

Interview met Melina Kappeyne van de Coppello-Rakic, voorzitter Raad van Bestuur ARQ Nationaal Psychotrauma Centrum



Foto Marie Breeckman

‘De kans om bij ARQ te gaan werken komt maar één keer in mijn leven voorbij’

Melina Kappeyne van de Coppello-Rakic

Ze vluchtte als 24-jarige voor de oorlog in Joegoslavië. Eenmaal in Nederland moest ze er zelf wat van zien te maken. Onlangs begon Melina Kappeyne van de Coppello-Rakic als voorzitter van de Raad van Bestuur van ARQ Nationaal Psychotrauma Centrum. ‘ARQ zal nog meer moeten gaan werken aan de verhoging van de veerkracht van de samenleving.’

Door Nienke Smit

Je werkte bij een forensische organisatie toen je door ARQ benaderd werd met de vraag om te solliciteren voor de functie van voorzitter van de Raad van Bestuur. Was je gelijk enthousiast?

‘Ik was in eerste instantie een beetje afhoudend, tot ik de website van ARQ wat aandachtiger bekeek. Toen zag ik dat ARQ niet alleen met getraumatiseerde mensen werkt, maar ook aan de voorkant zit, in de preventie. Er wordt gekeken hoe er voorkomen kan worden dat mensen naar de behandelkamer moeten komen, er worden mensen behandeld en ARQ geeft organisaties, zoals de politie en de brandweer, tools hoe zij hun medewerkers goed kunnen opvangen. Er is hier dus, naast kennis over trauma, ook veel kennis rondom veerkracht. Die kennis

is er op alle niveaus: bij individuen, in organisaties, nationaal en internationaal. Al dat werk gebeurt maar met weinig mensen, vierhonderd ongeveer. Toen ik dat allemaal zag dacht ik: “De kans om hier te gaan werken komt maar één keer in mijn leven voorbij”.

Je hebt in de jaren '90 de oorlog in Joegoslavië meegemaakt, wat hebben die ervaringen met jou gedaan?

‘Na drie jaar in de oorlog te hebben geleefd ben ik op 24-jarige leeftijd zonder mijn familie naar Nederland gevlucht. Nederland voelt voor mij inmiddels als mijn thuisland, maar de ervaringen in de oorlog en de vlucht naar Nederland hebben mij niet koud gelaten. Hoewel ik heel warm verwelkomd werd in Nederland, voelde ik mij

eenzaam. Zeker in die eerste maanden. Ik kreeg gelukkig snel een baan en kon mijn leven hier opbouwen. Tot jaren later de oorlog in Oekraïne uitbrak. De energiecrisis ontstond, wij gingen thuis minder stoken. Ik zag beelden op televisie en hoorde verhalen op de radio die maakten dat het was alsof ik mij weer in Bosnië bevond. Ik zat te werken thuis en ik kreeg het steeds kouder. De beelden van de oorlog in Oekraïne en de kou thuis maakten dat ik traumaklachten kreeg. Ik heb in de oorlog in Bosnië drie hele koude winters meegemaakt. Als het buiten min 20 is en je hebt geen stroom en verwarming, dan krijg je het niet meer warm. Dat werkt ook mentaal door. De kou in mijn huis triggerde bekende symptomen van psychotrauma. Een vriendin van mij trok aan de bel en regelde een psycholoog voor mij. Opeens zat ik aan de andere kant van de tafel. Door de behandeling kwam ik erachter dat er dingen waren die niet normaal waren, maar die ik wel als normaal ervoer. Ik sliep bijvoorbeeld altijd onder een dik dekbed, of het nou winter of zomer was. Als ik op vakantie was in Italië en ik zag dat er dunne lakens op bed lagen, vroeg ik altijd of ik extra dekens kon krijgen. De eigenaar van zo'n vakantiehuis keek altijd wel een beetje raar, maar ik dacht dan: "Nou en, ik ben gewoon wat kouwelijk". Ik legde nooit het verband met mijn ervaringen in Bosnië.

Hoe beïnvloedt deze achtergrond jouw werk binnen ARQ?

'Er zijn verschillende manieren van coping in moeilijke omstandigheden. Ik ben enorm gaan overleven en heel strijdbaar geworden. Naast de oorlogservaringen ben ik opgegroeid aan de rand van een achterstandswijk. Ik ben opgegroeid met allemaal jongens in de buurt. Daar is mijn persoonlijkheid ook door gevormd. Ze kregen mij niet klein. Als er een ruzie was en ik een dreun kreeg, dan stond ik op en ging ik verder. Deze coping zette ik toen ik in Nederland aankwam ook in. In Nederland zag ik vaak Bosnische mannen die gekrenkt en getrauma-

tiseerd waren, en vervolgens opgaven. Dat resulteerde erin dat zij depressief en machteloos werden. Dit in tegenstelling tot vrouwen. Alsof die beter hun veer-

kracht konden aanspreken. Voor mij was het: "Ik heb niets meer, ik heb geen thuisland meer. Ik heb geen grond waarop ik kan terugvallen, dus ik moet er zelf wat van maken". Die houding heb ik in mijn bestuurlijk werk nu ook: "Er is een probleem, maar we fixen het". Ik werk enorm hard. Dit doe ik omdat ik vind dat je mensen, organisaties en samenlevingen moet helpen die ernstige dingen meemaken en daarvan beschadigd raken, wat vervolgens ook een enorme impact heeft op hun omgeving.'

'Naast mijn levenservaringen breng ik ook mijn culturele achtergrond mee. Als ik naar mijzelf kijk: ik praat luid, ik ben groot, ik praat met een Bosnisch accent.

Dat is voor anderen soms overweldigend. Maar aan de andere kant, ik kon bij een vorige baan in een rechtszaak tegen de staat, met mijn accent, duidelijk maken wat het voor medewerkers in de zorg betekent om agressief te worden bejegend, en hoe het voor een team is om dag in en dag uit met die dreiging te werken. Dat deed ik op een andere manier dan een Nederlandse bestuurder zou

'Ik heb niets meer, ik heb geen thuisland meer. Ik heb geen grond waarop ik kan terugvallen, dus ik moet er zelf wat van maken'

doen. Met een enorme directheid. Nederlanders zijn veel behoudender. Bosniërs schetsen situaties heel levendig. Zij beschrijven precies wat ze zien, doen dat ook nog eens beeldend en theateraal en kunnen er grappen over maken. Een Bosniër kaart een kwestie aan en zoekt



Foto Marie Boeckman

direct ook naar verbinding. Dat is net wat anders dan de directheid van Nederlanders.'

Je benadrukt naast de kwetsbaarheid die kan ontstaan na het meemaken van een traumatiserende gebeurtenis ook de kracht van mensen. Hoe werk je als psychiater en bestuurder met die kracht?

'Waar ik ook gewerkt heb, als teampsychiater of als bestuurder, er is bij patiënten en binnen organisaties altijd veel kracht aanwezig. Bij Trajectum heb ik een patiënt gehad met een IQ van 60, die een ellendige jeugd had gehad en nu een tbs-maatregel opgelegd had gekregen. Hij had via zijn Smart televisie ingebroken in de computersystemen van onze zorgorganisatie. Hij kon onder andere zien wat onze bestuurssecretaris verdiende. Ik vind dat geniaal. Dan denk ik niet dat we zijn verlot in moeten trekken, dan denk ik: "Hoe kunnen wij van dit talent gebruik maken?''

'In de persoonlijke verhalen van getraumatiseerde patiënten zitten vaak al heel veel krachten. Denk bijvoorbeeld aan mensen die seksuele uitbuiting hebben overleefd. Mensen kunnen daaraan onderdoor gaan. Maar uiteindelijk is dat bij de mensen die naar ons toe komen niet gebeurd. De vragen die we moeten stellen zijn: "Wat zit er in jouw intellect, wat zit er in jouw vaardigheden, en wat zit er in jouw wijsheden waarvan wij kunnen leren en wat jij kunt inzetten om op een gezonde manier een hogere kwaliteit van leven te krijgen?'' Als organisatie moeten we dit ook bij onszelf doen. Welke krachten zitten er binnen de organisatie die we kunnen aanboren om steviger te worden? Veel mensen die binnen ARQ werken kiezen er voor ergens helemaal voor te gaan. Mijn taak als bestuurder is altijd talent management.'

Waar wil jij met ARQ in de komende jaren naartoe?

'Ik geloof dat je psychotrauma alleen kunt begrijpen als je het multidisciplinair benadert. Niet alleen psychologisch, maar ook maatschappelijk en in de context van de geschiedenis. Bij ARQ weten wij heel goed hoe we trauma kunnen behandelen, maar kunnen we ook de context organiseren. Wij doen dat bijvoorbeeld door consultaties aan te bieden aan andere hulpverleners. Binnen al onze organisatieonderdelen wordt hoog specialistisch werk geleverd. De kennis die wij hebben moeten we de komende jaren uitbreiden en breder inzetten in de samenleving. Niet door meer mensen in dienst te nemen, maar door ons anders te gaan organiseren.'

'Daarnaast zoeken wij constant naar nieuwe interventiemogelijkheden, zoals bijvoorbeeld met MDMA onder-

'Ongelijkheid heeft een enorme invloed op de weerbaarheid van mensen en het ontstaan van psychiatrische stoornissen'

steunde behandelingen en 3MDR. Ik denk dat we de verbindingen binnen de organisatie en met andere organisaties nog kunnen versterken. Met zowel de eerste lijn en de tweede lijn als ook binnen het sociaal domein. Dit kunnen we doen door echt de boer op te gaan. Voor ARQ komen de opgaven vanuit de maatschappij. Als je weet wat er in de maatschappij speelt, dan vloeit ons werk daaruit voort. Er zit zoveel wijsheid in deze organisatie. Ik heb de medewerkers van ARQ nodig om de strategie voor de komende jaren uit te werken. Als ik zou zeggen: "Ik weet wat er precies moet gebeuren", dan is dat de ouderwetse geneeskunde. U hoest, u heeft de ziekte en dan gaat de dokter dat oplossen. Maar een vraagstuk moet gezamenlijk gevormd en opgelost worden.'

Je begint als voorzitter van de Raad van Bestuur in een tijd dat er nationaal en internationaal politieke verschuivingen naar radicaal-rechts plaatsvinden. Hoe gaat ARQ zich daarin positioneren?

'Wij hebben de taak om over die maatschappelijke opgave na te denken. De ongelijkheid binnen de maatschappij neemt toe, door de economische omstandigheden, maar ook door de klimaatveranderingen. Er is nu meer instabiliteit. Met de klimaatveranderingen verwacht ik meer conflicten en vluchtelingenstromen. Wij moeten bedenken hoe we daar in Nederland op inspelen, maar ook wat we lokaal kunnen doen. Wij moeten ook meer werken aan de randen van de Europese Unie, bijvoorbeeld in Italië en Griekenland. Daar is een constante poort voor vluchtelingenstromen, ook georganiseerde criminaliteit. Dat teistert die landen al eeuwen, wij moeten bedenken wat wij daarin kunnen betekenen. En meer lokaal: waar ik mij zorgen om maak is wat maakt dat zoveel mensen in Nederland zich niet gehoord en achtergesteld voelen. Ongelijkheid heeft een enorme invloed op de weerbaarheid van mensen en het ontstaan van psychiatrische stoornissen inclusief psychotrauma. Ik ben bezorgd over het feit dat een flink deel van Nederland heel kwetsbaar is en dat het groter wordt. ARQ zal nog meer moeten gaan werken aan de verhoging van de veerkracht van de samenleving.'

Nienke Smit – Klinisch psycholoog bij ARQ Centrum'45 en hoofdredacteur van *Impact Magazine*.