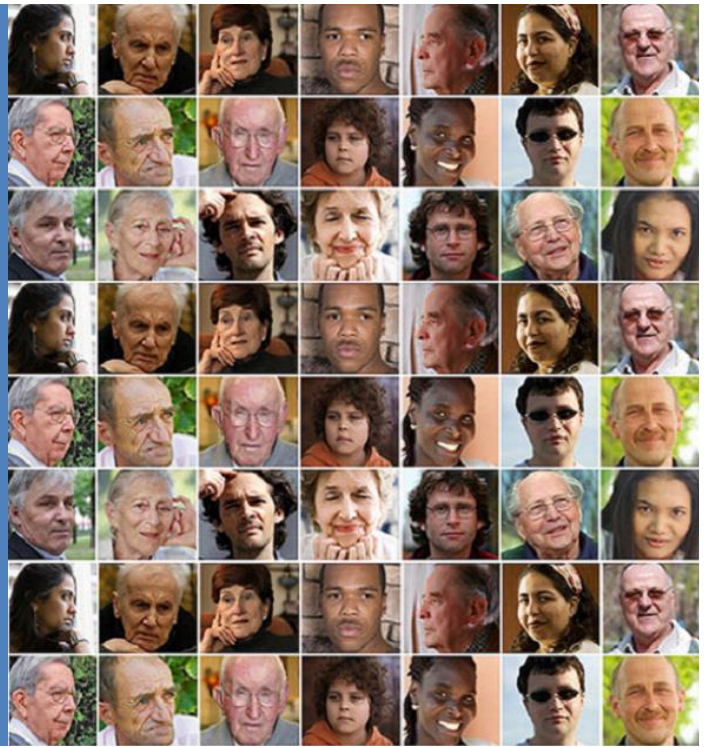


oktober 2014

Getroffen ouders getroffen kinderen

Naoorlogse generatie
informatie



Voor mensen die zijn opgegroeid in een gezin met ouders die door oorlog en geweld getraumatiseerd zijn, kan dit ernstige gevolgen hebben voor de ontwikkeling. Er heerste in de jeugd soms een patroon van grote waakzaamheid, of er mocht niet worden toegeven aan zwakheden en lag er een grote druk om toch maar vooral goed te presteren. Alle aandacht in de jeugd ging vaak naar de oorlogservaringen van de ouders. Of juist niet en heerste er thuis een sfeer van zwijgen, geheimhouding gepaard aan een groot wantrouwen ten opzichte van de buitenwereld.

In sommige gezinnen heeft dat geleid tot grote problemen met agressie, soms uitmondend in fysieke en/of psychische mishandeling. Soms heeft dit tot gevolg gehad dat patiënten van de naoorlogse generatie niet zo goed geleerd hebben wat hun eigen behoeftes zijn.

"Tijdens de oorlog waren steun en solidariteit van levensbelang. Maar na de oorlog bleven mijn ouders overmatig behoefte houden aan die saamhorigheid. Als gezin werden we volledig afgeschermd van de buitenwereld; die was vijandig en niet te vertrouwen. Daar werden we als kinderen keer op keer voor gewaarschuwd. Nooit mocht ik een vriendje meenemen, altijd moest ik binnenblijven."

Om leren gaan met problemen

Stichting Centrum '45 heeft een specifiek behandelaanbod voor volwassen patiënten met psychische klachten die verband houden met de traumatisering van (één van) de ouders. Patiënt hoeft dus zelf niet geconfronteerd te zijn met (georganiseerd) geweld, maar kan wel ernstige problemen ondervinden als gevolg van de manier waarop vader en/of moeder met de traumatisering uit hun verleden zijn omgegaan. Het doel van de behandeling is dat de patiënt beter gaat functioneren in het gezin, in het werk of in de sociale omgeving. Men krijgt inzicht in wat er nu misloopt, waarom het misloopt en hoe daar zelf verandering in aan te brengen. Dat wil niet zeggen dat aan het eind van de behandeling alle problemen verdwenen zijn, maar wel dat patiënt er beter mee om kan gaan.

Voor wie is de zorg bedoeld?

Binnen de 'naoorlogse generatie' onderscheiden we de volgende groepen:

- de Joodse en Indische naoorlogse generatie;
- kinderen van verzetsouders en kinderen van burgerslachtoffers uit de Tweede Wereldoorlog;
- kinderen van wie de ouders op een andere indringende manier betrokken zijn geweest bij de Tweede Wereldoorlog;
- kinderen van veteranen;
- kinderen van vluchtelingenouders die in andere landen getraumatiseerd zijn door oorlogsgeweld.

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

Vaak voorkomende problemen bij de naoorlogse generatie

- Extreem loyaal
Kinderen van de naoorlogse generatie hebben een enorm ontzag voor wat hun ouders hebben meegemaakt. Zij plaatsen hun ouders op een voetstuk. Ze voelen zich ook steeds verantwoordelijk voor het wel en wee van hun ouders. Daardoor hebben zij zich niet goed kunnen los maken van hen en zichzelf soms onvoldoende kunnen ontwikkelen. Ook komt het omgekeerde voor: dan vermijden kinderen (bijna) alle contacten met de getraumatiseerde ouder.
- Schuld en schaamte
Veel kinderen uit de naoorlogse generatie hebben sterke schuld- en schaamtegevoelens. Vanuit het verantwoordelijkheidsgevoel van vroeger voelen ze zich later vaak oververantwoordelijk. Ze stellen hoge eisen aan zichzelf, wat vervolgens leidt tot gevoelens van tekortschieten en falen. In de meer geïsoleerde gezinnen voelden de kinderen zich soms anders dan hun klas en buurtgenoten. Ze moesten zwijgen over wat zich thuis voordeed, want de buitenwereld was niet te vertrouwen.
- Wie ben ik?
Het kan zijn dat de eigenontwikkeling in het verleden in het gedrang is gekomen, omdat alle aandacht naar vader en moeder uitging. Dat kan leiden tot problemen met het gevoel van identiteit. Vragen als "wie ben ik", "wat wil ik in het leven", "waar liggen mijn grenzen?" krijgen geen bevredigende antwoorden. Dan zijn er ook vaak problemen met de loopbaankeuze, morele waarden en vriendschappen.
- Bang voor relaties
Soms is de band met de ouders zo benauwend dat de naoorlogse generatie bang is om nieuwe intieme relaties aan te gaan. Als thuis het motto was 'flink zijn en niet zeuren' kunnen de patiënten vaak moeilijk hun eigen gevoelens en verlangens (h)erkennen. En dan wordt het problematisch om met de partner te communiceren over gevoelens. Soms is men voortdurend bang de ander te verliezen en gaat men zich te veel aan de ander aanpassen.
- Niet om kunnen gaan met je eigen boosheid
Als er thuis niet adequaat met boosheid en agressie werd omgegaan, is het niet verwonderlijk dat de kinderen het later heel moeilijk vinden om met hun eigen boosheid of woede om te gaan. In relaties kan dat er toe leiden dat zij zich uit kwaadheid terugtrekken en gevoelens van wrok ontwikkelen. Er zijn echter ook patiënten die hun agressie niet kunnen beteugelen. Sommige patiënten beseffen met een schok dat ze net zo driftig reageren (bijv. op hun kinderen) als hun vader of moeder vroeger.

Ernstige klachten

De psychische klachten van de naoorlogse generatie zijn heel divers. Die kunnen van persoon tot persoon verschillen. Patiënt kan last hebben van depressieve klachten, angstklachten, slaapstoornissen, lichamelijke spanningsverschijnselen, eetstoornissen. Er zijn psychosomatische klachten zoals chronische pijnklachten, maagdarmlaagklachten of een overmatige medische consumptie. Het kan zijn dat patiënt zelf nachtmerries heeft over oorlogssituaties; men maakt zich als het ware het leed van de ouders eigen. Die klachten kunnen ook gepaard gaan met problemen met de naaste familie, vrienden en kennissen, op het werk. Om de spanningen aan te kunnen, gebruikt patiënt misschien regelmatig overmatig alcohol en/of medicatie, soms zelfs drugs. Hierdoor loopt patiënt het risico verslaafd te raken.

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 zij ondanks al hun inspanningen niet verder helpen. Als derdelijns instelling beschikt het landelijke behandel- en expertisecentrum Stichting Centrum '45 over de specialistische kennis, internationale expertise en brede ervaring om effectief te ondersteunen bij de verwerking van ervaringen uit de jeugd en met getraumatiseerde ouders.

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