

Bedankt voor het downloaden van dit artikel. De artikelen uit de (online)tijdschriften van Uitgeverij Boom zijn auteursrechtelijk beschermd. U kunt er natuurlijk uit citeren (voorzien van een bronvermelding) maar voor reproductie in welke vorm dan ook moet toestemming aan de uitgever worden gevraagd.

Boom

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikelen 16h t/m 16m Auteurswet 1912 jo. Besluit van 27 november 2002, Stb 575, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoeding te voldoen aan de Stichting Reprorecht te Hoofddorp (postbus 3060, 2130 KB, www.reprorecht.nl) of contact op te nemen met de uitgever voor het treffen van een rechtstreekse regeling in de zin van art. 16l, vijfde lid, Auteurswet 1912.

Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot de Stichting PRO (Stichting Publicatie- en Reproductierechten, postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.cedar.nl/pro).

No part of this book may be reproduced in any way whatsoever without the written permission of the publisher.

info@boomamsterdam.nl
www.boomuitgeversamsterdam.nl

De therapeut aan het werk

Veel wanhoop, een beetje hoop — Commentaar op de bijdrage van Lili Philippe

MICHELLE WARRINER

Na jaren humanitair werk in de Palestijnse bezette gebieden kon ik in 2012 met mijn ervaring en kennis over trauma, cultuur en migratie terecht bij Solentra. Solentra is een hoogkwalitatief en cultuursensitief diagnostisch en behandelingscentrum dat verbonden is aan de psychiatrische afdeling voor infants, kinderen en adolescenten van het UZ Brussel (Paika). Omwille van de specificiteit en complexiteit van de vluchtelingenproblematiek en de moeilijkheden die hulpverleners ervaarden om deze kwetsbare doelgroep te bereiken ontwikkelde Solentra de PACCT®-methodiek. Het eerste uitgangspunt van deze methodiek is dat er een verband bestaat tussen maatschappelijke participatie en geestelijke gezondheid: volwaardige sociaal-maatschappelijke participatie en (geestelijke) gezondheid beïnvloeden elkaar wederzijds. Het tweede uitgangspunt erkent dat het migratieproces en postmigratiefactoren veel impact hebben op het welbevinden van het individu. Het verlies van familie, omgeving, gewoontes en daarna aanpassing aan de nieuwe culturele omgeving beïnvloedt de geestelijke gezondheid en werkt door in meerdere generaties. Trauma en andere mentale problemen die zich enten op de migratie en acculturatiestress kunnen het integratieproces verhinderen. Het derde en laatste uitgangspunt vertrekt vanuit een brede, ecologische visie

(Bronfenbrenner 1979) op psychische gezondheid. Deze visie erkent dat psychische problemen niet alleen persoonsgebonden zijn, maar evenzeer beïnvloed worden door omgevingsfactoren en de maatschappelijke context.

De zogenaamde vluchtelingen crisis heeft er in het Westen toe geleid dat het draagvlak onder druk komt om open te staan voor oorlogs- en andere slachtoffers. De polarisatie is toegenomen, het wij-zij-denken versterkt. Maar de nood aan opvang en begeleiding van migranten en asielzoekers blijft groot. Samen met de essentie van solidariteit en sociale cohesie (Deraeck in Métraux 2018). Asiel zoeken is geen misdaad, en toegang tot goede geestelijke gezondheidszorg is een basisrecht.

Ik ben mijn collega daarom erg dankbaar dat ze alle obstakels overwint om met ons mee te springen in het levensverhaal van de gevluchte persoon die ze ontmoet. Telkens opnieuw geconfronteerd worden met overspoelende machteloosheid, verdriet en boosheid, is niets voor de «teergevoeligen». En toch zien we allemaal, in elke donkere plek, stralen van kracht en hoop.

De sessies van de therapeute en haar reflecties zijn erg herkenbaar. In mijn commentaar ga ik vooral in op de overdracht, en op de voortdurende aftoetsing die ik zelf tijdens dergelijke sessies maak, teneinde het perspectief op trauma zo breed mogelijk te beschouwen en evenveel aandacht te geven aan veerkracht, cultuur en acculturatie, (gecompliceerde) rouw als gevolg van de gigantische verlieservaringen die migratie met zich meebrengt.

Het dagelijkse leven van asielzoekers wordt gestuurd door de regels van het collectief opvangcentrum en zorgt voor institutionalisering en aangeleerde hulpeloosheid. Daar

komt bij dat de bewoners overgeleverd zijn aan een onbekend juridisch en bureaucratisch systeem, en er onzekerheid is over de asielprocedure en over de toekomst, wat het gevoel van controleverlies nog verder versterkt.

Rekening houdend met dit overheersende klimaat waarbinnen de therapeutische sessies georganiseerd zijn, worden de gesprekken voorbereid door stil te staan bij de tegenoverdracht bij de therapeute in relatie tot het uitwendige kader van het opvangcentrum, de overdracht van de cliënt naar de therapeute, en twijfel over de kwaliteit van de tolkenprestaties wat vervolgens wordt besproken.

Er kunnen hier mijns inziens parallellen getrokken worden tussen het gevoel van de cliënt en dat van de therapeute machteloos overgeleverd te zijn.

Wanneer het kader van het opvangcentrum de voorwaarden (tweewekelijks) van de therapie dicteert, welke impact heeft dit dan op de therapeutische relatie? Valt de therapeut dan samen met de cliënt in het controleverlies? Is hier sprake van projectieve identificatie? Wat zou er kunnen gebeuren als er gestreden zou worden voor onafhankelijkheid, een stukje controle in de zee van machteloosheid, om meer ruimte te creëren die de therapeut en haar of zijn cliënt nodig heeft? De herkenning door de therapeut van de eigen gevoelens over de invloed van de context kan helpen om de machteloosheid van de cliënt te duiden. Samen kunnen ze dan, in de context van het hier-en-nu, op zoek gaan naar veerkrachtversterkende interne of externe bronnen als stabilisator voor het harde traumawerk.

In het fragment over de tolk wordt de enorme uitdaging beschreven waarmee elke therapeut in het werken met tolken geconfronteerd wordt, met name op welke wijze om te gaan met het in handen geven van een deel van het therapeutisch proces aan een tussenpersoon. Emoties worden opgeslagen in de moedertaal. Ze zijn voor de mens de

onzichtbare navelstreng die het heden met het verleden (de <roots>) verbindt. Hierdoor is de inbreng van een tolk bijzonder heilzaam en noodzakelijk voor cultuursensitief handelen (Métraux 2018). Maar het opbouwen van een vertrouwensband met de tolk vraagt tijd en investering; de therapeut werkt idealiter met steeds dezelfde tolk. Het bespreken van de kwaliteit van de tolkprestaties met de cliënt, versterkt op zijn beurt de band met de cliënt. De machtspositie van de therapeut ten aanzien van de cliënt vermindert door zijn of haar twijfel binnen te brengen.

Een ander aspect van de therapeutische relatie dat aandacht vraagt is de paradox tussen enerzijds de therapeute die zelf met onzekerheden kampt en anderzijds door de cliënt wordt aanzien als almachtig en als de redder.

Zoals de vluchteling terecht komt in een onbekend, niet vertrouwd cultureel referentiekader, zo ook komt de therapeut met zijn of haar expertise en ervaring in een onbekende wereld terecht. Kan de therapeut, als een boom die stevig geworteld is in de aarde, om te overleven meedeinen met de rukwinden van de storm? Kunnen verschillende waarheden naast elkaar bestaan, waarbij de culturele visie op het eigen functioneren meegenomen wordt in de begeleiding. Triggert dit de therapeut in een vloed van twijfel? Of gelooft de therapeut nog in de kracht van de wortels die gevoed zijn door de nederige ervaring en kennis van het therapeutisch referentiekader? Wat mensen op de vlucht meemaken, zijn normale reacties op abnormale gebeurtenissen, waarbij cultuursensitief werken schuwt van de westerse visie op trauma, waar het gevaar op pathologisering van de klachten aanwezig is. Ook helpt het psychodynamisch kader om de impact van chronische oorlogsomstandigheden (armoede, intrafamiliaal geweld, ontwrichting, geen onderwijs, straffeloosheid, normvervaging enzovoort) op het cognitief en psychisch leven van de cliënt mee

in kaart te brengen. De confrontatie met het onbekende duwt de therapeut weleens uit balans, doet twijfelen. Is dat iets wat de cliënt en de therapeut met elkaar gemeen hebben? Kan de therapeut twijfel, onzekerheid, niet-weten verdragen?

Wat is het antwoord op de soms immense woede, ontgoocheling en verontwaardiging jegens 'het beloofde land'? De therapeut maakt deel uit van de 'blanke' of 'westerse' meerderheidsgroep die het lot van de cliënt bepaalt, wat dus een zekere machtspositie impliceert. Hoe kan er dan in de therapeutische relatie sprake zijn van gelijkwaardigheid? Welke fantasieën zou de cliënt hierover hebben? Heb je als therapeut kans om enig vertrouwen te krijgen?

Het is met name de professional die een band ontwikkelt met twee gezichten: sociaal en therapeutisch. De sociale band komt voort uit een echt bondgenootschap dat een evenwichtige wederkerigheid en een gebalanceerde uitwisseling inhoudt van waardevolle woorden, en de therapeut die met de grootste eerbied omgaat met de 'heilige domeinen' van de cliënt en zijn gemeenschap.

De gift van waardevolle woorden door welgestelden als wij, stelt Métraux verder, maakt dat we echte wederzijdse relaties kunnen uitwerken, die vernederingen moeten verzachten en misschien wel genezen. In sessie 4 beschrijft de cliënte zich in termen van tekortkomingen (zwak, ongeschoold, bang om te verdwalen, niet kunnen onthouden), hoewel ze probeert zich desondanks goed te houden. Maar wat is het precies dat haar in staat stelde om veilig in België te geraken? Waar haalde ze de kracht om door te gaan, ondanks alle tegenslagen?

We moeten eerst iets over onszelf ontdekken en over onszelf praten, weliswaar zonder transparant te worden, stelt Métraux. Even ophouden met het tentoonspreiden van onze vaardigheden om onze gesprekspartners te laten zien dat wij ook lijden en ook verliezen hebben gekend, dat wij ook al

gefaald hebben, waardoor we gaan twijfelen. Door onszelf te tonen in onze verschillende facetten, geven we de ander de kans om op zoek te gaan naar gelijkenissen. Daarenboven beschrijft Métraux het belang van het proces van erkenning van de rechten van de ander, waarbij de therapeut expliciet erkenning geeft voor het geleden onrecht, de oneerlijke behandeling en de ongelijke rechten waarmee men als migrant geconfronteerd wordt. Daarmee verrijkt de therapeut een stuk identiteit dat door de migratie is aangetast. Voor de cliënt is het belangrijk om de authenticiteit van de therapeut te ervaren.

Naast het precair verblijfsstatuut en de daarmee gepaard gaande gevoelens van onzekerheid en machteloosheid, staat het thema moederschap en het verlies van de dochter die is achtergebleven op de voorgrond.

Gedwongen migratie impliceert een gigantische verlieservaring: verlies van land, vrienden en identiteit. Deze verlieservaringen zijn thema's om te onderzoeken of de vluchteling in staat is om het rouwproces aan te gaan. Schuldgevoelens over het verlies van delen van zichzelf (dat wil zeggen de vroegere identiteit van de vluchteling, zijn of haar investering in de taal, het land en de mensen die achtergebleven zijn, enzovoort) kunnen het rouwproces bemoeilijken. Wanneer schuldgevoelens een achtervolgend karakter krijgen zal de nieuwkomer meer risico lopen op een pathologische rouw. Wanneer het individu in staat is om het verlies van zijn of haar vorig leven te aanvaarden, en de pijn kan dragen (kleiniano spreken over 'depressieve' schuld), zou het individu verdriet kunnen toelaten, en vervolgens in staat zijn om te herstellen. Bij vluchtelingen echter, wordt het schuldgevoel versterkt omdat zij overlevende vrienden en familieleden nog steeds aan gevaar blootstaan. Wanneer er sprake is van discriminatie van de vluchtelingen door de ontvangende maatschappij zullen de vervolgingsangsten in stand

gehouden dan wel opgewekt worden (Wilson & Drozdek 2004). Hierbij aansluitend is het belangrijk om te vertrekken vanuit een houding van niet-weten en om een dosis gezonde nieuwsgierigheid in de cultureel Andere aan de dag te leggen. Vragen naar de culturele beleving en betekenis van belangrijke deelidentiteiten zijn richtinggevend om de impact van migratie in kaart te brengen: wat betekent het moederschap in de cultuur van de cliënte, en hoe denkt ze over haar eigen moederschap? Is hier sprake van een innerlijk conflict tussen twee onverenigbare verlangens? De cliënte vertelt dat ze niet kan terugkeren naar haar geboorteland. Ze voelt zich tegelijkertijd verscheurd door het (schuld-)

gevoel haar dochter achter te laten in een levensbedreigende situatie, die haar bekend is vanuit haar eigen levensgeschiedenis. Belangrijke, maar ook pijnlijke vragen die enkel met respect voor het tempo en de draagkracht van de cliënte kunnen verkend worden.

Literatuur

- BRONFENBRENNER, U. (1979). *The ecology of human development*. Cambridge/London: Harvard University Press.
- MÉTRAUX, J.C. (2018). *Migratie als metafoor*. Brussel: Politeia.
- WILSON, J.P., & DROZDEK, B. (2004). *Broken spirits: The treatment of traumatized asylum seekers, refugees and war and torture victims*. New York: Brunner-Routledge.