denk daarbij bijvoorbeeld aan het wel of niet verkregen hebben van een verblijfsvergunning of het wel of niet toegang hebben tot educatie. Zelfs onderzoekers die 'resilience' niet beschouwen als een proces maar als een (positieve) 'eigenschap' van iemand (Wagnild, 2003), zijn toch van mening dat veerkracht versterkt of verminderd kan worden afhankelijk van de levensomstandigheden. Het is belangrijk om de wisselwerking tussen persoonlijke, sociale en contextuele factoren te onderzoeken wil men veerkracht bij jonge vluchtelingen begrijpen.

Niet zielig, maar wel hulp nodig

In een recent opiniestuk in *De Volkskrant* (Verkerk & Heslenfeld, 2015) wordt de veerkracht van Syrische vluchtelingen overtuigend neergezet. De journalisten beschrijven hoe ze naar een kamp in Jordanië afreisden om er hulpgoederen te brengen, maar toen ze weer thuis waren het gevoel hadden juist van alles te hebben gekregen. Ze concluderen dat er een andere kant aan de 'vluchtelingenmedaille' zit die vooral óók belicht moet worden als tegengeluid op

het telkens weer benadrukken van de zieligheid en hulpbehoevendheid en daarmee afhankelijkheid en ongelijkwaardigheid van de Syrische vluchtelingen.

Een jonge vluchteling wordt door de samenleving bij uitstek gezien als behorend tot een groep die weliswaar kwetsbaar is maar tevens risicovol, met weinig mogelijkheden in en voor onze maatschappij. En juist die etikettering heeft gevolgen: het plaatst hem of haar in een hokje waaruit moeilijk te ontsnappen valt. Om nog maar te zwijgen over de gevolgen vanwege kwalificaties die door sommige politici over de totale groep vluchtelingen worden uitgestrooid: gelukzoekers die naar hier komen voor borstcorrecties, lopende Testosteron-bommen, Allahu Akbar schreeuwend tuig... (kwalificaties die uitgesproken zijn tijdens de Algemene beschouwingen in de Tweede kamer.) Volgens migratiedeskundige Hein de Haas is er sprake van stemmingmakerij als men er slechts op uit is om met betrekking tot asielzoekers altijd en alleen te refereren aan iets negatiefs; valse documenten, criminelen, leugens, mensen zonder mogelijkheden. Door juist de kracht van jonge vluchtelingen te zien kunnen ook hun mogelijkheden en potenties benut worden. Het zijn jongeren die nog een hele toekomst voor zich hebben en mee kunnen (en de meeste zelfs graag willen) vorm geven aan onze Nederlandse samenleving.

Maar 'veerkracht' kan niet als excuus gebruikt worden om daarom niets extra's voor groepen in nood te hoeven doen. Want het is ook noodzakelijk te beseffen dat niet iedereen in gelijke mate kan profiteren van beschermende factoren gezien de verschillende niveaus van risico. Soms is het belangrijker om de druk op mensen en blootstelling aan stress acuut te reduceren en concrete directe of preventieve hulp te bieden en niet berustend te vertrouwen op hun zelfredzaamheid, hoewel die er zeker is. (Zelfs de meest geharde soldaat zal uiteindelijk na 200 à 240 dagen aan het front instorten, zo concludeerden de Amerikaanse psychiaters Appel en Beebe een jaar na de Tweede Wereldoorlog al.) Die broodnodige hulp zal Nederland moeten (blijven) bieden en daarmee wordt een appèl gedaan op de veerkracht van onze gehele samenleving, de veerkracht van ons allemaal!

het is mooi en fijn om hier jong te zijn

ver van angst, moord, honger en pijn

maar jammer genoeg

mag je vaak niet ouder worden

(Rodaan Al Galidi, Asielzoeker des Vaderlands)

Referenties

- Khanlou, N. & R. Wray (2014), 'A whole community approach toward child and youth resilience promotion: A review of resilience literature', in: *International Journal of Mental Health and Addiction*, 12, 64-79.
- Masten, A.S. (2001), 'Ordinary magic: Resilience processes in development', in: *American Psychologist*, 56, 227-238.
- Montgomery, E. (2010), 'Trauma and resilience in young refugees: A 9-year follow-up study', in: *Development and Psychopathology*, 22, 477-489.
- Sleijpen, M., H.R. Boeije, R.J. Kleber & T. Mooren (2015), 'Between power and powerlessness: a meta-ethnography of sources of resilience in young refugees', in: *Ethnicity & Health*. Vervroegde online publicatie. doi: 10.1080/13557858.2015.1044946
- Verkerk, R. & T. Heslenfeld (2015, 17 september), 'Syriërs zijn veel veerkrachtiger dan wij', in: *De Volkskrant*. Verkregen van <http://www.volkskrant.nl/opinie/syriers-zijn-veel-veerkrachtiger-dan-wij-a4143586/>
- Wagnild, G.M. (2003), 'Resilience and successful aging: Comparison among low and high income older adults', in: *Journal of Gerontological Nursing*, 29, 42-49.

MARIEKE SLEIJPEN is als psycholoog en promovenda verbonden aan Arq Psychotrauma Expert Groep en Universiteit Utrecht.