

april 2014

# Ouderen met traumatische ervaringen

Informatie



## Stichting Centrum '45 heeft een specifiek behandel aanbod voor getroffen en van de Tweede Wereldoorlog (eerste generatie) die lijden aan traumatische ervaringen tijdens de Duitse en Japanse bezettingen in Nederlands-Indië van de Bersiap-tijd.

De meeste patiënten waren in die tijd nog heel jong. Zij hebben zelf traumatiserende situaties meegemaakt, of groeiden op in gezinnen met getraumatiseerde ouders. Daarbij heeft de migratie van gezinnen uit voormalig Nederlands-Indië ook voor veel problemen gezorgd. Er zijn getroffen en die na de Tweede Wereldoorlog hun normale leven niet meer hebben kunnen oppakken. Zij moeten voortdurend worstelen om traumatische ervaringen een plek in hun leven te geven. Soms kunnen ze dat op eigen kracht, soms ook niet. Anderen krijgen pas klachten tijdens de (beginnende) overgang naar hun laatste levensfase. Tot die tijd konden zij meestal redelijk functioneren. Ze hadden immers hun werk, de opvoeding van hun kinderen en hun sociale netwerk.

### Ruim 65 jaar na dato

Het komt vaak voor dat klachten voor het eerst optreden of verergeren als zich ingrijpende gebeurtenissen voordoen. Men wordt ernstig ziek, iemand uit de naaste omgeving overlijdt, of er is sprake van een scheiding of pensionering. Heeft iemand als oorlogsgetroffene eerdere verliezen onvoldoende verwerkt, dan kan het extra moeilijk zijn om met deze gebeurtenissen om te gaan. Dat kan blijken door het ontstaan van verschillende klachten, zoals nachtmerries, herbelevingen, grote prikkelbaarheid en woede-uitbarstingen, depressieve buien, schuld- en schaamtegevoelens, lichamelijke klachten.

Die klachten kunnen ook gepaard gaan met problemen met de naaste familie, vrienden en kennissen.

*"Voor mij is tijdens de behandeling belangrijk geweest dat ik geleerd heb mij te uiten. In de loop van die tijd haalde ik veel, vaak heel emotionele herinneringen naar boven. Ik heb geleerd om te praten over emoties die ver weggestopt waren. Soms zelfs uit een nog verder verleden, zoals de arrestatie van mijn vader toen ik een jongetje van zes jaar oud was."*

### Voor wie is de zorg bedoeld?

Het gaat om mensen die, ruim 65 jaar na de oorlog, psychische klachten krijgen door de ervaringen tijdens de Duitse en Japanse bezetting en de in Nederlands-Indië daaropvolgende zogenaamde Bersiap periode:

- Mensen die in het verzet hebben gezeten en als zodanig erkend zijn voor de Wet Buitengewoon Pensioen of de Wet Indisch Verzet;
- Mensen die voor of tijdens de oorlog geboren zijn en schokkende gebeurtenissen hebben meegemaakt omdat de vader en/of moeder in het verzet zaten;
- Mensen die in die tijd op een zeevaartuig werkten en erkend zijn voor de wet Pensioen Zeelieden-oorlogsslachtoffers;
- Mensen die in de oorlog vervolgd zijn wegens ras, geloof of levensovertuiging en erkend zijn door de Wet Uitkeringen Vervolgingssslachtoffers 1940-1945.

Stichting **Centrum '45**



Nienoord 5  
1112 XE Diemen  
020 – 627 49 74

Rijnzichtweg 35  
2342 AX Oegstgeest  
071 – 519 15 00

mail@centrum45.nl  
www.centrum45.nl

Dit geldt bijvoorbeeld voor joden, zigeuners, gevangenen en geïnterneerden;

- Mensen die door de oorlogsomstandigheden geestelijk of lichamelijk letsel hebben opgelopen en erkend zijn voor de Wet Uitkering Burger Oorlogs-getroffenen. Zij zijn bijvoorbeeld getroffen door een bombardement, beschieting, geweld, onderdrukking, mishandeling.

Ook getroffen tijdens de naoorlogse ongeregelde toestanden in het voormalige Nederlands-Indië behoren hiertoe. Evenals langdurig in Nederland verblijvende vluchtelingen die vroeger in hun land van herkomst traumatische ervaringen hebben opgedaan.

### Ernstige klachten

Veel voorkomende klachten bij getraumatiseerde ouderen:

- Psychische en emotionele klachten  
Nachtmerries en angstdromen met daaraan gekoppeld slaapproblemen, waardoor ontregeling van het dag- en nachtritme ontstaat. Herbelevingen en angsten in allerlei vormen, bijvoorbeeld angst voor autoriteiten, die vaak gepaard gaat met angst voor de ouders, schrikachtigheid, vermijding, angst om 'gek' te worden, om dood te gaan, om nooit weer beter te worden. Ernstige depressieve klachten en enorme schuld- en schaamte gevoelens.
- Klachten die samenhangen met de eigen persoonlijkheid  
Men heeft het gevoel zichzelf niet meer te begrijpen, geen bestaansrecht meer te hebben. Men heeft een negatief zelfbeeld, weinig zelfvertrouwen, zelfrespect, zelfwaardering.
- Relationale problemen  
Het is heel moeilijk om met anderen (intiem) om te gaan. Men voelt zich eenzaam en heeft het gevoel nergens bij te horen. Er is een gevoel altijd te worden afgewezen, omdat men het idee heeft niet begrepen of serieus genomen te worden.
- Lichamelijke klachten  
Er komen steeds meer lichamelijke problemen die al dan niet samenhangen met het ouder worden. Daarnaast zijn er lichamelijke klachten die psychische oorzaken kunnen hebben, zoals pijnklachten, maagdarmlaesies, seksuele problemen en energieverlies.
- Laatste levensfase  
In de laatste levensfase wordt men geconfronteerd met de dood; de eigen sterfelijkheid is alom aanwezig. Verliezen zijn er niet alleen in de zin van overlijden van belangrijke anderen, maar ook verlies van bijvoorbeeld vitaliteit, verwachtingen ten aanzien van anderen (kinderen) die niet uitkomen. Vaak voorkomende vragen zijn dan "Waarom ik?", "Waarom moet ik dit opnieuw allemaal meemaken?" en "Houdt dit nooit op?".

### Effectieve ondersteuning

Veel patiënten die zich aanmelden bij Stichting Centrum '45 hebben vaak al een hulpverleningsgeschiedenis achter de rug. Waarschijnlijk is er al eerder hulp gezocht bij instellingen uit de eerste of tweede lijn, maar konden die ondanks al hun inspanningen niet verder helpen. Als derdelijns instelling beschikt Stichting Centrum '45 als landelijk behandel- en expertisecentrum over de specialistische kennis, internationale expertise en brede ervaring om effectief te ondersteunen bij de verwerking van de oorlogservaringen uit de jeugd.

### Overzicht van therapievormen en modules

- Individuele psychotherapie (polikliniek)
- Dagklinische behandeling (één dag per week in een groep, met onder meer vaktherapie)

### Informatie en aanmelden

De medewerkers van Bureau Aanmelding en Informatie zijn dagelijks telefonisch bereikbaar tussen 9.00 - 15.00 uur via 0800 2 245 245

Bij aanmelding is altijd een verwijfsbrief van de huisarts nodig.

### Missie

Stichting Centrum '45 biedt landelijk specialistische psychotraumabehandeling en ontwikkelt kennis en expertise op het gebied van de psychotraumatologie