

DE INTERGENERATIONELE OVERDRACHT VAN WOII-TRAUMA'S

Niet getekend, wel geraakt

In hoeverre kunnen ingrijpende ervaringen van grootouders tijdens de Tweede Wereldoorlog invloed hebben op hun kleinkinderen? Onno Sinke, zelf een kleinkind met een beladen familiegeschiedenis, gaat op onderzoek uit.



Foto: privécollectie

Vic Toers Bijns, 1e luitenant in het Koninklijk Nederlands-Indisch Leger (KNIL), jaren dertig

Op de foto staat een donkere man, nonchalant geleund op een geweer. Voor hem ligt een net geschoten tijger, de kop omhoog gehouden met een stuk hout. Achter hem staan enkele mannen in uniform. De man is mijn opa, Vic Toers Bijns, eerste luitenant in het KNIL, het Koninklijk Nederlands-Indisch Leger. De foto uit de jaren dertig was thuis het enige dat aan Indië herinnerde. Helemaal onbegrijpelijk was dit niet. Mijn opa maakte tijdens de Tweede Wereldoorlog deel uit van een verzetsgroep, werd verraden en vervolgens onthoofd door de Japanse bezetter. Zo verloor mijn moeder op haar zesde haar vader. Zelf bracht ze de oorlog met haar moe-

der en zusjes onder zeer moeilijke omstandigheden door in kamp Bangkinang op Sumatra. Ze balanceerde er op het randje van de dood.

Hoewel ik de details niet weet, heeft de oorlog grote invloed gehad op mijn oma en haar drie dochters. Een schijnbaar onschuldig detail laat de impact van deze periode zien: dertig jaar later kon mijn moeder nog steeds wakker schrikken uit angst haar rugzakje kwijt te zijn. Haar was als vierjarige, op weg naar het kamp, ingeprent dit koste wat kost bij zich te houden. In hoeverre worden dit soort ingrijpende oorlogservaringen doorgegeven aan volgende generaties?



Riet Toers Bijns-Van Dis met haar dochter Sonja (moeder van auteur). Jaren dertig, Nederlands-Indië.

Onno Sinke

Historicus en beleidsonderzoeker/
adviseur bij het Arq Kenniscentrum
Oorlog, Vervolging en Geweld en
redactielid van Impact Magazine



Dertig jaar later kon mijn moeder nog steeds wakker schrikken uit angst haar rugzakje kwijt te zijn

Geen overdracht trauma's

Als eerste ga ik te rade bij Marinus van IJzendoorn, hoogleraar Child and Family Studies aan de Universiteit Leiden en de Erasmus Universiteit Rotterdam. Hij doet al jarenlang onderzoek naar de intergenerationele overdracht van WOII-trauma's van Holocaust overlevenden. Bijna al het wetenschappelijk onderzoek dat tot nu toe is gedaan richt zich op deze groep. 'Ik heb geen aanwijzingen voor een overdracht van trauma bij grootouders op hun kleinkinderen', schrijft hij per e-mail. 'Op zichzelf beschouwd is dat een gelukkige uitkomst van een aantal zorgvuldig uitgevoerde studies met de Holocaust als traumatische reeks van gebeurtenissen. Het geeft hoop dat er sprake is van herstel, weliswaar niet binnen één generatie maar wel over generaties heen. De menselijke soort toont zich ook hier veerkrachtig.'

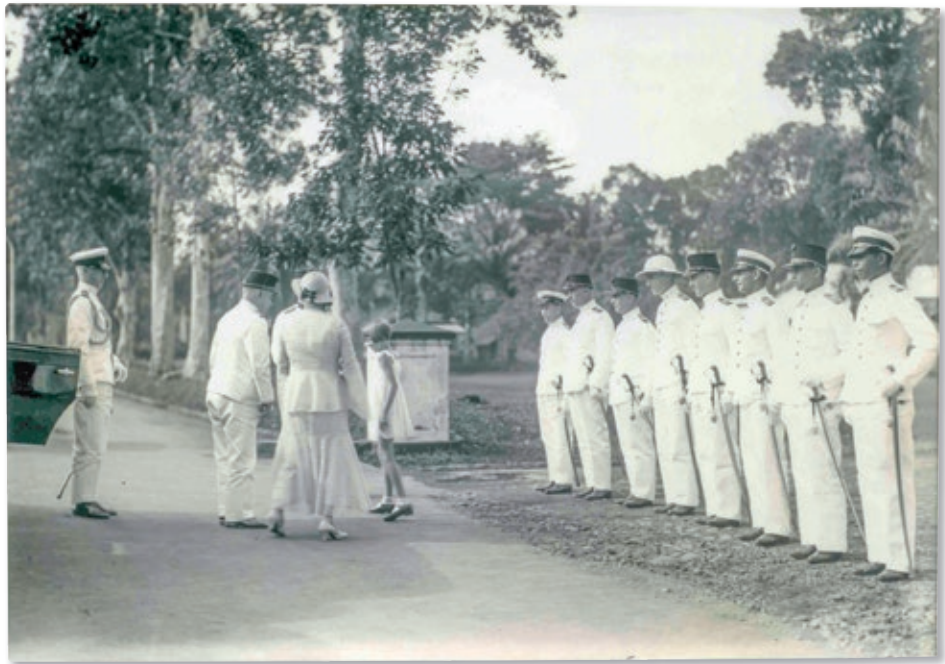
Toch maakt hij een voorbehoud. Onder bepaalde omstandigheden kan er wel degelijk sprake zijn van overdracht van het trauma. Van IJzendoorn en zijn mede-onderzoekers vonden namelijk dat de aanwezigheid van symptomen van dissociatie - het soms schijnbaar gedachteloos buiten de werkelijkheid vertoeven - bij grootouders die als kind de Holocaust hadden meegemaakt in de volgende generatie de kans verhoogde dat de productie van het stresshormoon cortisol een afwijkend patroon vertoonde. Dit betekent dat de meest ernstig getraumatiseerde Holocaust overlevenden mo-

gelijk toch niet helemaal in staat zijn hun trauma weg te houden van hun kinderen.

Hoe kan het dat mensen er in het algemeen in slagen om hun trauma niet door te geven aan hun kinderen en kleinkinderen? Er zijn volgens Van IJzendoorn verschillende verklaringen mogelijk. Een van de meer plausibele verklaringen is dat het Holocausttrauma niet veroorzaakt is door de ouders of verzorgers. Zodoende komen de kinderen niet voor het onoplosbare dilemma te staan waarmee de meeste door hun eigen ouders mishandelde kinderen geconfronteerd worden, namelijk dat de dader tegelijk ook een belangrijke rol speelt in de gehechtheid van het kind. 'Daarnaast hebben we ook de mogelijkheid geopperd dat veel Holocaust overlevenden in de periode voorafgaand aan WOII zich veilig hadden kunnen hechten en zo na de oorlog een herinnering aan een veilige basis hadden waarop een eigen gezinsleven kon worden opgebouwd', schrijft Van IJzendoorn. Een derde verklaring zou een sterke oriëntatie op de toekomst en op zingevende activiteiten kunnen zijn. In een meta-analyse van de effecten van de Holocaust op de eerste generatie uit 2010 bleek dat het leven in Israël een buffer vormde tegen sommige negatieve gevolgen hiervan. Van IJzendoorn: 'Dat kan een uitdrukking zijn van een sterke oriëntatie op de toekomst maar ook de bufferende werking van een samenleving met lotgenoten zijn, waarin op den duur ook erkenning en

herdenking van het Holocaust leed ingebed was.'

Tot slot wijst Van IJzendoorn op het mogelijk belang van genetische factoren. Uit eerder onderzoek onder vluchtelingen als gevolg van de Rwandese genocide was gebleken dat personen die beschikten over de zogenaamde 'deletievariant' van het gen ADRA2B vaker last hadden van herbelevingen van hun trauma. In hun onderzoek naar Holocaust overlevenden vonden Van IJzendoorn en zijn collega's dat juist de dragers hiervan een minder afwijkend patroon in de afscheiding van het stresshormoon cortisol hadden, meer dan een halve eeuw na de Holocaust. Dit zou veroorzaakt kunnen zijn door het feit dat de dragers van deze genetische variant op jongere leeftijd gedwongen waren om de confrontatie met het trauma van de Holocaust aan te gaan, te herbeleven en - voor zover mogelijk - te verwerken.



Inspectie door generaal Cramer. 1e luitenant in het KNIL Vic Toers Bijns geheel rechts. Jaren dertig, Nederlands-Indië.

Hoe kon het toch dat haar grootouders zulke veerkrachtige mensen waren terwijl ze tijdens de oorlog verschrikkelijke dingen hadden meegemaakt?

Overbeschermend

In de meeste gevallen wordt het trauma dus niet doorgegeven aan volgende generaties. Maar hoewel wetenschappelijk onderzoek laat zien dat er geen aantoonbaar verband is gevonden betekent dit niet dat de oorlog geen invloed op hen kan hebben. Om hier meer over te weten bel ik met Inez Schelfhout, GZ-psycholoog bij

ONDERZOEK EPIGENETICA

Volgens Rachel Yehuda, hoogleraar aan de Mount Sinai School of Medicine in New York, hebben de verschrikkingen van de Holocaust niet alleen op psychologisch vlak, maar ook op genetisch vlak sporen achtergelaten bij de overlevenden en zelfs hun nakomelingen. Deze invloed van de omgeving op de genen is in principe een nuttig mechanisme. Het betekent dat het lichaam manieren heeft om zichzelf aan te passen aan de omgeving en ervoor te zorgen dat ook de volgende generatie goed uitgerust is. Zie voor meer informatie het verslag van het jaarcongres van de NtVP elders in dit blad.

Centrum '45 in Oegstgeest en werkzaam binnen het team van de naoorlogse generatie. Schelfhout, begin dertig, maakt zelf onderdeel uit van de derde generatie. Haar interesse voor het oorlogsverleden van haar grootouders begon al op jonge leeftijd. Ze raakte geïntrigeerd door de vraag hoe het toch kon dat haar grootouders zulke veerkrachtige mensen waren terwijl ze tijdens de oorlog verschrikkelijke dingen hadden meegemaakt. Zowel haar opa als haar oma zaten tijdens de Japanse bezetting van Nederlands-Indië in interneringskampen en kwamen als wezen uit de oorlog.

In haar werk heeft ze veel te maken met mensen uit de naoorlogse generaties van verschillende achtergronden. Er zijn echter nog nauwelijks mensen van de derde generatie in behandeling bij Centrum '45, een instelling voor topklinische zorg. 'Het zou goed kunnen dat de derde generatie zich pas over tien, twintig jaar meldt', zegt Schelfhout. 'Ook de tweede generatie heeft vaak decennialang goed gefunctioneerd voordat ze klachten ontwikkelde. Bij aanmelding zien we vaak iemand van middelbare leeftijd, waarbij de oude copingstrategieën niet meer toereikend zijn. Daarbij is het belangrijk te

vermelden dat we maar een kleine populatie van tweede en derde generatie WOII-slachtoffers zien. Een groot deel hoeft geen beroep te doen op psychische hulpverlening. De derde generatie lijkt daarnaast ook anders met de invloed van de Tweede Wereldoorlog op hun familie om te gaan. Doordat de indirecte blootstelling aan het trauma verder weg is, kunnen ze veerkrachtiger overkomen.'

Hoewel er dus nog relatief weinig onderzoek is gedaan naar de overdracht van oorlogstrauma's op de derde generatie, heeft Schelfhout door haar klinisch werk wel een indruk gekregen van de problemen die bij deze groep kunnen spelen. Tijdens de zogenaamde groepsgezinsdagen van cliënten van Centrum '45 kwamen soms ook derde generatieleden met hun ouders mee. Uit de gesprekken die daar werden gevoerd, bleek dat hun ouders soms heel bezorgd en beschermend konden zijn omdat zij wilden vermijden dat zij hun kinderen hetzelfde aan zouden doen wat hen was aangedaan.

Dit kan er toe hebben geleid dat de kinderen meer moeite hebben om los te komen van hun ouders.



Het graf van Vic Toers Bijns op het ereveld Ancol nabij Jakarta in Indonesië.

Creatieve verwerking

Hoe kunnen mensen van de derde generatie het beste met hun soms zwaar beladen familiegeschiedenis omgaan? Zij kunnen leren om gezonde krachtbronnen aan te boren om hun familiegeschiedenis betekenis te geven, zegt Schelfhout. 'Dat kan zijn door creatief bezig te zijn en te schrijven of te fotograferen, maar ook door deze zingeving in je werk te zoeken, zoals ik heb gedaan. In de praktijk zien wij dat er een grotere kans is dat de overdracht stopt als je de betekenisgeving kan integreren en het een plek kan geven.' Sterker dan de

eerste of tweede generatie, zet de derde generatie in op creatieve hulpbronnen. Ze hebben volgens Schelfhout meer psychische ruimte om naar het verleden te kijken. 'De tweede generatie was soms te verstrengeld met hun ouders, ze waren te loyaal ten opzichte van hun ouders

Sterker dan de eerste of tweede generatie, zet de derde generatie in op creatieve hulpbronnen

om met hun familiegeschiedenis aan de haal te gaan.' Dit verhaal herken ik. Ook ik doe onderzoek naar mijn eigen familiegeschiedenis met als uiteindelijk doel om hun verhaal op te schrijven. Door mijn zoektocht trekt de nevel der geschiedenis langzaam op. Mijn opa en oma, mijn moeder en mijn tantes krijgen steeds meer een gezicht. Ik weet wat ze gedaan hebben, waar ze geleefd hebben, wat ze gevoeld hebben. Ik weet waar ik vandaan kom, ik heb het gevoel weer ergens bij te horen. Op een bepaalde manier heeft mijn onderzoek een helend effect. Ik ben dan wel geraakt door de oorlog, maar niet getekend.

REFERENTIES

Barel, E., M.H. van IJzendoorn, A. Sagi-Schwartz & M.J. Bakermans-Kranenburg, 'Surviving the Holocaust: A meta-analysis of the long-term sequelae of genocide', in: *Psychological Bulletin*, 2010 136, 677-698. doi:10.1037/a0020339

Sagi-Schwartz, A., M.H. van IJzendoorn & M.J. Bakermans-Kranenburg, 'Does intergenerational transmission of trauma skip a generation? No meta-analytic evidence for tertiary traumatization with third generation of Holocaust survivors', in: *Attachment & Human Development*, Vol. 10, No. 2, June 2008, 105-121.

IJzendoorn M.H. van, A. Fridman, M.J. Bakermans-Kranenburg, A. Sagi-Schwartz, 'Aftermath of Genocide: Holocaust Survivors' Dissociation Moderates Offspring Level of Cortisol', in: *Journal of Loss and Trauma: International Perspectives on Stress & Coping*, 2013, 18, 64-80. doi: 10.1080/15325024.2012.679132

IJzendoorn, M.H. van, 'Drie generaties Holocaust?' in: *Mededelingen van de Afdeling Letterkunde van de KNAW, Nieuwe Reeks, Deel 65, no. 5. Koninklijke Nederlandse Academie van Wetenschappen, Amsterdam 2002.*