

IN DE SPREEKKAMER

*In gesprek met Jelly van Essen,
psychotherapeut bij Stichting Centrum '45*

'Lastig om hun leven weer op de rit te krijgen'

We zijn in de spreekkamer bij arts en psychotherapeut Jelly van Essen. Sinds 15 jaar werkt ze bij Stichting Centrum '45, landelijk centrum voor specialistische diagnostiek en behandeling van mensen met complexe psychotraumaklachten. Daar geeft ze individuele-, gezins- en groepstherapie. Ze behandelt verschillende doelgroepen, onder wie voormalige jihadisten. Van Essen: 'Bij hun behandeling lopen ze tegen de grenzen van de samenleving aan.'

Jelly van Essen (foto Linda Reek)



De afgelopen vijftien jaar verwelkomde Jelly van Essen heel verschillende mensen in haar spreekkamer: vluchtelingen en asielzoekers, maar ook ontwikkelingswerkers, agenten, brandweerlieden en militairen. De gemeenschappelijke noemer: verwerking van trauma's door oorlogen en geweld. 'Dankbaar werk', vindt Van Essen, 'omdat je relatief veel kunt betekenen en bereiken. Het betreft immers vaak mensen die een sterke "ondergrond" hebben, maar die door extreme omstandigheden zijn omgewaaid. Ik help ze weer overeind te komen door ze te laten teruggrijpen op hun kracht.'

Daarvoor zet ze doorgaans een mix aan therapievormen en methodieken in. Ze werkt onder meer met BEPP (Beknopte Eclectische Psychotherapie voor PTSS), EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing), NET (Narratieve Exposure Therapie) en systeemtherapie (behandeling van gevolgen van traumatisering in gezinnen). 'Binnen Centrum '45 kijken we naar het totaalplaatje. Ons brede en specialistische aanbod biedt meerwaarde, want we kunnen complexe problematiek en comorbiditeit zo beter behandelen. Er is een uitgebreid diagnostisch traject, zodat duidelijk wordt of er naast PTSS bijvoorbeeld ook sprake is van depressiviteit of onderliggende kwetsbaarheden. We kijken niet alleen goed naar de individuele hulpvraag, maar ook naar hoe het gezin functioneert.' Wat dat laatste betreft kan Centrum

'45 bogen op een lange traditie, want de organisatie is in de jaren zeventig ontstaan vanuit het inzicht dat oorlogstrauma's generaties lang door kunnen werken. Van Essen: 'Er werd steeds meer bekend over langetermijngevolgen van traumatische ervaringen in de Tweede Wereldoorlog en de invloed ervan op kinderen en zelfs kleinkinderen. Daar zijn lessen uit getrokken die ook op bijvoorbeeld vluchtelingen zijn toe te passen. Wat betekent het voor kinderen als ze worden opgevoed door getraumatiseerde ouders? En hoe zorgen we ervoor dat ouders ondanks hun trauma's goede opvoeders kunnen zijn?'

Ex-Syriëgangers

De combinatie van individuele en gezinstherapie is kenmerkend voor haar aanpak. Die kan ze ook inzetten in de behandeling van ex-Syriëgangers of andere geradicaliseerde jongeren met trauma's. 'Omdat het zo belangrijk is om het contact tussen de jongere en het gezin te herstellen. De gezinsachtergrond is een belangrijke factor. Zeker als de jongere is geradicaliseerd vanuit een gevoel geïsoleerd te zijn.' Maar, zo benadrukt ze met klem: 'Het hangt allemaal van de hulpvraag af. De jongere moet zelf aangeven hulp te willen en dat geldt ook voor het gezin.'

Ook ouders die niet weten waar hun kind is, van wie het kind is omgekomen of van wie het teruggekeerde kind zelf geen hulpvraag heeft, kunnen bij Centrum '45 aankloppen. 'Dan kijken we wat

ze nodig hebben. We kunnen ze individuele behandeling of gezinstherapie bieden. Ook meer gezinstherapie – gezamenlijke behandeling van een groep gezinnen met een vergelijkbare hulpvraag – hoort tot de mogelijkheden.' Overigens klopt maar een kleine groep ex-jihadisten of hun gezinnen voor hulp aan bij Centrum '45, of ze elders wel om hulp vragen, is haar niet bekend.

Keihard

Als hulpverlener in psychotrauma komt Van Essen per definitie pas laat 'in beeld' als het gaat om geradicaliseerde jongeren. Haar interventies richten zich dan ook niet op preventie of vermindering van radicale denkbeelden, maar op verwerking en herstel van contact. 'We praten over hun klachten, de gebeurtenissen, hun levensloop. Proberen de contacten met familie weer te herstellen. We bespreken hoe ze weer door kunnen met hun leven. Maar vervolgens lopen ze keihard tegen de grenzen van de maatschappij aan. Vanuit mijn spreekkamer heb ik de ervaring dat het moeilijk is om het leven weer op te pakken, hoe gemotiveerd een jongere ook is. Want je wordt dag en nacht gevolgd door de inlichtingendienst en om de haverklap aangehouden door de politie. Werk vinden is heel moeilijk en een uitkering aanvragen is praktisch ondoenlijk, want je paspoort is ingenomen. En dan zijn er nog je oude vrienden die aan je trekken met hun radicale denkbeelden.' Het frustreert Van Essen.

'Ik kan jongeren helpen met hun trauma's om te gaan en alle angst- en gezondheidsklachten die daaruit voortkomen, ik kan ze helpen weer toekomstgericht te denken en hun sterke kanten in te zetten om weer iets van hun leven te maken. Maar vervolgens hebben ze geen enkele kans om iets op te bouwen.'

Veiligheidsdenken

Van Essen verklaart dit uit een eenzijdig veiligheidsdenken. Bezien door de 'veiligheidsbril' zijn ex-Syriëgangers per definitie staatsgevaarlijk, maar zij vindt het onterecht en contraproductief om ze onder één noemer te scharen. 'Er zijn jongeren bij die met een idealistisch idee om hulp te verlenen zijn afgereisd en een soort Rode Kruissituatie verwachtten aan te treffen in Syrië, maar ook jongeren die echt gewelddadige fanatici zijn, én alles daartussenin. Hun achtergrond verschilt, de mate van radicaliteit verschilt, hoe ze terugkomen uit de oorlogssituatie verschilt, hun hulpvraag verschilt. Het is beter om genuanceerd naar zo'n diverse doelgroep te kijken. We moeten niet vergeten dat de neiging tot extreem gedrag nu eenmaal eigen is aan adolescenten. Alleen vinden islamitische jongeren tegenwoordig organisaties tegenover zich die daar feilloos op inspelen. Als je positie in de samenleving dan ook nog te wensen overlaat, ben je daar eerder ontvankelijk voor.'

Oplossingen ziet ze ook. Ze wijst op het deradicaliseringsprogramma Hayat, waarmee in Duitsland goede resultaten worden geboekt. Hulp aan gezinnen is daarin een sleutel, omdat

familie als directe sociale omgeving een sterk 'contra-narratief' vormt tegen de radicale islam. 'Het programma komt voort uit de aanpak van jongeren met neonazistische ideeën', weet Van Essen. 'Daar is in Duitsland veel ervaring mee opgedaan.' Hayat richt zich op alle fasen van radicalisering, zowel preventief als curatief.' Van Essen gelooft in de heilzame werking van hulp aan gezinnen en het aanspreken van de eigen kracht. Want of het nu om jihadisten gaat, om oorlogsslachtoffers of om kindsoldaten: 'Ze willen praktisch allemaal het liefst zo normaal mogelijk zijn.'

MARLEEN KAMMINGA is tekstschrijver bij Redactieprofs.

BERICHTEN UIT

Arq Voorjaarssymposium over Complexe PTSS

De term **complexe PTSS** verschijnt steeds vaker, zowel in de literatuur als in patiëntendossiers, maar spreken we allemaal over hetzelfde of spreken we allemaal over iets anders? Deze vraag stond centraal tijdens het tweede Arq Voorjaarssymposium, georganiseerd door Stichting Centrum '45 dat plaatsvond op 20 maart 2015 in het Planetarium te Amsterdam. In de vorm van lezingen, levendige debatten en diverse workshops werden door meerdere klinici de verschillende facetten en visies van de begrippen complex trauma en complexe PTSS belicht. Duidelijk werd dat zowel binnen de literatuur als in de klinische praktijk een veelvoud bestaat aan visies en aannames, en dat wat we echt weten over Complexe PTSS nog in de kinderschoenen staat.

Complexe PTSS als diagnose

De gastspreker van de dag was Jonathan Bisson, psychiater en hoogleraar psychiatrie aan de Cardiff University in Wales, een vooraanstaand onderzoeker op het gebied van PTSS, zo-