

Bedankt voor het downloaden van dit artikel. De artikelen uit de (online) tijdschriften van Boom uitgevers 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. Alle artikelen die echter langer dan vijf jaar geleden zijn gepubliceerd, zijn vrij beschikbaar voor download en hergebruik. Toestemming van de uitgever is dan niet meer nodig.

# 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. Auteursrecht ten aanzien van tekst- en datamining en machinelearning is nadrukkelijk voorbehouden.

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](http://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 (een) gedeelte(n) uit deze uitgave in bijvoorbeeld een (digitale) leeromgeving of een reader in het onderwijs (op grond van artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot Stichting Uitgeversorganisatie voor Onderwijslicenties (Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, [www.stichting-uvo.nl](http://www.stichting-uvo.nl)).

*No part of this article may be reproduced in any way whatsoever without the written permission of the publisher. No part of this publication may be reproduced in the context of text and data mining for any other purpose which is not expressly permitted by law without permission of the publisher.*

[abonnementen@boom.nl](mailto:abonnementen@boom.nl)  
[www.boom.nl](http://www.boom.nl)

## Interview

### *Tussen trauma, feminisme en de taal van het lichaam*

*Nelleke Nicolai, seksespecifieke psychoanalytica van het eerste uur*

LINDA DIL

In een tijd dat seksespecifieke hulpverlening nog niet bestond, heeft Nelleke Nicolai zich hier onafgebroken mee beziggehouden vanaf de jaren zeventig. Haar unieke zoektocht naar kennis op dit gebied resulteerde in talrijke publicaties en lezingen, waarmee ze velen heeft geïnspireerd. Dit interview gaat in op de onderwerpen die als een rode draad door haar werk lopen: feminisme, behandeling van seksueel misbruik, trauma en lichamelijkheid.

Ongeveer 25 jaar geleden benaderde ik Nelleke Nicolai (nu 78 jaar) voor het eerst namens de landelijke Subvereniging Assistenten Psychiatrie (SAP) voor een lezing over gender en psychiatrie. Nelleke was al een veelgevraagd spreker, onder andere bekend van haar boeken *Vrouwenhulpverlening & psychiatrie* (1992) en *In de arena* (1998). Dit keer benaderde ik haar vanuit de redactie van dit Tijdschrift, waarvoor ze van 2008 tot 2016 redactielid is geweest, in de tijd dat respectievelijk Michel Thys en daarna Marc Hebbrecht hoofdredacteur waren.

Na een voorspoedige trein- en busreis stap ik uit in Rotterdam-Overschie. Ik passeer een bakker, de LIDL en de HEMA, waarna ik een schuine bocht neem naar de Rotter-

damse Rijnweg. Daar waan ik me plotsklaps in een andere wereld, met allemaal karakteristieke, grote huizen en omvangrijke tuinen ervoor. Het is er mooi en een beetje sprookjesachtig. Er is een huis met een veranda waar Pippi Langkous had kunnen wonen als het er wat wanordelijker had uitgezien. Een paar huizen verder bel ik aan. Nelleke Nicolai doet voor me open en leidt me naar de spreekkamer waar ze sinds 1989 solo heeft gepraktiseerd, tot op 75-jarige leeftijd. Het is een lichte kamer met boekenkasten en een grote verscheidenheid aan ansichtkaarten van kunst op de deur. Haar sofa staat er niet meer. «Die is voor iemand een bed geworden», zegt ze grappend. Ze vertelt over de straat, die een speciale geschiedenis heeft. Toen in de jaren twintig van de vorige eeuw Rotterdam een uitleg van nieuwe wijken kreeg, moesten de boeren in de omgeving voor de stad wijken. Ze werden onteigend en met het geld dat ze ervoor kregen, werden deze huizen, stuk voor stuk bijzondere bouwwerken, gebouwd aan de weg tussen Rotterdam en het naburige dorp Overschie.

#### PERSOONLIJKE ACHTERGROND

Toen Nelleke 4 jaar was, kwam ze wonen in Rotterdam, waar ze zich eigenlijk nooit helemaal thuis heeft gevoeld. Het stamgezin kwam uit Groningen en Friesland. Ze is geboren in Groningen en vernoemd naar haar grootmoeder. Haar grootouders hebben haar de eerste jaren voor een deel opgevoed. Ze groeide op als oudste in een kinderrij met twee broers en vier zussen. Vader was huisarts en hield praktijk aan huis in een

<https://doi.org/10.5553/PA/259027332026032002005>

arbeidersbuurt vlak bij de havens, in een tijd dat er in Rotterdam een grote toevloed was van mensen uit het hele land in het kader van de wederopbouw. Aan de tijd dat hij in het 'neurosenhospitaal' in Austerlitz voor Indiëgangers werkte, had hij een blijvende interesse in de menselijke geest overgehouden. Ze behandelden daar overigens S5-patienten, want de getraumatiseerde soldaten uit Indië hadden op de boot naar huis afgesproken om niet te spreken over wat ze meegemaakt hadden. Thuis kwamen er psychoanalytici over de vloer en was vaders boekenkast gevuld met psychoanalytische literatuur.

Als kind zat Nelleke op een meisjesschool met wel 56 kinderen in een klas. Alhoewel ze zelf niet in armoede opgroeide, zag ze die wel om zich heen. Er waren gezinnen die 's avonds alleen een pan warme aardappels en een potje vet erbij als maaltijd hadden. Als kind speelde ze met haar kameraadjes in het puin van de naoorlogse jaren. 'Er wordt weleens gezegd dat er nu veel geweld onder jongeren is', zegt ze, 'maar toen werd er ook veel gevochten en gescholden. Elk weekend was het raak.' Een gebeurtenis die diepe indruk heeft gemaakt en die haar altijd is bijgebleven, was toen bekend werd dat een 12-jarig achterbuurmeisje misbruikt was door haar vader. Het meisje viel uit de groep en werd met de nek aangekeken. Nellekes vader zei dat het meisje haar vader verleid had. Nelleke weet nog dat ze zich hier niets bij kon voorstellen en dat ze het gemeen vond dat het meisje zo beschuldigd werd. 'Het was in feite een typische manier van victimblaming, ingebakken in de cultuur.' Pas op de middelbare school, een tamelijk bekakt gymnasium, maar wel met een heel diverse populatie, zo vertelt ze, kreeg ze gemengd onderwijs, al speelde ze al veel met vriendjes van haar broer. Dit was toch een

cultuurschok voor haar, temeer omdat ze er in aanraking kwam met heel nieuwe dingen, zoals de hockeyclub. In haar zoektocht naar haar vrouwelijke identiteit las ze Helene Deutsch (*The psychology of women*, 1944) en Karen Horney, de tweede al moderner dan de eerste, die masochisme als gegeven zag in de vorming van een vrouwelijke identiteit. Daar wilde Nelleke zich nou juist niet mee identificeren. Al jong had ze gezien hoe talentvolle vrouwen om haar heen gehinderd werden in hun ontwikkeling, zoals haar oma, die als eerste meisje in haar woonplaats de hbs deed en die verschillende talen sprak, en haar moeder, die altijd huisvrouw is gebleven, alhoewel ze erg intelligent was. En hoe kon ze zelf de wereld en seksualiteit verkennen, terwijl een meisje al snel als een afgelikte boterham gezien werd als ze interesse in jongens toonde? Hoe kon ze vrij bewegen, op het gevaar af niet te voldoen aan de sociale normen van die tijd? Toen Nelleke 16 jaar was wist ze al dat ze psychiater en psychoanalyticus wilde worden. Ze werkte toen geregeld in de praktijk van haar vader. Hij had naast zijn spreekkamer een laboratorium. Ze mocht allerlei taken uitvoeren, zoals urinesedimenten bekijken, bezinkingen aflezen en de telefoon opnemen. Zo kwam ze in aanraking met allerlei lagen van de bevolking, tot en met een vrouw met zeventien kinderen bijvoorbeeld. Vader vond het vanzelfsprekend dat ze ging studeren, maar haar moeder was bezorgd over haar kansen om later als arts te kunnen trouwen en kinderen te krijgen.

#### LOOPBAANONTWIKKELING

In de jaren zestig volgde ze de opleiding tot arts, waarna ze al snel in opleiding kwam tot psychiater in het Dijkzigtziekenhuis bij George Ladee. Misschien wel makkelijk, denkt ze achteraf, als je ziet hoeveel moeite

het tegenwoordig soms kost om in opleiding te komen. Ze had in de vakanties verschillende bijbaantjes, zoals assistente in de medische bibliotheek, waar ze naar hartenlust allerlei artikelen en boeken kon bestellen. Ook werkte ze tijdens haar studie als verpleeghulp op de afdeling prematuren van het Sophia Kinderziekenhuis: 'Daar waren soms baby'tjes die er bewegingloos bij lagen, omdat ze te weinig aangeraakt waren. Soms mochten we van de hoofdverpleegkundige de prematuren vijftien minuten in een molton vasthouden, terwijl hun couveuse verschoond werd.'

Ze herinnert zich een keuzepracticum op de afdeling psychiatrie, waar abortusaanvragen behandeld werden. Een 21-jarige vrouw was zwanger van haar broer. Opnieuw zag ze tijdens de bespreking hoe de vrouw op het schavot gezet werd: 'Niemand vroeg zich af wanneer de incest was begonnen. Werd ze gedwongen of gechanteerd misschien?'

In die tijd vierde de psychoanalyse hoogtij; overal waren hoogleraren psychiatrie psychoanalytici. 'Maar er was weinig reflectie over hoe de waarden en normen doorsijpelden in de manier waarop naar mannen en vrouwen gekeken werd.' Een ander indringend voorbeeld was tijdens haar opleidingstijd, toen ze een 15-jarig meisje in behandeling kreeg dat als jong kind uit huis geplaatst was en dat in het kindertehuis seksueel misbruikt was door een groepsleider. Er was op de afdeling psychiatrie geen land met haar te bezeilen. Het meisje beschadigde zichzelf met bloempotten die ze stuksloeg; ze moest geregeld gesedeerd worden en was heel suïcidaal. Ze heeft daarna haar leven lang in de ggz doorgebracht. 'Door deze casus ben ik me gaan bezighouden met de impact van trauma en wilde ik weten hoe we zo'n patiënt toch zouden kunnen behandelen.'

In 1975 vroeg Jan Thiel, hoofd van het Instituut voor Multidisciplinaire Psychotherapie in Rotterdam, om daar te komen werken. Het IMP was net opgericht en Thiel vroeg de assistenten psychiatrie die hij geschikt vond. Het was gebruikelijk om je te specialiseren in een vorm van psychotherapie. Dat werd voor Nelleke eerst de systeemtherapie. Relatietherapieën vond ze uiteindelijk een beetje saai: 'Die gaan uiteindelijk steeds over hetzelfde, over hoe partners elkaar niet zien en wel gezien willen worden, en hier steeds strijd over voeren via ogenschijnlijk banale voorvallen.' Naast systeemtheorie deed ze opleidingen in de gedragstherapie, en de psychoanalytische psychotherapie.

Tegen haar veertigste besloot Nelleke om de opleiding tot analyticus te doen bij het NPG in Utrecht. Ze koos er heel bewust voor dit te doen in een omgeving waar niet iedereen elkaar al van dichtbij kende. Voor haar eigen analyse reisde ze jarenlang elke dag op en neer naar Utrecht. Ze heeft er heel veel aan gehad, al was het soms ook zwaar om naast dit intensieve proces zelf psychotherapieën te geven.

In 1989 is ze voor zichzelf begonnen. Het IMP ging over in de RIAGG waar ze inmiddels werkte. De vrouwengroepen werden tot haar spijt gestopt. Solo werken vond ze aan de ene kant heel fijn, maar aan de andere kant ook heel zwaar. Fijn vond ze dat ze soepel kon indiceren, bijvoorbeeld een patiënt met een alcoholprobleem behandelen met een inzichtgevende therapie. Zwaar vond ze de patiëntengroep met mishandelde en misbruikte mensen, mannen en vrouwen, die afgeknapt waren op de ggz. In die tijd waren er bijvoorbeeld geen MBT-teams zoals nu, waarbinnen je deze zorg in een multidisciplinair team kunt geven. Ze gaf langdurige behandelingen, soms op het scherpst van de snede. Deze vonden wel altijd plaats binnen

een netwerk van collega's, met een vervanger als ze op vakantie was, een bed-op-recept-constructie als iemand suïcidaal was, een creatief therapeut erbij en dergelijke. In dit Tijdschrift schreef ze over zo'n behandeling, in het bijzonder over de rol van zelfdestructie bij een vrouw met een dissociatie-identiteitsstoornis (DIS) (Nicolai 2011). Het artikel gaat over de gevolgen van misbruik en over de moeite die het kost om met het onzeggbare om te gaan: 'Dat je op een gegeven moment samen fysiek zit te voelen dat er horror is waar geen term voor is. Dat er een zwart gat is, soms nog van de generaties voor jou.' We lezen dat de patiënte op een gegeven moment aan Nelleke vertelt dat ze een verzoek tot euthanasie heeft ingediend. Een cliffhanger, want we lezen niet hoe dit afgelopen is. Desgevraagd geeft Nelleke aan dat die patiënte afzag van haar plan, nog in leven is en het goed maakt: geïntegreerd en wel. 'Wat uiteindelijk het best hielp was vragen: «Wat heb je nu nodig?» En dan zeiden bijna alle patiënten: «Mag ik vertellen hoe ik het voel en niet verder dan wat ik aankan?»» Tot op 75-jarige leeftijd heeft ze praktijk gehouden, omdat ze zich gezond voelde, omdat ze het vak leuk en boeiend bleef vinden, en omdat sommige patiënten nog niet klaar waren. Ook gaf ze nog veel leertherapie en supervisies, omdat ze het leuk vond om deze jonge collega's te zien ontwikkelen van zoekend, onhandig, vastzittend in een model, naar meer contact met de patiënt.

#### FEMINISME EN VROUWENHULPVERLENING

Haar werk op het vlak van de vrouwenhulpverlening vormt een rode draad in haar loopbaan. Dit onderwerp mag een prominente plek krijgen wat haar betreft, omdat het onderwerp gender van de agenda dreigt te verdwijnen, nu het woord 'gender' in de Verenigde Staten zelfs in de ban gedaan is,

ook in de wetenschappelijke wereld. Hier wil ze graag tegenwicht aan geven.

Ten tijde van de tweede feministische golf in de jaren zeventig begon ze met lezen van Juliet Mitchells *Psychoanalysis and feminism* (1974) en het beroemde werk *The reproduction of mothering* (1978) van de feministische socioloog Nancy J. Chodorow. Deze stelde dat moederschap geen instinctief gegeven is, maar bovenal een sociaal construct waardoor genderrollen eenzijdig vastgelegd en doorgegeven worden, leidend tot genderongelijkheid. Phyllis Chesler, een Amerikaanse psychotherapeute, vestigde in die tijd de aandacht op het verband tussen sociale onderdrukking, uitbuiting, familiaal geweld en mentale stoornissen bij vrouwen. Daarmee werd de weg gebaad voor seksespecifieke zorg.

Ze was al tijdens haar opleiding actief geworden op de Erasmus Universiteit in een projectgroep met de naam Tante Sjaan, onderdeel van Studium Generale. Die groep bestond uit vrouwen van verschillende vakgroepen en disciplines, zoals geneeskunde, psychologie, sociologie en economie, en organiseerde allerlei congressen, lezingen en workshops, die uitmondden in publicaties. Onderwerpen die aan de orde kwamen waren vrouwen en gezondheidszorg, seksueel geweld, het vrouwbeeld in films, seksualiteit en vrouwenhandel. Ook publiceerde de groep een zwartboek over de wijze waarop men in de gynaecologie omging met veel vrouwenklachten. In die tijd werd zoiets als aanhoudende buikpijnklachten door endometriose gezien als een vorm van hysterie. Door het werk van de Tante Sjaangroep kwam er meer erkenning en een bredere bekendheid voor de specifieke lichamelijke en psychische klachten van vrouwen. Daarna kreeg ze in 1975 op haar werk in het IMP de gelegenheid om vrouwengroepen te

organiseren, omdat zich steeds meer jonge vrouwen aanmeldten met klachten die in het kader van gedragstherapie of de toenmalige psychoanalytische psychotherapie niet goed te behandelen leken. Ze herinnert zich een vrouw in een groep die openbaarde dat ze incestslachtoffer was, waarop gaandeweg bleek dat alle zeven andere vrouwen in die groep ook op een of andere manier seksueel grensoverschrijdend bejegend waren door een neef, een vader of een oom. Dat dit zo vaak voorkwam maakte grote indruk op haar. In 1981 ontmoette ze op een congres in Kijkduin Nel Draijer, die in 1989 promoveerde op ervaringen van incest en de gevolgen ervan op latere leeftijd. Ook deze beschreef een hoge prevalentie van incest. Dikwijls werd in intakes nagelaten om naar seksueel grensoverschrijdende ervaringen te vragen. Aanvankelijk dacht men dat erover vertellen voldoende zou zijn, maar al snel bleek dat seksueel misbruik tot velerlei en ernstige klachten kon leiden, zoals dissociatie, lichamelijke klachten en chronische depressie.

Toen Nelleke eind jaren tachtig als psychiater verbonden was aan het Joristgasthuis in Delft, bleek in de dagbehandeling voor vrouwen met een verleden van seksueel misbruik dat zelfbeschadiging besmettelijk kan zijn in groepen, maar ook dat lichaamsgerichte therapie heel goed uitpakte. Want niets voelen was juist zo'n veelvoorkomend probleem. Zo ontstond een terugblik op het begin van de psychoanalyse, waar Freud tijdens zijn bezoek aan Charcot in Parijs over de histerie leerde dat dramatische lichamelijke symptomen verklaard konden worden door psychische conflicten. Dit legde de basis voor zijn latere theorieën over verdringing, het onbewuste en de rol van trauma.

À propos, afgelopen zomer was Nelleke in Puglia, dat bekendstaat om een speciale

dans van vrouwen, de tarantella, die overigens verbreid is in heel Zuid-Italië. ›Het verhaal gaat dat die vrouwen bezeten waren na een beet van een tarantula — een spin — of een teek. Dit waren vrouwen die als outcasts gezien werden. Ze waren, als ze gebeten waren, «pizzicata», letterlijk van god los. Zo klommen ze op altaren in de kerken, spraken blasfemische teksten. Ze moesten behandeld worden en dat ging als volgt. De hele gemeenschap kwam op de been met musici die de juiste toon probeerden te vinden die bij hun bezetenheid paste. Dan dansten ze wel vier dagen lang totdat ze uitgeput waren. Daarna gingen ze met zijn allen naar de kerk, waar de vrouwen weer in de gemeenschap opgenomen werden. Dat zou je ook een hysterisch fenomeen kunnen noemen. Heel veel verhalen over bezetenheid in het verleden gaan over vrouwen aan de rand van de maatschappij.›

Intiem geweld kreeg steeds meer haar aandacht. Hoe trauma impact heeft op de psyche fascineerde haar. ›Het denken houdt op, je bent volledig overweldigd en je valt terug op een andere manier van denken waarbij je absoluut geen contact meer kunt maken met wat je hebt meegemaakt: wat nooit woorden heeft kunnen krijgen en dus ook buiten het geven van betekenis valt.› Nieuwe kennis gaf haar de handvatten die ze nodig had bij de klinische praktijk.

Nelleke ziet incest als een familiedrama: als een vader, broer of oom incest pleegt, heeft dit impact op alle familieleden. ›Het is verdraad, je moet positie kiezen, wat vaak onmogelijk is. Moeders wordt vaak verweten dat ze het kind onvoldoende beschermd hebben, terwijl ze het vaak niet konden doorzien. Families vallen uit elkaar of verschanzen zich in ontkenning, laten degene met wie het gebeurd is volledig vallen, waardoor deze nog meer geïsoleerd raakt.›

Over de huidige stand van het feminisme is ze tamelijk positief: 'Er zijn veel jonge vrouwen die zich identificeren met de Dolle Mina's, die strijden voor nieuwe thema's, maar het gaat toch ook weer over seksueel geweld, geweld op straat naar vrouwen, over de femicides. Anderzijds is er een masculinisering gaande van mannen die zich door vrouwen onderdrukt voelen.' Onlangs besprak Nelleke op een filmavond de Netflix-serie *Adolescence*: 'Daarin speelt een jongen die nog nauwelijks secundaire geslachtskenmerken heeft, die door een klasgenote wordt afgewezen en weggezet als incel. Stel je voor, een 13-jarig meisje met borsten, dat waarschijnlijk al menstrueert, een meisje dat waarschijnlijk van wanten weet en dat vriendinnen heeft om elkaar op te juttten. Ze vernederen elkaar, maar ook de jongens. Zo'n meisje is bedreigend voor het zelfgevoel van zo'n jongen die zelf nog nauwelijks in de puberteit is! Het loopt ook niet goed af met haar. Hij vermoordt haar. Social media vergroten deze sentimenten, die op zichzelf niet nieuw zijn. Als we ervan uitgaan dat de mannelijke identificatieontwikkeling gekenmerkt wordt door desidentificatie van wat als vrouwelijk gezien wordt, is mannelijkheid zonder duidelijke positieve rolmodellen en de aanwezigheid van een reëel beleefde band met de vader een wankel evenwicht. In de manosphere, de grote groep rond influencers als Andrew Tate, krijgen vrouwen de schuld van dingen die bijvoorbeeld ook te maken hebben met het overbodig worden van mannelijke kracht. Je hebt echt niet veel spierkracht nodig om achter een computer te zitten.' En: 'Vrouwen worden er weggezet als manipulerende wezens die je vooral tot gehoorzaamheid moet dwingen.'

Als het even gaat over genderidentiteit, valt het Nelleke op hoe weinig ruimte er gelaten

wordt voor verbeelding. Het is al snel dat iets vastgepind moet worden, dat een identiteit snel gecategoriseerd moet worden. Aandacht voor seksespecifieke fysiologie, klachten en problemen en manieren van omgaan met de omgeving krijgen nu meer aandacht. Maar het is altijd laveren tussen het isoleren van 'vrouwenproblemen' en het gevaar dat vrouwen weggezet worden als 'anders' en minder.

#### VISIE OP THERAPIE EN VERANDERING

De psychoanalyse kwam zoals eerder beschreven al op jonge leeftijd in Nellekes leven. Ze heeft als psychiater veel psychoanalytische therapieën gegeven, maar heeft ook de nodige twijfels gehad. Ze was kritisch op de vele normerende theorieën, die bijvoorbeeld gingen over de vrouwelijke ontwikkeling en het zogenaamde inherente masochisme van vrouwen, theorieën met allerlei verborgen diskwalificaties, waarvan er later velen obsoleet geworden zijn.

Waarom ze toch bij de psychoanalyse gebleven is, komt door de grondbeginselen zoals Freud die gepostuleerd heeft: een groot deel van ons psychisch leven is niet bewust, en er is een betekenisvolle droomwereld; mensen kennen een enorme diversiteit en gelaagdheid. Daarnaast was Freud een zoeker, die zijn theorieën ook wist te hernemen. Vervolgens werden het andere analytici die haar aandacht trokken. Zoals Bion, die nadacht over hoe mentale 'brokstukken' omgezet kunnen worden in verteerbare elementen — van bèta- naar alfa-elementen —, dus hoe er ruimte gecreëerd kan worden om onzegbare dingen toch te vatten. Winnicott, vanwege de meer interactionele dimensie in zijn denken, de tweepersonenpsychologie. Jessica Benjamin, met haar analyse van de dynamiek tussen twee mensen. Bowlby, die zo inzichtelijk maakte wat het voor een kind

betekent om verwaarloosd te zijn. Lyons-Ruth was belangrijk vanwege haar vele onderzoek naar de betekenis van desorganisatie van de gehechtheid, waardoor trauma's van de ouders doorgegeven werden aan de kinderen. Beatrice Beebe was van belang vanwege haar fascinerende werk over de dans tussen een kind en de ouder. Een verdieping op de hechtingstheorie kwam toen ze de cursus van Mary Main en Erik Hesse volgde in Leiden. Deze vond ze heel gedegen en nauwkeurig opgezet. Ze leerde er het Gehechtheidsbiografisch Interview (GBI) coderen, een bewerkelijke doch veel inzicht gevende klus. Sindsdien heeft ze van al haar patiënten in haar praktijk een GBI in het begin en aan het einde van een behandeling afgenomen. Zo zag ze dat zelfs patiënten met een gedesorganiseerde component in hun gehechtheid een veilige gehechtheidsstijl konden ontwikkelen. Hun verhaal dat eerst gaten liet zien en omdraaiingen van de slachtoffer-daderrelatie, was na de behandeling niet meer verward. Ze konden uiteindelijk coherent vertellen dat er iets verschrikkelijks met hen was gebeurd was, iets wat nooit vergeten zou worden, maar waar beter mee te leven viel. Nelleke vindt het jammer dat de psychotherapie zo ver van het lichaam verwijderd is geraakt, terwijl de connectie tussen hoofd en lichaam zo belangrijk is om verandering te bewerkstelligen. Als de emoties of herinneringen iemand overspoelen, kan er niet gedacht en gevoeld worden. De opleiding in sensomotorische therapie bij Pat Ogden gaf haar nieuwe handvatten, met name bij het reguleren van emotionele overweldiging, zodat patiënten in hun *window of tolerance* kunnen blijven. Ze leerde er steeds beter te werken met hoe tegenoverdracht, gevoelens van wanhoop, verlamming, verwarring, woede, walging en seksuele opwinding, zich

lichamelijk laten ervaren. Deze spiegelen vaak — niet altijd — de niet-bewuste gevoelens van de patiënt. Ze zag dat patiënten ook anders gaan dromen, in plaats van steeds dezelfde repetitieve beelden te zien.

Een van de allermoeilijkste dingen vindt Nelleke dat er een groep mensen is die echt niet opknapt van kortdurende interventies en voor wie er daarna bijna niets meer te krijgen is.

Momenteel is ze officieel geen psychiater of psychotherapeut meer, maar wel psychoanalyticus.

«Als het goed gaat in een psychoanalyse, is er geen vooropgezette theorie, waarmee je woorden geduid worden. Er is volledige ruimte waarin je precies kunt zeggen wat je vindt en voelt en waarin je echt kunt gebruiken van je vrije associatie, zodat er vanzelf nieuw licht kan vallen en een nieuw gevoel kan ontstaan. Dat het goed is zoals het is, zonder een streven naar «(zelf)verbetering», het toverwoord van tegenwoordig.» Ofschoon ze wel psychoanalytisch denkt, heeft ze vooral veel psychotherapieën gedaan. Dat kon niet anders met de getraumatiseerde doelgroep die ze behandelde: ze moest de mimiek van de getraumatiseerde patiënten echt zien om hen beter te begrijpen en te bereiken. Maar zij moesten ook haar kunnen zien.

#### MUZIEK, LITERATUUR

Nelleke heeft tot aan de coronatijd als sopraan gezongen in een koor, de laatste jaren in kleine groepen van acht mensen. Ze zongen bijvoorbeeld als octet liederen van Hildegard van Bingen, dat vond ze heel fijn. «Er ontstond een heel mooie resonantie. Je ademt als het ware samen, anders dan wanneer je met elkaar op een rij staat.» Eventjes hoor ik Nelleke spontaan en levendig vocaliseren en moet ik denken aan Hildegard van

Bingen (1098-1179) als een zeer vooruitstrevende en veelzijdige vrouw die een speciale positie veroverde in de geestelijke en politieke wereld van Duitsland in de vroege middeleeuwen.

Boeken zijn ook altijd een belangrijke bron van inspiratie geweest. Nelleke wisselde als kind al boeken uit met haar moeder, die altijd veel las. Haar voorkeur gaat uit naar Russische en Oekraïense auteurs, auteurs uit Midden-Europa zoals Kafka, Kundera en Klima, dichtbundels, literatuur van ›auteurs die met een ironische blik naar de wereld kunnen kijken‹. Zoals Olga Tokarczuk in *Empusium* (2022), over mannen in een pension in de Poolse bergen, waar ze het de hele tijd hebben over de vrouw, op zijn negentiende-eeuws in een wonderlijke naturomgeving. Ze leest sowieso veel vrouwelijke auteurs, meest actueel Rachel Cusk, Deborah Levy en Olivia Laing met *Everybody* (2021), een boek dat ingaat op problematische rolpatronen en dat laat zien hoe vrouwen zich inspannen om zowel te behagen als gehoord te worden. Verhalen van en over vrouwen vanuit de eigen subjectieve beleving, verbonden met unieke vrouwelijke ervaringen als zwanger zijn, borstvoeding geven, een ouder wordend lijf. Laatst herlas ze een bundel gedichten van Sylvia Plath en was ze getroffen door de razernij die daarin doorklonk, terwijl Plath toch als een toonbeeld van depersonalisatie en depressie geldt. ›Juist in de tegenoverdracht die je al lezende ervaart, laat zich een als destructief beleefde razernij voelen, waar natuurlijk een grootheidsfantasie achter schuilgaat: «Als ik mijn woede voel, gaat alles om me heen kapot ...» Uiteindelijk richtte Plath die op zichzelf.› Maar vooral Plaths hang naar niet *nice* zijn, bevalt Nelleke zeer. Vrijuit kunnen spreken, zonder bevallig te hoeven doen.

#### ouderschap

Enkele jaren geleden hield Nelleke op een studiedag over haat een lezing over Alice Miller, de schrijfster van het welbekende *Drama van het begaafde kind* (1979). Even ervoor was de documentaire van haar zoon Martin Miller uitgekomen, *Who's afraid of Alice Miller?* (2021), waarin hij zijn moeder als emotioneel verwaarlozend portretteerde, een schrijnend contrast met de boodschap uit haar boek. Transgenerationeel is het verlies dat het leven van Alice Miller zo gekleurd had, doorgegeven.

Nelleke waarschuwt dat niet alle narigheid uit de kindertijd op één hoop kan worden geschoven. Verwaarlozing heeft een heel ander effect op de ontwikkeling dan mishandeling of seksueel misbruik, dat zo invasief is en het lichaamsbeleven zo verstoort. Dat is weer anders dan als ouders hun kinderen vanuit allerlei vooral ook narcistische motieven haten: ›Haat is altijd gemengd, komt vaak voort uit woede, nijd of minachting, en is bovendien altijd relationeel, in de zin dat in de ander — het kind — bestreden wordt wat de ouder in zichzelf niet kan verdragen.› Wat Nelleke zich afvraagt is waarom er relatief weinig geschreven is over de beleving van het ouderschap, vanuit de ouders zelf? ›Misschien komt dit wel doordat er in de spreekkamer weinig over gesproken wordt. Let maar op, je patiënten vertellen je over het mythische verleden van zichzelf, maar over de kinderen hoor je betrekkelijk weinig. Het onderwerp verdient meer aandacht, want er leeft zoveel in allerlei verschillende fasen van het ouderschap. Om te beginnen zijn er vrouwen die er niet aan moeten denken om een vreemd lichaam in zichzelf te voelen, denk maar aan het beeld van zo'n *alien* uit de gelijknamige film. En denk aan de fase van *maternal preoccupation* (Winnicott), een tijd waarin een moeder

zich tijdelijk heel poreus kan voelen in dienst van het aanvoelen van het kind. Daarna zijn er andere verschuivingen, zoals met de komst van de puberteit, waarin het kind je zo kan afwijzen, wat sommige ouders helemaal niet kunnen verdragen. › Zelf vond ze het moederschap van haar zoon een bijzonder positieve belevenis. Ze heeft twee kleinzonen, met wie ze een hecht contact heeft, sinds ze, zoals veel grootouders van nu, een dag per week op hen paste.

#### BESLUIT

Met haar rijke loopbaan heeft Nelleke Nicolai als een van de eersten vorm gegeven aan seksespecifieke hulpverlening, aan vrouwenhulpverlening in het bijzonder. Haar ruime ervaring met de behandeling van seksuele traumatisering en de gevolgen hiervan op de psychische ontwikkeling klinkt door in haar

boodschap in een tijd waarin gender en trauma opnieuw onderwerp van debat zijn: echte verandering begint bij het erkennen van diversiteit, het verstaan van de taal van het lichaam en het openhouden van de mentale ruimte. Ze moedigt aan om te blijven onderzoeken, en om vasthoudend op zoek te gaan naar een gezamenlijke taal, al zijn sommige dingen onzegbaar.

#### Literatuur

- NICOLAI, N. (1992). *Vrouwenhulpverlening & psychiatrie*. Amsterdam: SUA.
- NICOLAI, N. (1998). *In de arena — Over gender, grenzen, geweld en zorg*. Amsterdam: Van Gennep.
- NICOLAI, N. (2011). Overleeft de psychoanalyse zelfdestructie? — Zelfdestructie als manifestatie van de doodsdrijf. *Tijdschrift voor Psychoanalyse*, 17(1), 3-16.