



Still uit de documentaire Hoe overleef ik - Francine Oomen doorbreekt het zwijgen.

Documentaires over intergeneratieel trauma

‘Een film maken over je trauma kan heel therapeutisch werken’

Dit jaar kwamen de documentaires *Mijn vader, Nour en ik*, *De zon in de nacht* en *Why My Mum Loves Russell Crowe* uit. Drie films waarin intergeneratieel trauma een rol speelt. Maar wat is een intergeneratieel trauma precies? En welke elementen hieruit zien we opduiken in films? Hadewich van Daalen – redacteur en researcher bij 2Doc.nl - ging in gesprek met Inez Schelfhout, klinisch psycholoog en psychotherapeut bij ARQ Centrum’45.

Door Hadewich van Daalen

Inez Schelfhout houdt zich bezig met kennisontwikkeling en -deling rondom intergenerationeel trauma: 'Het omvat het doorgeven van de psychologische effecten van een trauma van de ene generatie op de volgende.' Zo kan het voorkomen dat ouders door een traumatische ervaring hun rol binnen het gezin moeilijk kunnen oppakken. Voor kinderen kan het daardoor moeilijk zijn zich veilig te voelen. Ook kan er een rolverschuiving plaatsvinden: als kind zorg je dan, vaak al op jonge leeftijd, voor je ouders. Hierdoor kunnen kinderen klachten ontwikkelen.

Erkenning

Schelfhout geeft aan dat het voor nakomelingen een opluchting kan zijn te ontdekken dat dit fenomeen bestaat: 'Het kan een erkenning zijn van de problematiek die ze ervaren. Deze kinderen hadden daarvoor het idee, dat ze niet mochten zeggen dat ze zelf klachten hebben, omdat ze de traumatische gebeurtenis zelf niet hebben meegemaakt. Zij waren juist degenen die voor hun ouders zorgden, omdat die problemen hadden. Die kinderen hebben zichzelf aan de kant gezet. Met de erkenning dat overdracht van trauma bestaat komt er ruimte voor hun eigen narratief en leren ze zich uitspreken over wat ze zelf emotioneel ervaren.'

We zien dit in de documentaire *Vastgelegd* (2022). Dochter Batya Wolff spreekt daarin met haar vader Max Wolff, die zijn oorlogstrauma probeert te bedwingen door zijn gezin constant te fotograferen.

Max is een van de weinigen van zijn gehele familie die de Tweede Wereldoorlog heeft overleefd. Batya Wolff zegt in de documentaire: 'Ik groeide op met het gevoel dat je niet echt levend mocht zijn.' Ze erkent met enige schroom dat ook zij gevormd is door de gevolgen van de oorlog: 'Hoe de oorlog in mij zit, staat niet in verhouding tot wat hij heeft meegemaakt. Maar toch, als je met zo'n voorgeschiedenis op de wereld komt, kun je daar dan los van komen?'

Als je je ervan bewust bent dat je een trauma hebt geërfd van een ouder, kan je er zelf mee aan de slag

Doorbreken van de cyclus

Als je je ervan bewust bent dat je een trauma hebt geërfd van een ouder, kan je er zelf mee aan de slag. Bovendien kan je ervoor waken het trauma door te geven aan de volgende generatie. Als ook de derde generatie getraumatiseerd raakt, wordt er, volgens Inez Schelfhout gesproken van een transgenerationeel trauma: 'Transgenerationeel verwijst naar de invloeden vanuit opeenvolgende generaties en beslaan een langere tijdsperiode.'



Still uit de documentaire *Vastgelegd*.

Deze worsteling zien we in *Mijn vader, Nour en ik* (2023). Daarin probeert documentairemaker Wiam Al-Zabari te dealen met het gegeven dat hij het trauma van zijn vader heeft overgenomen. Als Al-Zabari zelf vader wordt, probeert hij voor zijn zoontje Nour een herhaling van de geschiedenis te voorkomen, juist door open te zijn. Via zijn documentaire vertelt hij Nour hoe de traumatische vlucht van zijn vader, van Irak naar Nederland, niet alleen zijn vader zwaar beschadigd heeft, maar ook hemzelf. Tijdens de eerste Golfoorlog keek de kleine Wiam uit naar de hereniging met zijn vader, in de hoop bij hem troost te vinden. Maar toen ze in Nederland weer samenkwamen, bleek zijn vader getraumatiseerd en niet in staat hem troost te geven.

De familie Moszkowicz

Voor meer makers is het naar buiten treden met hun verhaal een aanzet tot de doorbraak van een patroon. Zo maakt de kleinzoon van Max Moszkowicz (1926-2022), ook Max Moszkowicz genaamd, de documentaire *Wij Moszkowicz* (2016) om 'af te rekenen met zijn demonen'; als hij zelf vader wordt. Zijn vader Robert Moszkowicz



lijkt te worstelen met een intergenerationeel trauma. Opa Max heeft in de Tweede Wereldoorlog zijn gehele familie verloren en legt de lat hoog voor zijn vier zonen, om alles uit het leven te halen. Robert begint het leven als een speer, en wordt al jong een succesvol advocaat. Maar hij bezwijkt onder de druk en zoekt zijn heil in heroïne. Veel van Roberts kinderen hebben weer met de gevolgen daarvan te stellen. Zij werden geconfronteerd met een verslaafde vader die op zoek bleef naar de goedkeuring van hun opa. Een transgeneratieel trauma kan hen ten deel vallen. De jonge Max biedt verzet met zijn film.

Gedeelde smart

Ligt trauma op de loer als je je gevoel over een heftige gebeurtenis niet kunt delen? En is het daarom juist goed om je verhaal te delen? Met je naasten of in een documentaire of in een boek? Inez Schelfhout reageert enthousiast: 'Ja, het vertellen van je verhaal is een geweldig middel om het te doorbreken. Dat is echt heel belangrijk, voor het individu,

'Als een trauma niet besproken wordt, en het niet doorleefd en doorvoeld wordt, kan iemand lang met de gevolgen daarvan te maken hebben'

voor de familie en voor de gemeenschap. Het kan heel therapeutisch werken om er een verhaal van te maken en de ervaringen in een context te plaatsen. Als een trauma niet besproken wordt, en het niet doorleefd en doorvoeld wordt, kan iemand lang met de gevolgen daarvan te maken hebben'.

Het witte doek biedt gepaste afstand

In de Makers van Morgen-documentaire *Why My Mum Loves Russell Crowe* (2023) heeft de moeder van documentairemaakster Emma van den Berg haar trauma nooit kunnen bespreken. Ze vond vroeger geen luisterend oor toen ze vertelde dat ze was misbruikt. Ze kreeg geen erkenning voor haar pijn, en kon de gebeurtenissen daardoor niet goed verwerken. Nu kan ze alleen nog van mannen op het witte doek houden, zoals Arnold Schwarzenegger en Russell Crowe.



Dochter Emma voelde altijd haar moeders pijn. Maar kon die nooit goed duiden. Zelf weet Emma op haar beurt niet goed waarom ze nooit een relatie heeft gehad, maar gaandeweg de documentaire wordt duidelijk dat ook zij te lijden heeft van haar moeders trauma.

Weeffouten herstellen

Schrijfster Francine Oomen kampt ook met een intergenerationeel trauma dat door misbruik ontstaan is. Zij besloot haar verhaal in een boek te delen en daarmee te onderzoeken hoe zij de 'weeffouten' kan herstellen die haar familie van generatie op generatie heeft doorgegeven. In de documentaire *Hoe overleef ik - Francine Oomen doorbreekt het zwijgen* (NTR, 2021) zien we hoe ze zich aan dit meest persoonlijke boek ooit zet, een confronterend proces.

Schijnveiligheid

De moeder van Francine Oomen vertelde haar dochter pas op haar sterfbed wat haar overkomen was. Het gebeurt ook dat een ouder nooit meer spreekt over de ingrijpende gebeurtenis die een trauma veroorzaakte. De herinneringen eraan zijn veilig weggestopt. Erover spreken wordt een taboe.



Inez Schelfhout: 'Het kind voelt dan dat er iets mis is, er hangt iets in de lucht, maar het blijft iets ongrijpbaars'. Zoals in de korte documentaire *Stilte van een bloem* (2019), waarin filmmaker Anne Jan Sijbrandij een zoon (70 jaar) aan zijn Indonesische moeder (95 jaar) laat vragen hoe het vroeger in Indonesië was, voor ze na de Tweede Wereldoorlog naar Nederland moest vertrekken. Zijn vraag roept boosheid bij haar op: 'Mensen begrijpen het toch niet', zegt zijn moeder, en 'Ik wil nu niet vertellen, want dan komen de dingen weer terug'.

Later werd pas duidelijk dat ook mensen die in kampen hadden gezeten trauma's hadden

Vanuit de moeder is dat een begrijpelijk perspectief, maar voor de nakomelingen zou het goed zijn het door-gemaakte trauma te erkennen: 'Door het delen van de verhalen, inclusief het doorleven van de ingewikkelde emoties, kunnen mensen werken aan heling en aan het doorbreken van de cyclus van intergenerationeel trauma', aldus Inez Schelfhout: 'De overdracht stopt daarmee niet, maar krijgt wel context en betekenis, waardoor het onderdeel kan worden van iemands levensverhaal. Daarmee kan er meer rust komen.'

Erkenning van collectieve trauma's

Schelfhout: 'Het concept van intergenerationeel trauma is ontstaan uit wetenschappelijk onderzoek naar Holocaustoverlevenden en hun nakomelingen, maar is sindsdien erkend in verschillende culturele, etnische en sociale contexten.'

Ze legt uit hoe ARQ Centrum'45 in de jaren zeventig in het leven werd geroepen om mensen met een trauma

door de Tweede Wereldoorlog te helpen. Daarbij was er in eerste instantie alleen erkenning voor het leed van verzetshelden. Later werd pas duidelijk dat ook mensen die in kampen hadden gezeten trauma's hadden. En nog weer later de mensen die ondergedoken hadden gezeten en vervolgens de kinderen van oorlogsslachtoffers, de zogenoemde tweede generatie.

Oorlog en slavernijverleden

'Weer later kwam de Indische tak erbij', vult Schelfhout aan, 'en in de jaren negentig is het verbreed naar vluchtelingen en ook oorlogsveteranen en hun kinderen. En pas zeer recent hebben ook de kinderen van NSB'ers een plek gekregen bij ARQ. Die hebben zich al heel lang afgevraagd of ze als kind mogen bestaan. Daar kunnen hele heftige psychologische problemen uit voortkomen. Er was decennialang geen enkele plek in de samenleving waar je daar hulp voor kon krijgen. Zoiets heeft veel impact. Inmiddels, tachtig jaar na dato, is de maatschappij hier wel een beetje klaar voor.'

In de podcast *De familie Romeijn* kunnen we de persoonlijke zoektocht van Anneke en Aafke Romeijn volgen, naar het beladen oorlogsverleden van hun familie. 'Zulke collectieve trauma's kunnen lang sluimeren, tot een generatie op gaat staan, voor zichzelf opkomt. Zo komt er steeds weer erkenning voor nieuwe groepen. Zo zie je dat nu ook gebeuren met een generatie die zich toenemend uitsprekt rondom het slavernijverleden en de intergenerationele doorwerking daarvan.'



Trauma wordt niet altijd expliciet benoemd

Er zijn meer documentaires waarin de kinderen proberen het trauma van hun ouders te doorgronden. Niet altijd gaat het expliciet over intergenerationeel trauma, maar de invloed van het trauma van de ouder op het leven van het kind speelt een grote rol. Zoals in *Little Angels*, *Elke dag 4 mei*, *Indisch zwijgen* en *Kleinkinderen van de Oost*, *Zon in de nacht* en *Your Mum and Dad*.

Hadewich van Daalen – redacteur/researcher bij 2Doc.nl

Dit artikel werd oorspronkelijk gepubliceerd op 2Doc.nl