



# **Verbeeldingsvermogen en het verwerken van trauma**

**Over de toegevoegde waarde van  
Vaktherapie en Narratieve Exposure Therapie voor  
psychodynamische Geestelijke Verzorging bij PTSS**

# Verbeeldingsvermogen en het verwerken van trauma

Over de toegevoegde waarde van  
Vaktherapie en Narratieve Exposure Therapie voor  
psychodynamische Geestelijke Verzorging bij PTSS

Rijksuniversiteit Groningen, Master Geestelijke Verzorging  
Masterscriptie, 2015-2016  
Eerste begeleider: Prof. Dr. J.Z.T. Pieper  
Tweede begeleider: Dr. M.J. Verschuur

Juni 2016  
Kristan de Vries, S2601753

Illustratie voorblad: *Zadok Ben-David, 2003, Partisans' Panorama Memorial Tree, getiteld 'For is the tree of the field man' (Deut. 20:19)*  
geplaatst te *Yad Vashem Holocaust Memorial, Mount Herzl, Jerusalem*  
Foto: *De Molai, 2006*

## Woord vooraf

Voor u ligt de scriptie 'Verbeeldingsvermogen en het verwerken van trauma'. Deze scriptie is geschreven ter afronding van de Master Geestelijke Verzorging aan de Rijksuniversiteit Groningen. Mijn bijzondere interesse voor de relatie tussen verbeeldings- en verwerkingsvermogen werd eind 2014 gewekt vanuit het college Psychopathologie & Religie. Tijdens mijn stage in 2015 in de forensische psychiatrie heeft deze interesse zich verder kunnen concretiseren in de richting van het beeldend werken bij psychotrauma. Dit heeft mogen leiden tot het onderwerp van deze scriptie, waarin gezocht wordt naar aanvullingen op psychodynamische geestelijke verzorging vanuit vaktherapie en narratieve exposure therapie.

Ik wil graag Jos Pieper bedanken voor de scriptiebegeleiding, de aangereikte suggesties en de waardevolle bijdragen aan de opbouw en structuur van deze scriptie. Ook bedank ik Margot Verschuur voor de belangrijke inbreng vanuit de rol van mee-lezer op het gebied van de toegankelijkheid en leesbaarheid van deze scriptie. Daarnaast bedank ik alle mensen in mijn omgeving, speciaal mijn familie en in het bijzonder mijn vrouw voor het bieden van de ruimte die nodig was om deze scriptie en de studie als geheel te kunnen afronden.

Met deze scriptie rond ik niet alleen deze studie af, maar ook een langere periode als deeltijd student theologie. Met alle opgedane ideeën en inzichten hoop ik in de nabije toekomst mijn eigen bescheiden bijdrage te mogen leveren binnen de geestelijke verzorging in het werkveld van de psychiatrie. Verbeelding en verbeeldingsvermogen zal in die praktijk zeker een belangrijke plaats blijven innemen.

Assen, juni 2016  
Kristan de Vries

## Samenvatting

Trauma door intermenselijk geweld wordt actueler in een samenleving die recent herhaaldelijk opgeschrikt werd door terreurgeweld. Geestelijke verzorging wil vanuit de eigen positie bijdragen aan de begeleiding na trauma. Een belangrijk kenmerk van de psychodynamische benadering van geestelijke verzorging is het zoeken naar herstelperspectieven langs de weg van verbeelding en symbolisering. Maar traumatische herinneringen blijken vaak te overweldigend om deze rechtstreeks in de eigen verbeeldingswereld toe te kunnen laten.

Toch wordt binnen gangbare traumatherapieën als vaktherapie en narratieve exposure therapie gewerkt met reproductie van ervaringen en beelden. De centrale vraagstelling van dit vergelijkend literatuuronderzoek luidt daarom:

Hoe kunnen de psychologische concepten achter vaktherapie en NET een psychodynamische benadering van GV aanvullen bij het ondersteunen van het verbeeldingsvermogen na trauma door intermenselijk geweld?

Na hoofdstuk 2 over trauma en hoofdstuk 3 over verbeeldingsvermogen wordt deze centrale vraagstelling benaderd door middel van de in de hoofdstukken 4, 5 en 6 uitgewerkte deelvragen: wat zijn relevante psychologische concepten vanuit de psychodynamische benadering van GV, vanuit de vaktherapie en vanuit de narratieve exposure therapie in het kader van trauma en verbeelding?

De in hoofdstuk 4, 5 en 6 onderscheiden concepten worden in hoofdstuk 7 vergeleken aan de hand van per vakgebied onderscheiden typering van de behandelrelatie, van de verbeeldingsruimte en van de beoogde wegen naar herstel. Hieruit blijkt dat er alternatieve wegen zijn om na trauma het verbeeldingsvermogen en daarmee het verwerkingsvermogen te kunnen heropenen.

Belangrijke aanvullingen vanuit de vaktherapie blijken met name te vinden in de wisselwerking met het artistieke medium, waarmee het verbeeldingsvermogen pre-verbaal aangesproken blijkt te kunnen worden. Structurering op het intuïtieve niveau van de grondtoon van de emoties leidt volgens het analogiemodel van de vaktherapie ook tot structurering en hanteerbaarheid van de emoties in het dagelijks leven.

Belangrijke aanvullingen vanuit de narratieve exposure therapie blijken met name te vinden in positieve effecten van de expliciete visualisatie van de persoonlijke levenslijn. Door traumatische herinneringen hierbij hun relatieve waarde toe te kennen binnen de overkoepelende structuur van het gehele levensverhaal, blijkt het trauma geïntegreerd en van betekenis voorzien te kunnen worden.

Dit literatuuronderzoek heeft twee alternatieve vakgebieden verkend op mogelijke aanvullingen voor psychodynamische geestelijke verzorging. De meest belangrijke aanbevelingen uit dit onderzoek richten zich op het inzetten van deze aanvullingen in de praktijk. Hierbij kan gedacht worden aan een uitwerking van een praktische traumagerichte methodiek binnen de geestelijke verzorging en aan nieuwe samenwerkingsvormen tussen geestelijke verzorging en gangbare traumatherapieën.

### *Kernwoorden:*

Trauma ▪ PTSS ▪ Verbeeldingsvermogen ▪ Geestelijke Verzorging ▪ Symboliek ▪ Ritualiteit Vaktherapie ▪ Vitality Affects ▪ Narratieve Exposure Therapie ▪ Levenslijn

*Aantal woorden hoofdtekst: 21396*

## Inhoudsopgave

Woord vooraf.....	3
Samenvatting.....	4
Hoofdstuk 1 Inleiding.....	7
1.1 Aanleiding .....	7
1.2 Doelstelling en vraagstelling.....	8
1.2.1 Doelstelling .....	8
1.2.2 Vraagstelling .....	8
1.3 Afbakening, methodiek en opbouw .....	8
1.3.1 Afbakening .....	8
1.3.2 Methodiek.....	9
1.3.3 Opbouw .....	9
1.4 Verwacht resultaat.....	10
Hoofdstuk 2 Trauma, PTSS en herstel .....	11
2.1 Trauma .....	11
2.2 Posttraumatische stressstoornis.....	14
2.3 Blokkades voor herstel.....	17
Hoofdstuk 3 Trauma en verbeelding.....	19
3.1 Verwerking van trauma met behulp van verbeelding .....	19
3.2 Winnicott's transitionele ruimte.....	19
3.3 Symbolisering in rituelen en verhalen .....	23
Hoofdstuk 4 Verbeeldingsvermogen in de GV-benadering.....	26
4.1 GV, achtergrond en werkwijze.....	26
4.2 Verbeeldingsvermogen in de psychodynamische benadering van GV.....	27
4.3 Gerubriceerde psychologische concepten vanuit psychodynamische GV .....	30
4.3.1 De behandelrelatie .....	30
4.3.2 Het model van de verbeeldingsruimte .....	32
4.3.3 Wegen naar herstel .....	33
4.4 Samenvatting .....	34

Hoofdstuk 5	Ingangen tot het verbeeldingsvermogen bij vaktherapie.....	36
5.1	De vaktherapie, achtergrond en werkwijze.....	36
5.2	Verbeelding in de vaktherapie.....	37
5.3	Gerubriceerde psychologische concepten vanuit vaktherapie .....	40
5.3.1	De behandelrelatie .....	40
5.3.2	Het model van de verbeeldingsruimte .....	41
5.3.3	Wegen naar herstel .....	42
5.4	Samenvatting.....	44
Hoofdstuk 6	Ingangen tot het verbeeldingsvermogen bij NET .....	46
6.1	NET, achtergrond en werkwijze.....	46
6.2	Verbeelding bij NET.....	48
6.3	Gerubriceerde psychologische concepten vanuit NET .....	50
6.3.1	De behandelrelatie .....	51
6.3.2	Het model van de verbeeldingsruimte .....	51
6.3.3	Wegen naar herstel .....	52
6.4	Samenvatting.....	53
Hoofdstuk 7	Eindevaluatie.....	55
7.1	Conclusie.....	55
7.1.1	Aanvullingen vanuit de behandelrelaties .....	56
7.1.2	Aanvullingen vanuit de modellen van de verbeeldingsruimte .....	57
7.1.3	Aanvullingen vanuit de wegen naar herstel .....	58
7.2	Discussie.....	59
7.2.1	Overeenkomsten en verschillen tussen de vakgebieden .....	59
7.2.2	Een veralgemeniseerd model van de verbeeldingsruimte .....	60
7.2.3	GV en therapie.....	60
7.3	Aanbevelingen .....	61
Literatuurlijst	.....	63



## Hoofdstuk 1 Inleiding

"Het waren echte oorlogstaferelen. Mensen waren totaal verbrand. Al hun haren waren weggeschroeid, hun gezichten zaten onder de brandwonden, en er was een meisje van wie de arm van de romp gescheiden was." - Ooggetuige aanslag Brussel<sup>1</sup>

### 1.1 Aanleiding

Met de bomaanslagen in Brussel komt het wereldwijd gevreesde terreurgeweld ineens schrikbarend dichtbij. In contrast met de gangbare abstracte journaalteksten biedt bovenstaand ooggetuigenverslag ineens een invoelbaar beeld van de impact die intermenselijk geweld heeft op individuele slachtoffers. Vanwege de internationale terreurdreiging en de vluchtelingenstroom die hiermee op gang is gekomen, vertoont het thema 'trauma' zich steeds prominenter in de actualiteiten. De landelijke GGZ beraamt zich intussen op de eigen expertise en infrastructuur om in de groeiende vraag naar traumabehandeling te kunnen voorzien.<sup>2</sup>

Ook de geestelijke verzorging (GV) kan vanuit de eigen positie bijdragen aan begeleiding bij trauma. De opleiding Geestelijke Verzorging aan de Rijksuniversiteit Groningen kiest daarbij met name voor het uitgangspunt van de ontwikkelingspsychologische, psychodynamische benadering.<sup>3</sup> Een belangrijk kenmerk van deze benadering van GV is het zoeken naar wegen tot reflectie. Hierbij worden verbeelding en symbolisering als belangrijke hulpbronnen gezien. Maar de impact van traumatische gebeurtenissen kan de weg naar deze belevingswereld van verbeelding en symbolisering afsluiten.

Trauma kan het maken van de vertaalslag van het symbool naar het gesymboliseerde belemmeren. 'Zwart-wit'-gedachtepatronen houden in die situatie de denkruimte bezet voor de heilzamer 'alsof'-gedachten die de GV-er vanuit psychodynamisch perspectief zou willen faciliteren. Bij pogingen tot reflectieve betekenisgeving kan het trauma te angstwekkend blijken om de herinneringen hieraan in de verbeelding toe te kunnen laten. Daarnaast kan de onstuimige emotie bij de bewuste herinnering een levensechte herbeleving oproepen. Waar het verbeeldingsvermogen zelf beschadigd is geraakt, dreigt daarmee ook het verwerkingsproces te stagneren.<sup>4</sup>

Bovenstaande lijkt de weg af te snijden tot het gebruik van verwijzende symboliek in de praktijk van de GV bij de benadering van PTSS (posttraumatische stressstoornis). Maar toch spreken mensen die lijden aan PTSS vaak in beeldende taal. En ook binnen gebruikelijke therapieën als de vaktherapie en NET (narratieve exposure therapie) wordt bij PTSS gewerkt met reproductie van ervaringen en beelden. Deze literatuurstudie onderzoekt welke psychologische concepten vanuit psychodynamische GV, vaktherapie en NET het

<sup>1</sup> RTL Nieuws. (2016). *Terreuraanslagen Brussel*. Geraadpleegd op 8 april 2016, van <http://www.rtlnieuws.nl/nieuws/buitenland/ik-hielp-een-meisje-dat-haar-arm-kwijt-was>

<sup>2</sup> Gotink, W. (2015). *Vluchtelingen en asielzoekers: Wat staat de GGZ te wachten?* Geraadpleegd op 24 december 2015, van [http://www.ggztotaal.nl/pg-29166-7-97462/pagina/artikel\\_15-10\\_vluchtelingen\\_en\\_asielzoekers.html?utm\\_source=GGZTotaal&utm\\_campaign=800e332e48-Magazine\\_GGZ\\_oktober&utm\\_medium=email&utm\\_term=0\\_2eb968d0a2-800e332e48-170799993](http://www.ggztotaal.nl/pg-29166-7-97462/pagina/artikel_15-10_vluchtelingen_en_asielzoekers.html?utm_source=GGZTotaal&utm_campaign=800e332e48-Magazine_GGZ_oktober&utm_medium=email&utm_term=0_2eb968d0a2-800e332e48-170799993)

<sup>3</sup> Rijksuniversiteit Groningen. (2015). *Psychopathologie en religie*. Geraadpleegd op 30 september 2015, van <https://www.rug.nl/ocasys/vak/show?code=THMPSPRE5>

<sup>4</sup> Muthert, H., & Schaap-Jonker, H. (2015). Verbeeldingskracht als denkmodus - over trauma, kunst, en zoeken naar zin. *Psyche & geloof*, 26, 49-61, passim.

verbeeldingsvermogen kunnen ondersteunen bij de behandeling van PTSS. Vervolgens wordt onderzocht hoe de psychologische concepten vanuit vaktherapie en NET een aanvulling kunnen bieden op bovenstaande psychodynamische praktijk van GV.

## **1.2 Doelstelling en vraagstelling**

### **1.2.1 Doelstelling**

Wetenschappelijk gezien is het doel van dit literatuuronderzoek het integreren van kennis van psychologische, psychoanalytische en geesteswetenschappelijke invalshoeken.

Maatschappelijk gezien gaat het om het doen van aanbevelingen op grond waarvan een psychodynamisch werkend GV-er vanuit beeldend werkende therapievormen handvatten krijgt voor het kunnen ondersteunen bij verwerking of coping van individuele gesprekspartners die lijden aan PTSS als gevolg van intermenselijk geweld.

### **1.2.2 Vraagstelling**

De centrale vraagstelling luidt: Hoe kunnen de psychologische concepten achter vaktherapie en NET een psychodynamische benadering van GV aanvullen bij het ondersteunen van het verbeeldingsvermogen van mensen met PTSS, zowel in theorie als praktijk?

Deelvragen:

1. hoe conceptualiseert de psychodynamische benadering van GV de relatie tussen trauma en verbeelding?
2. wat zijn relevante psychologische concepten vanuit de vaktherapie in het kader van trauma en verbeelding?
3. wat zijn relevante psychologische concepten vanuit de NET-benadering in het kader van trauma en verbeelding?

## **1.3 Afbakening, methodiek en opbouw**

### **1.3.1 Afbakening**

Om het onderzoek te kunnen focussen wordt een aantal keuzes gemaakt met betrekking tot de invulling van de volgende hoofdbegrippen.

- Trauma: keuze voor PTSS ten gevolge van als traumatisch ervaren intermenselijk geweld dat inbreuk heeft gemaakt op het vertrouwde wereldbeeld. PTSS staat hierbij voor het langdurig aanwezig zijn van intrusieve herinneringen, vanuit een verleden dat onverenigbaar is met en bedreigend voor de huidige situatie.
- GV: keuze voor de psychodynamische-/psychoanalytische praktijk van GV die als godsdienstpsychologisch uitgangspunt dient voor de GV opleiding aan de RUG. Binnen deze opleiding, waarbinnen ook dit onderzoek wordt uitgevoerd, nemen verbeelding, symbolisering en ritualiteit een belangrijke plaats in.



- Vaktherapie: keuze voor vaktherapie die uitgaat van een bestaand artistiek medium om persoonlijke ervaringen en beelden op te roepen. Hierbij kan gedacht worden aan het medium van beeld of muziek, vanwege de verbindingen die vanuit het werken met dit materiaal gelegd kunnen worden met de praktijk van de GV.
- NET: keuze voor NET vanwege de leidende rol van het kader van het persoonlijke levensverhaal bij het verkennen van de traumatische herinneringen. Dit als contrast met de vaktherapie, waarbij juist een bestaand artistiek medium als uitgangspunt wordt genomen voor herinnering en verwerking.
- Psychologische concepten: de begrippen en principes waarmee bovenstaande vakgebieden hun benaderingswijzen van trauma en PTSS onderbouwen.
- Verbeeldingsvermogen: het kunnen openhouden van een persoonlijke verbeeldingsruimte waarin alternatieve perspectieven toegelaten kunnen worden met betrekking tot het overweldigende trauma. Het verbeeldingsvermogen vormt in het psychodynamische kader van dit onderzoek de opmaat naar rouw- en verwerkingsvermogen.<sup>5</sup>

### **1.3.2 Methodiek**

De onderzoeksvraag zal worden beantwoord door middel van vergelijkend literatuuronderzoek. Als bron voor de onderzoeksgegevens zal voornamelijk gebruik worden gemaakt van bestaande vakliteratuur en recente publicaties uit de bestudeerde vakgebieden. De vakgebieden zullen onderzocht worden op methodiek, psychologische concepten en eventuele toepassingsmogelijkheden voor de GV. Het uiteindelijke combineren van de onderzoeksresultaten beoogt een integratie van kennis op het gebied van GV en traumatologie.

Dit onderzoek beoogt niet de praktische methoden en technieken uit de bestudeerde vakgebieden te evalueren op eventuele toepasbaarheid in de praktijk van GV. In plaats daarvan richt dit onderzoek zich op de psychologische concepten van deze vakgebieden, die kunnen ondersteunen bij het heropenen van de verbeeldingsruimte na trauma. Vanuit deze psychologische concepten wordt beoogd de vertaalslag te maken naar de concepten van het psychodynamische model van GV, waarna de aanvullingen voor de praktijk van GV in kaart zullen worden gebracht.

### **1.3.3 Opbouw**

De beantwoording van de centrale vraagstelling wordt nagestreefd door middel van de volgende opbouw. Hoofdstuk 2 behandelt de definities en kenmerken van trauma en PTSS zoals gehanteerd binnen het kader van dit onderzoek. Hoofdstuk 3 gaat in op verbeelding in relatie tot trauma. Hoofdstuk 4 onderzoekt in relatie tot trauma en verbeelding de psychologische concepten van psychodynamische GV. Hoofdstuk 5 en 6 onderzoeken in contrast hiermee vaktherapie en NET op psychologische concepten die zouden kunnen ondersteunen bij het heropenen van de verbeeldingsruimte na trauma. Hoofdstuk 7 evalueert ten slotte relevante aanvullingen vanuit vaktherapie en NET in relatie tot de psychodynamische benadering van GV.

---

<sup>5</sup> Muthert, & Schaap-Jonker, 2015, p. 57-58.

#### **1.4 Verwacht resultaat**

Het resultaat van dit literatuuronderzoek bestaat uit een scriptie waarin wordt beoordeeld in hoeverre de psychodynamische benadering van GV bij PTSS kan worden aangevuld vanuit de wijze waarop de vaktherapie en NET uitnodigen tot het heropenen van de persoonlijke verbeeldingsruimte.

Deelresultaten:

- integratie van kennis uit de vakgebieden van de psychodynamische GV, de vaktherapie en NET met betrekking tot trauma en verbeelding
- reflectie op de psychodynamische praktijk van GV met betrekking tot trauma en verbeelding
- aanbevelingen voor de praktijk van GV met betrekking tot het ondersteunen van mensen die lijden aan PTSS

## Hoofdstuk 2 Trauma, PTSS en herstel

'We who survived the Camps are not true witnesses. We are those who, through prevarication, skill or luck, never touched bottom. Those who have, and who have seen the face of the Gorgon, did not return, or returned wordless.' - Primo Levi, overlevende Auschwitz

De in hoofdstuk 1 geformuleerde vraagstelling en maatschappelijke doelstelling is gericht op het verbreden van de ondersteuningsmogelijkheden van de GV-er bij PTSS. Voor een goed beeld van het onderwerp van dit onderzoek is het van belang enkele basisbegrippen uit de traumatologie nader te specificeren. Na de beschrijving van begrippen als 'traumatische gebeurtenis' en 'trauma' worden de risico's van het optreden van PTSS verkend. Tot besluit van dit hoofdstuk wordt de precaire balans tussen het basisvertrouwen en het perspectief op herstel uiteengezet.

### 2.1 Trauma

In de concentratiekampen van WOII neemt traumatiserend intermenselijk geweld ultieme vormen aan. Met de *'true witnessess'* aan het begin van dit hoofdstuk doelt Primo Levi op de zogenaamde 'muzelmannen' van Auschwitz. Zij waren de wandelende doden, degenen die vanwege de omstandigheden in het kamp fysiek en mentaal volledig uitgeblust en van zichzelf vervreemd waren. Volledig ontmenselijkt zijn ze zich niet meer bewust van hun eigen verhaal, hun eigen lijden of hun eigen angst voor de dood. In hun *'gezicht en ogen [is] niets meer te lezen ... van een gedachte.'*<sup>6</sup>

Primo Levi keerde terug uit Auschwitz en zeker niet woordeloos. Maar de afronding van zijn trilogie over Auschwitz in 1986 en zijn daarop volgende deprimerende *writers block* voedden de geruchten dat zijn val van drie hoog in 1987 suïcide betrof. Mede-overlevende Elie Wiesel volgt deze tragische gedachte met zijn reactie *'Primo Levi died at Auschwitz forty years later.'*<sup>7</sup>

De term 'trauma' is afkomstig uit het Oudgrieks, waarin het staat voor 'wond'.<sup>8</sup> In de medische wereld wordt de term nog steeds in deze zin gebruikt voor de aanduiding van fysieke verwondingen door een oorzaak van buitenaf. Maar in alledaags Nederlands wordt met de term trauma in de eerste plaats een psychische verwonding aangeduid. Deze betekenis wordt ook gevolgd in de geesteswetenschappen en daarmee ook in het kader van dit onderzoek.

Net als bij de fysieke trauma's uit de medische wetenschap is er rond het ontstaan van psychische trauma's sprake van de mogelijkheid of realiteit van een inbreuk van buitenaf in de

<sup>6</sup> Levi, P. (2000). *De getuigenissen. Is dit een mens & Het respijt & De verdrinkenen en de geredden*. Amsterdam: Meulenhoff. p. 103-104.

<sup>7</sup> Gambetta, D. (1999). Primo Levi's last moments. Geraadpleegd op 9 april 2016, van <http://bostonreview.net/diego-gambetta-primo-levi-last-moments>

<sup>8</sup> Stöfsel, M., & Mooren, T. (2010). *Complex trauma. Diagnostiek en behandeling*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum. p. 11.

eigen fysieke integriteit.<sup>9</sup> In het kader van intermenselijk geweld kan hierbij worden gedacht aan een ernstige bedreiging met of het feitelijk ondervinden van mishandeling, marteling, seksueel geweld of gijzeling. Ook het direct getuige zijn van al dan niet dodelijk geweld richting een ander kan een persoonlijk trauma doen ontstaan.

Deze persoonlijke trauma's worden hierbij steeds voorafgegaan door een initiërende traumatische gebeurtenis van buitenaf. Het is daarbij van belang onderscheid te maken tussen deze traumatische gebeurtenis en het eventuele persoonlijke trauma dat hieruit kan ontstaan. Waar de traumatische gebeurtenis zich objectief laat beschrijven, zal het eventueel hieruit voortkomende persoonlijke trauma sterk afhankelijk zijn van de subjectieve beleving van deze gebeurtenis.<sup>10</sup>

De mate waarin een traumatische gebeurtenis tot een ingrijpende traumatische ervaring leidt, blijkt sterk afhankelijk te zijn van de mate waarin de gebeurtenis als ontwrichtend wordt ervaren. Voor een deel is dit afhankelijk van de ernst van de voorgevallen feiten.<sup>11</sup> Ook is bekend dat een opeenstapeling van minder ernstige voorvallen door de tijd heen uiteindelijk kan leiden tot het ontstaan van een persoonlijk trauma.<sup>12</sup> Maar dit verklaart nog niet waardoor individuele reacties op vergelijkbaar heftige intrusieve gebeurtenissen uiteenlopen in de mate van traumatisering.

Deze ontwikkeling van klachten blijkt sterk gekoppeld aan de subjectieve kwetsbaarheid van het basisvertrouwen en de individuele veerkracht ontleend aan de eigen copingbronnen.<sup>13</sup> In lijn hiermee komen Fisscher en Riedesser (in de Engelstalige versie van Sar en Ozturk) met de volgende definitie van trauma:

... the experience of vital discrepancy between threatening factors in a situation and individual coping abilities. Moreover, trauma is not merely a situational phenomenon, but a longitudinal socio-psychological process which develops in time and follows a course.<sup>14</sup>

De aandacht voor het socio-psychologische proces in deze definitie heeft zowel betrekking op de positieve invloed van de sociale omgeving als op de negatieve invloed daarvan. Ten eerste is bekend dat de ontwikkeling van persoonlijke trauma's beperkt kan worden door een begripvolle sociale omgeving. Dat dit niet per se de eigen privé-omgeving hoeft te zijn, blijkt uit het volgende voorbeeld. Het verschil in het optreden van oorlogstrauma's tussen WOII- en Vietnam-veteranen is verklaard aan de hand van het verschil in de tijdsperiode die zich afspeelde tussen de laatste oorlogshandelingen en de thuiskomst. De Vietnam-veteranen werden direct vanaf het slagveld teruggevlogen naar een vanwege de doorgemaakte oorlog vervreemd thuisland. Maar de WOII-veteranen konden twee weken acclimatiseren tijdens een relatief veilige bootreis, tussen collega veteranen die vergelijkbare oorlogservaringen hadden doorgemaakt. De uitwisseling van ervaringen en het bijbehorende begrip tijdens deze bootreis

<sup>9</sup> Hengeveld, M.W. (2014). *Handboek voor de classificatie van psychische stoornissen DSM-5*. Amsterdam: Boom. p. 390-392.

<sup>10</sup> Allen, J.G. (2005). *Coping with trauma. Hope through understanding* (2e druk). Washington: American Psychiatric Publishing. p. 21.

<sup>11</sup> Allen, 2005, p. 23.

<sup>12</sup> Allen, 2005, p. 16.

<sup>13</sup> Allen, 2005, p. 23.

<sup>14</sup> Sar, V., & Ozturk, E. (2005). What is trauma and dissociation? In G.F. Rhoades, & V. Sar (Ed.), *Trauma and dissociation in a cross-cultural perspective: not just a North American phenomenon* (pp. 7-20). New York: Haworth Maltreatment and Trauma Press. p. 8.

voorkwam een te grote schok in de belevingswereld. De mogelijk met deze schok gepaard gaande vervreemdingservaringen en daaropvolgende diep ingrijpende traumatisering konden hiermee ingeperkt worden. Om bovenstaande reden is het nog steeds niet ongebruikelijk om na militaire missies een acclimatieperiode in te plannen in een zogenaamd quarantaine land.<sup>15</sup>

De andere kant van deze medaille is dat juist de eigen vertrouwde wereld van voor de schokkende gebeurtenissen de vervreemding achteraf kan versterken. Blootstelling aan traumatische gebeurtenissen gaat vaak gepaard met schaamte en schuld. En een deel daarvan staat in nauwe relatie tot het niet hebben kunnen leven volgens de waarden van de eigen persoon en van de eigen sociale context. Terugkeer in de vertrouwde omgeving kan het verschil tussen de in het recente verleden ervaren realiteit en de zich opnieuw presenterende bekende en voorheen eerbiedigde waarden schrijnend accentueren.<sup>16</sup> Of de gebeurtenissen waargenomen zijn vanuit het perspectief van dader of slachtoffer blijkt daarmee opvallend weinig uit te maken voor het traumatiserende effect op de betreffende persoon.<sup>17</sup> Centraal staat vooral de vraag welke mate van vervreemding de gebeurtenissen opwierpen ten opzichte van de eigen persoon en de eigen persoonlijke overtuigingen.

De hierboven aangehaalde definitie van trauma door Fisscher en Riedesser begint ook met deze vervreemding. De afstand tussen de bedreigende factoren en het individuele copingvermogen blijkt soms niet te overbruggen. Trauma ontstijgt daarmee het copingvermogen van het betreffende moment. Janoff-Bulman heeft dit vervreemdende effect van de traumatiserende ervaring in een cognitief model gegoten dat in het kader van dit onderzoek behulpzaam kan zijn.<sup>18</sup>

Janoff-Bulman bouwt met haar model verder op Erikson's ontwikkelingspsychologische uitgangspunt van het basisvertrouwen.<sup>19</sup> Dit basisvertrouwen staat voor het fundamentele vertrouwen dat zich in de eerste levensmaanden en -jaren ontwikkelt. Voor de ontwikkeling is in eerste instantie het contact met de moeder en daarnaast ook het contact met de andere verzorgers van groot belang. Deze contacten dienen het vertrouwen te geven om als peuter de wereld tegemoet te durven treden. Daarnaast blijven deze contacten in deze fase ook het veilige vangnet wanneer de wereld soms toch weerbarstig blijkt te zijn.

Tijdens de eerste levensperiode waarin de mens voor alles afhankelijk is van anderen, zullen alle beantwoorde afhankelijkheden bij een gezonde ontwikkeling een diepgeworteld gevoel van veiligheid creëren. Dit gevoel van veiligheid bevat zelfs elementen van een gevoel van onschendbaarheid.<sup>20</sup> Vanuit deze ontwikkeling komt Janoff-Bulman tot een model van een psychologische vertrouwensbasis onder het menselijk bestaan. De vertrouwensbasis bestaat uit drie basisaannames die nodig zijn om het leven tegemoet te kunnen treden. Deze basisaannames zijn 'de wereld is welwillend', 'de wereld is betekenisvol' en 'ik ben van waarde'.<sup>21</sup>

Traumatische gebeurtenissen veroorzaken ingrijpende vervreemding wanneer deze basisaannames hard onderuit worden gehaald. De kern van trauma bestaat volgens Allen uit het overweldigd worden door een macht van buiten. Het gaat hierbij om een macht die Janoff-Bulman's basisaannames vooral ondermijnt door het onderuit halen van de eigen

---

<sup>15</sup> Delfos, M.F. (2014). *Developmental perspective on trauma*. Amsterdam: SWP Publishers. p. 20.

<sup>16</sup> Allen, 2005, p. 72.

<sup>17</sup> Allen, 2005, p. 8.

<sup>18</sup> Janoff-Bulman, R. (1992). *Shattered Assumptions. Towards a new psychology of trauma*. New York: The Free Press. Passim.

<sup>19</sup> Janoff-Bulman, 1992, p. 13-14.

<sup>20</sup> Janoff-Bulman, 1992, p. 13-14, 18.

<sup>21</sup> Janoff-Bulman, 1992, p. 6.

invloed op het gebied van de zorgende relaties die ieder mens nodig heeft om zich in het leven staande te houden. Vervreemding van de eigen mogelijkheden om zich in een welwillend netwerk staande te houden betekent ook vervreemding van de persoonlijke continuïteit en vervreemding van het eigen wereldbeeld.<sup>22</sup>

De mate van het ontstaan van een persoonlijk trauma als gevolg van één of meerdere traumatische ervaringen is daarmee afhankelijk van de door de ervaring veroorzaakte mate van vervreemding. De mate waarin de gebeurtenis te rijmen valt met de persoonlijke basisaannames, opgedaan binnen de eigen sociale context, staat daarbij voor het persoonlijke copingvermogen. Wanneer deze basisaannames ondanks tegenslagen in de basis overeind gehouden kunnen worden, zal de wereld verwachtingsvol tegemoet getreden kunnen blijven worden. Maar wanneer deze basisaannames versplinterd worden, valt ook het vertrouwde wereldbeeld uiteen en dreigt het leven te stagneren in ontwrichting.

## 2.2 Posttraumatische stressstoornis

De professionele visie op traumatisering heeft zich sinds de jaren tachtig bewogen tussen de uitersten van een 'normale reactie op abnormale omstandigheden' tot een 'psychische stoornis'. Deze paragraaf zal dieper ingaan op het spectrum dat met deze uitersten gevormd wordt.

Een overduidelijke meerderheid van de volwassenen zal in het leven één of meerdere potentieel traumatiserende gebeurtenissen hebben meegemaakt, leidend tot intense angst, afschuw of hulpeloosheid. Hoewel hierop volgende traumatisering in eerste instantie geduid zou kunnen worden als niet meer dan een normale reactie op deze abnormale gebeurtenissen, zal bij naar schatting toch een kleine 7% van de getraumatiseerden het trauma zich blijvend vastzetten.<sup>23</sup> Bij deze laatste groep blijkt het individuele copingvermogen niet toereikend om het trauma het hoofd te bieden. Het afdoen als 'normale reactie op abnormale omstandigheden' zou daarmee geen recht doen aan de situatie van deze slachtoffers van trauma. De ontwrichtende werking van trauma binnen de persoonlijke levenssfeer en de daaruit sprekende impliciete hulpvraag, vraagt om een expliciete diagnose. Deze vraag wordt beantwoord met de breed geaccepteerde criteria voor de posttraumatische stressstoornis (PTSS) in de huidige vijfde editie van de 'Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders' van de American Psychiatric Association (DSM-5).

De DSM-5 helpt bij het classificeren van psychische stoornissen. Bij het definiëren van PTSS geldt als sterk onderscheidend criterium dat er sprake moet zijn van een voorafgaande *externe* stressor. Volgens criterium A dient het daarbij te gaan om de blootstelling aan een zware bedreiging van de fysieke integriteit. De criteria F, G en H geven respectievelijk aan dat deze bedreiging moet hebben geleid tot klachten die minstens één maand aanhouden, significant ontwrichtend doorwerken in het bestaan en niet toe te schrijven zijn aan fysiologische of somatische aandoeningen.<sup>24</sup>

De voorgaande criteria voor de diagnose van PTSS zijn randvoorwaardelijk. De feitelijke klachten waarin PTSS tot uiting komt, worden gedefinieerd door criteria B, C, D en E. Criterium

---

<sup>22</sup> Allen, 2005, p. 106-107.

<sup>23</sup> Norris, F.H., & Slone, L.B. (2014). Epidemiology of trauma and PTSD. In M.J. Friedman, T.M. Keane, & P.A. Resick (Ed.), *Handbook of PTSD. Science and practice* (pp. 100-120). New York: Guilford Press. p. 113.

<sup>24</sup> Hengeveld, 2014, p. 390-392.

B stelt dat er sprake moet zijn van intrusieve herinneringen. Deze staan voor onvrijwillige, herhaaldelijke herinneringen of dromen die het bewustzijn vanuit het heden mee terugnemen naar de traumatische gebeurtenis. Criterium C wijst op de samenhang met juist het willen vermijden van datgene wat terug doet denken aan de traumatische gebeurtenis. Deze aanhoudende vermindering slaat zowel direct op deze pijnlijke herinneringen als op externe factoren die pijnlijke herinneringen oproepen.

Criterium D voegt een negatieve verandering toe die sinds de traumatische gebeurtenis is ontstaan. Deze verandering duidt op verminderde cognitieve vermogens en op een negatieve ontwikkeling met betrekking tot het zelfbeeld. Hieronder valt bijvoorbeeld het onvermogen om zich bepaalde details van de traumatische gebeurtenis correct te kunnen herinneren. Maar ook zelfstigmatiserende overtuigingen en vervreemding van anderen worden hieronder geschaard. Nauw samenhangend met de intrusieve herinneringen van criterium B wijst criterium E ten slotte op sterke wisselingen in gemoedstoestand. Voor de buitenwereld onverklaarbare woede-uitbarstingen, zelfdestructief gedrag, overdreven waakzaamheid en slaapstoornissen zijn uitingen van een onderliggende continue staat van verhoogde opwinding.<sup>25</sup>

De DSM-5 hanteert de specifieke sub-diagnose 'met dissociatieve symptomen' bij ervaringen van irreële vervreemding ten opzichte van zichzelf of de actuele omgeving. De PTSS wordt daarmee uitgebreid met de aspecten de-personalisatie of de-realisatie.<sup>26</sup> Dat deze dissociatieve symptomen verder gaan dan het in de omgeving herkennen van een trigger voor een herbeleving wordt duidelijk door de vergelijking met een *déjà vu*. Terwijl een *déjà vu* het nieuwe doet beleven als iets bekends, doet de-realisatie iets bekends beleven als iets wat onbekend of onwerkelijk is.<sup>27</sup>

In relatie tot trauma wordt dissociatie geduid als een vlucht in een schijnwerkelijkheid, los van de werkelijkheid die op dat moment als onaanvaardbaar geldt. Het door dissociatie nemen van een zekere afstand tot een levensbedreigende situatie zou daarbij kunnen voorzien in een levensreddende zakelijkheid.<sup>28</sup> Toch lijkt dissociatie op het moment van de traumatische gebeurtenis uiteindelijk vaker te resulteren in PTSS. De ontsnapping aan de werkelijkheid gaat ten koste van een gezonde herinneringsvorming, wat latere verwerking in de weg lijkt te staan. Ook kan de ervaring van de-personalisatie en de-realisatie op zich gelden als een extra bron van existentiële angsten.<sup>29</sup>

Een andere factor die meespeelt bij het ontstaan van PTSS is de herkomst van de traumatische gebeurtenis. Janoff-Bulman suggereert dat het meest fundamentele onderscheid in herkomst wellicht gemaakt kan worden tussen daden van kwaadwillende indringers en 'de hand van God'. 'De hand van God' staat daarbij voor natuurrampen en ernstige ziektes. Deze overweldigende gebeurtenissen kunnen het individuele gevoel van betekenis en eigenwaarde verminderen. Maar toch hoeven de basisovertuigingen hierbij niet in sterke mate te wijken en kan een vaak nog bereikbaar ondersteunend sociaal netwerk het ontstaan van PTSS helpen voorkomen.<sup>30</sup>

De impact van kwaadwillende indringers blijkt van een andere orde te zijn. Intermenselijk geweld kan alleen uitgelegd worden als opzettelijke en doelbewuste handelingen om de ander

---

<sup>25</sup> Ibidem.

<sup>26</sup> Hengeveld, 2014, p. 392.

<sup>27</sup> Gabbard, G.O. (1994). *Psychodynamic psychiatry in clinical practice. The DSM-IV edition* (2nd ed.). Washington: American Psychiatric Press. p. 317.

<sup>28</sup> Ibidem.

<sup>29</sup> Allen, 2005, p. 189, 191.

<sup>30</sup> Janoff-Bulman, 1992, p. 76, 82.



te beschadigen en kwaad te berokkenen. Het 'kwaad' wordt voor de ogen van het slachtoffer gepersonifieerd op basis van het gezicht van de dader. In plaats van hulp in een afhankelijkheidsrelatie berokkent de dader hulpeloosheid en vernedering. Anders dan bij 'de hand van God' wordt het slachtoffer hier geconfronteerd met doelbewuste immoraliteit. Dit vertragen van het humane basisbesef laat het slachtoffer achter met een gepersonifieerd kwaad en een moreel failliet wereldbeeld.<sup>31</sup>

Allen onderscheidt nog een derde bron van trauma die PTSS nog sterker in de hand zou werken. Bij deze categorie betreft het intermenselijk geweld door een vertrouwd persoon uit bijvoorbeeld het eigen gezin. Niet alleen wordt hierbij het persoonlijke gevoel van veiligheid zwaar beschadigd, ook het vertrouwde sociale netwerk dat na een trauma een belangrijke ondersteunende functie kan vervullen valt hierbij voor een belangrijk deel weg.<sup>32</sup>

Samenvattend kan worden gesteld dat de kans dat een intrusieve gebeurtenis resulteert in PTSS toeneemt bij schokkende, onbekende fenomenen die niet passen in het eigen wereldbeeld en daarmee leiden tot een significante vorm van verlies.<sup>33</sup> Verlies dient daarbij breder opgevat te worden dan verlies van bezit, gezondheid of geliefden. Ook verliezen op het vlak van onschuld, moraliteit, zelfbeeld en wereldbeeld vergroten de kans op PTSS. De afschuwelijkste avond van het leven van Elie Wiesel, de avond van de dood van zijn vader vlak voor de bevrijding van kamp Buchenwald, toont hoe een traumatische gebeurtenis iemand kan verwijderen van zijn eigen moraal.

*'Mijn vader voelde de slagen van de knuppel niet meer. Ik voelde ze. En toch reageerde ik niet. Ik liet de ss'er mijn vader slaan, ik liet hem alleen in de greep van de dood. Erger nog: ik was kwaad op hem omdat hij lawaai had gemaakt, omdat hij geroepen had, omdat hij de toorn van de ss'er had gewekt. "Eliëzer! Eliëzer! Kom, laat me niet alleen." Zijn stem bereikte me van zo ver weg, van zo dicht bij. Maar ik had me niet verroerd. Ik zal het mezelf nooit vergeven. Evenmin zal ik het de wereld ooit vergeven dat ze me tegen de muur heeft gezet, me tot een vreemdeling heeft gemaakt en de primitiefste en meest basale instincten in me heeft wakker gemaakt. Zijn laatste woord was mijn naam. Een verzoek. En ik had niet gereageerd.'*<sup>34</sup>

Bovenstaande paragraaf biedt een indirecte verklaring waarom PTSS in tegenstelling tot vele andere neuroses en angststoornissen niet angst-vermijndend is. PTSS is niet de angst voor wat zou kunnen gaan gebeuren, maar angst op basis van wat al gebeurd is. Dat deze gebeurtenis ongewild deel uit is gaan maken van het eigen bestaan kan lang onacceptabel blijven. De volgende paragraaf is gewijd aan de uitdaging die gepaard gaat met de plaatsing en duiding van de doorgemaakte traumatische ervaring in het kader van het eigen bestaan.

<sup>31</sup> Janoff-Bulman, 1992, p. 78.

<sup>32</sup> Allen, 2005, p. 7.

<sup>33</sup> Kirmayer, L.J., Lemelson, R., & Barad, M. (2007). *Understanding trauma. Integrating biological, clinical, and cultural perspectives*. New York: Cambridge University Press. p. 173.

<sup>34</sup> Wiesel, E. (2006). *Nacht*. Amsterdam: Meulenhoff. p. 12.

### 2.3 Blokkades voor herstel

Intrusieve herinneringen en herbelevingen bij PTSS hebben een ander karakter dan alledaagse herinneringen. De traumatische gebeurtenis wordt opnieuw ervaren als actuele realiteit, inclusief de bijbehorende afschrikwekkende beelden. Ook de destijds ervaren doodsangst maakt opnieuw praktisch onverminderd deel uit van de beleving.<sup>35</sup> Zolang als de traumatische ervaring geen plaats heeft kunnen krijgen in het eigen bestaan, zal een overmaat aan controle alle herinneringen krampachtig proberen te onderdrukken. Maar een externe trigger kan de sluizen van de herinnering openen en de controle hierover volledig doen wegvallen.<sup>36</sup> Het ontkennen van het trauma positioneert de betrokkene daarmee in een vicieuze cirkel van pijnlijke herbelevingen, verwarring, spanning, prikkelbaarheid en extra gevoeligheid voor triggers. Wanneer dit leidt tot woede uitbarstingen en eventuele nieuwe geweldsincidenten dan is de cirkel rond.<sup>37</sup>

'Sterke persoonlijkheden' hebben daarmee niet minder kans in deze vicieuze cirkel te vervallen. Emotieverwerking blijkt niet alleen gehinderd te worden door een negatief zelfbeeld, maar zeker ook door vaste positieve overtuigingen. Veronderstelde onkwetsbaarheid blijkt bij een onverwachts voorkomende traumatische gebeurtenis juist een heftiger discrepantie op te leveren met de eigen vertrouwde basisaannames, wat het risico op PTSS verhoogt. Eerder doorgemaakte traumatische ervaringen van matige impact lijken deze 'naïviteit' te ondervangen en zouden metaforisch kunnen worden beschreven als een vorm van inenting tegen PTSS.<sup>38</sup>

Voor herstel is het nodig uit de vicieuze cirkel te kunnen stappen. Bij PTSS zingen de herinneringen vlak onder de oppervlakte rond in het actieve geheugen. Maar voor herstel is het noodzakelijk om deze herinneringen gedoseerd en bewust onder ogen te komen. Vanwege de vertekening en emotionele kleuring van het moment van de traumatische gebeurtenis betreft dit meer dan alleen een cognitief proces. In plaats hiervan zal het nodig zijn de rolprent van subjectieve herinneringen en emoties steeds opnieuw af te spelen om het overweldigende karakter hiervan te doen afnemen. Hierdoor kan steeds meer ruimte ontstaan om gezonde afweer- en copingmechanismen in te bouwen in het opgeroepen verhaal.<sup>39</sup>

De rust die op deze manier in het verhaal wordt ingebouwd kan de betrokkene uiteindelijk in staat stellen herinneringen van het actieve naar het passieve geheugen te verplaatsen. Herinneringen in het actieve geheugen bestaan nog vooral uit voorbij flitsende beelden. Om deze herinneringen te kunnen verplaatsen naar het passieve geheugen dienen de beelden te worden voorzien van woorden. Maar deze talige constructie 'past' alleen dan in het passieve geheugen, wanneer deze strookt met de hier al aanwezige overtuigingen. Daarmee vraagt het verwerken van herinneringen ook om een continue heroverweging van de oorspronkelijke basisaannames. De eigen overtuigingen over schuld en schaamte kunnen bijvoorbeeld opnieuw gewogen moeten worden tegen het licht van een bijgesteld wereldbeeld.<sup>40</sup>

<sup>35</sup> Janoff-Bulman, 1992, p. 105.

<sup>36</sup> Kleber, R. (2012). Theoretische visies op trauma en de posttraumatische stressstoornis. In E. Vermetten, R.J. Kleber, & O. van der Hart (Red.), *Handboek posttraumatische stressstoornissen* (pp. 83-96). Utrecht: De Tijdstroom. p. 87.

<sup>37</sup> Allen, J.G., Fonagy, P., & Bateman, A.W. (2008). *Mentaliseren in de klinische praktijk*. Amsterdam: Nieuwezijds. p. 238.

<sup>38</sup> Janoff-Bulman, 1992, p. 88, 90, 174.

<sup>39</sup> Janoff-Bulman, 1992, p. 105.

<sup>40</sup> Janoff-Bulman, 1992, p. 108-109.

Dit bijstellen van het oorspronkelijke wereldbeeld is noodzakelijk om weer coherentie te kunnen ervaren in het eigen bestaan, maar kent wel een hoge prijs. De realiteit van de doorgemaakte verschrikking zal onderdeel moeten gaan uitmaken van het nieuwe wereldbeeld. Na de verschrikking ontstaat voor de betrokkene daarmee de zware taak van het opbouwen van een nieuwe persoonlijke ethiek. Wanneer hierin opnieuw een goede vertrouwensbasis kan worden gevonden, zal mogelijk weer nieuwe betekenisgeving kunnen worden ontleend aan dit bijgestelde wereldbeeld.

Helaas blijkt deze zware taak niet altijd uitvoerbaar te zijn. Wanneer de basisaannames versplinterd zijn, kan het zinloos lijken bovenstaande strijd aan te gaan op basis van wat nog rest van de eigen overtuigingen. Vanuit een dissociatieve belevingswereld kan vervreemding optreden ten opzichte van het zelf. Maar daarmee ontstaat ook vervreemding ten opzichte van relaties en afvlakking van de eigen emoties die daarin een rol spelen.<sup>41</sup> Cullberg typeert deze vervreemding na trauma als een 'neiging tot isolering, met een beschadigd identiteitsgevoel'. Het is daarbij alsof een deel van de betrokkene is achtergebleven op de plaats van de traumatische ervaring. Deze verminking van de identiteit gaat gepaard met wat wel een 'psychische verstijving' of 'gevoelsverdoving' wordt genoemd.<sup>42</sup>

Volgens Allen kunnen bovenstaande dissociatieve afweermechanismen het verwerkingsproces bij trauma blokkeren. Hoewel ze een zegen kunnen zijn als eerste verdediging, blijken ze zich daarna te kunnen ontwikkelen tot een gevangenis. De enige uitweg naar continuïteit is het aangaan van de eigen verantwoordelijkheid voor het integreren van de schokkende realiteit in het eigen herstellende wereldbeeld.<sup>43</sup>

---

<sup>41</sup> Rohlf, H., & Smid, G. (2012). Klinische diagnostiek. In E. Vermetten, R.J. Kleber, & O. van der Hart (Red.), *Handboek posttraumatische stressstoornissen* (pp. 445-456). Utrecht: De Tijdstroom. p. 450.

<sup>42</sup> Cullberg, J. (2009). *Moderne psychiatrie. Een psychodynamische benadering* (13e druk). Amsterdam: Ambo. p. 82.

<sup>43</sup> Allen, 2005, p. 200-202.

## Hoofdstuk 3 Trauma en verbeelding

*"Hullo object! 'I destroyed you.' 'I love you.' 'You have value for me because of your survival of my destruction of you.' 'While I am loving you I am all the time destroying you in (unconscious) fantasy.'" - Donald W. Winnicott<sup>44</sup>*

Dit hoofdstuk verkent het belang van de wereld van de verbeelding voor het vermogen tot het kunnen vormgeven van het eigen levensverhaal na trauma. Het model van de transitionele ruimte van Winnicott wordt hiervoor als uitgangspunt genomen. Dit ontwikkelingspsychologische model van verbeelding en symbolisering wordt betrokken op de vorming van identiteit en levensverhaal. Na trauma kan ditzelfde model van verbeelding en symbolisering de reflectiemogelijkheden verduidelijken die ritualiteit kan spelen in het perspectief op herstel.

### 3.1 Verwerking van trauma met behulp van verbeelding

In het vorige hoofdstuk is ingegaan op de relatie tussen trauma en wereldbeeld. Hieruit bleek dat bij een onoverbrugbare kloof tussen de traumatische gebeurtenis en het eigen wereldbeeld het risico bestaat op het ontstaan van PTSS. Het wereldbeeld staat daarbij voor het subjectieve beeld dat gehanteerd wordt met betrekking tot de buitenwereld. In het vorige hoofdstuk is duidelijk geworden dat traumatische ervaringen dit vertrouwde beeld kunnen versplinteren. Traumatische beelden kunnen op het netvlies gebrand staan zonder dat deze kunnen worden ingepast in het kader van het eigen wereldbeeld. Bij PTSS dreigen actuele sensorische triggers deze traumatische beelden uit het nog actieve sensorische geheugen te reactiveren in de actuele beleving.<sup>45</sup>

In het vorige hoofdstuk is genoemd dat bij deze intrusies de traumatische gebeurtenis niet wordt herbeleefd als een herinnering, maar herbeleefd als actuele realiteit. Wanneer geprobeerd wordt deze heftige ervaring onder woorden te brengen, kan het gebrek aan afstand tot de traumatische ervaring opvallen in de vaak directe, beschrijvende taal. Toereikende copingvaardigheden baseren zich juist op het beschikbare vermogen om aanpassingen aan te brengen in de verhouding tussen deze traumatische intrusies en het eigen wereldbeeld. Maar door gebrek aan afstand tot intrusieve herbelevingen blijkt het bij trauma vaak niet mogelijk rechtstreeks op de traumatische gebeurtenis te reflecteren. Het model van de transitionele ruimte van de kinderarts en psychoanalyticus Donald W. Winnicott kan helpen meer inzicht te verkrijgen in de belangrijke rol die het verbeeldingsvermogen speelt bij het reflecteren op en het verwerken van trauma.

### 3.2 Winnicott's transitionele ruimte

Janoff-Bulman fundeert haar drie basisaannames van een 'welwillende wereld', een 'betekenisvolle wereld' en een 'waardevol zelf' voor een belangrijk deel in de ontwikkelingspsychologie. Aan Winnicott ontleent zij het idee van een moeder-kind relatie die

<sup>44</sup> Winnicott, D.W. (2005). *Playing and Reality* (2e druk). Londen: Routledge. p. 120-121.

<sup>45</sup> Allen, 2005, p. 81.

start in een 'holding environment'. In deze veilige eerste omgeving ontvangt het nog zeer jonge kind van de moeder(-figuur) alle gewenste zorg vanuit een onuitputtelijke bron van anticiperende empathie. Het kind heeft op deze manier alles binnen bereik wat het wenst, zoals warmte, melk en troost. Een primitieve illusie van onnipotentie kan zo door het kind in stand worden gehouden. En juist deze illusie zou volgens Winnicott van groot belang zijn voor het ontwikkelen van een gezond basisvertrouwen.<sup>46</sup>

Dit vertrouwen zal al snel nodig blijken om na de eerste levensmaanden de eerste frustraties tegemoet te kunnen treden. De moeder zal dan toch niet in alle opzichten een verlengstuk van de eigen behoeften blijken te zijn. Maar voor een gezonde ontwikkeling zal zij wel in een veilige omgeving moeten voorzien waarin de eerste frustraties op een natuurlijke manier gedoseerd en opgebouwd worden.<sup>47</sup> De frustratie bestaat hierbij uit het ontmoeten van een objectieve en soms weerbarstige externe realiteit, die een plaats moet krijgen in de verhouding tot de innerlijke beleving van die realiteit. De veilige relatie met de moeder en de eerste frustraties die daarin spelen zijn de eerste omgeving om de verhouding van het zelf tot een potentieel bedreigende buitenwereld te verkennen. Deze verkenning vindt plaats in een tussenruimte, waarin subject en object samenkomen. Deze 'tussenruimte van de ervaring' benoemt Winnicott als de 'transitionele ruimte'.<sup>48</sup>

De primitieve illusie van onnipotentie maakt hierin plaats voor de illusionaire realiteit van de 'transitionele ruimte'. 'Illusionaire realiteit' klinkt als een contradictio in terminis, maar Winnicott benadrukt hiermee dat de subjectief beleefde realiteit een werkelijkheidswereld op zich vormt. Een belangrijke ontwikkelingspsychologische taak voor het nog jonge kind bestaat nu uit het aan durven gaan van de verkenning van een objectenwereld buiten het eigen subject. Alleen via deze weg kan realiteitsvorming plaatsvinden. En in verhouding tot deze externe realiteit kan vervolgens ook de eigen identiteit verder worden vormgegeven.<sup>49</sup>

Winnicott's voorbeeld van het 'transitionele object' van de knuffelbeer kan de transitionele ruimte waartoe deze knuffelbeer behoort verder verduidelijken. In de autistische, sensorische wereld van het zeer jonge kind wordt de moedermelk nog gezien als onderdeel van het zelf, die in het rechtstreekse verlengde van de eigen wensen op elk moment toegankelijk is. Maar het zich ontwikkelende kind zal deze illusie van onnipotentie stap voor stap moeten loslaten, wanneer blijkt dat de moeder niet enkel een deel van de eigen subjectieve ervaring is. De knuffelbeer kan helpen bij de aanvaarding van de objectieve eigenheid van de moeder. Deze ondersteuning zal juist dan nodig zijn wanneer de veilige holding omgeving van de moeder zich tijdelijk terugtrekt.<sup>50</sup> De knuffelbeer vertegenwoordigt op dat moment twee belangrijke functies.

In de eerste plaats verwijst de knuffelbeer bij de afwezigheid van de moeder naar de veiligheid die zij vertegenwoordigt. Door de aanwezigheid van de knuffelbeer wordt het perspectief op de terugkeer van de moeder opengehouden. Dit verduidelijkt dat de ervaring bij het transitionele object van de knuffelbeer de waarde van het reële object ver overstijgt. In het aanwezig zijn van de knuffelbeer in de huidige realiteit wordt ook de hoop op de terugkeer van de veiligheid van de moeder tastbaar realistisch diezelfde huidige realiteit binnengetrokken.

---

<sup>46</sup> Janoff-Bulman, 1992, p. 14.

<sup>47</sup> Winnicott, 2005, p. 13-14.

<sup>48</sup> Winnicott, 2005, p. 2.

<sup>49</sup> Winnicott, 2005, p. 13.

<sup>50</sup> Winnicott, 2005, p. 5-6, 8.

In de tweede plaats vertegenwoordigt het transitionele object van de knuffelbeer wel degelijk ook de reële objectenwereld. Tijdens de zeer vroege ontwikkeling kan het objectieve 'niet-ik' karakter van de moeder veilig vormgegeven worden via de betrouwbare aanwezigheid van de knuffelbeer. Vervolgens biedt de knuffelbeer tijdens de peutertijd een vertegenwoordiging van een veilige holding omgeving. Gewapend met de knuffelbeer wordt het gemakkelijker de reële objectenwereld ontdekkend tegemoet te treden en het objectieve, vaststaande 'niet-ik' karakter ervan te accepteren.<sup>51</sup>

In dit licht gaat het citaat aan het begin van dit hoofdstuk spreken en kan het belang van het kunnen ervaren van object-relaties verduidelijkt worden. Primitieve afweermechanismen zullen uit zijn op de vernietiging van de objecten die in de externe realiteit ontmoet kunnen worden. Maar het feit dat het object niet vernietigbaar is, bevestigt dat het object niet slechts het (fantasie-)product is van het subject. Dat het object standhoudt, betekent ook dat het object iets kan gaan betekenen voor het subject. Het subject weet zich gescheiden van het object, kan zich verhouden tot het object en kan zichzelf vormgeven in deze wisselwerking met het object.<sup>52</sup>

Deze ontmoeting waarin de 'autistische' wereld en de 'realistische' wereld elkaar kunnen beïnvloeden vindt in Pruyser's terminologie plaats in de 'illusionaire' tussenwereld. Illusies hoeven hierin niet onjuist te zijn, maar toch staan ze niet voor reële feiten, maar voor producten van de verbeelding. Het vraagt daarbij om een innerlijke balans om de producten van de verbeelding in wisselwerking met de realiteit te kunnen beleven, zonder ze direct onder de wetten van die realiteit te plaatsen.<sup>53</sup> Ook Jongsma-Tieleman benadrukt in het verlengde van Winnicott's opvattingen dat de transitionele sfeer geen separate wereld is, maar een overlapping waarin de binnen- en de buitenwereld gelijktijdig aanwezig zijn. De knuffelbeer staat daarmee aan het begin van de paradoxale eenheid tussen de eigen fantasie en de gegeven werkelijkheid.<sup>54</sup> Deze eenheid maakt het mogelijk de externe objectenwereld te verkennen.

De verbeelding van de transitionele sfeer maakt het mogelijk zich tot deze soms weerbarstige objectenwereld te verhouden, zonder tegelijkertijd het innerlijke geloof in het 'Goede' op te hoeven geven. Bij het afwezig blijven van de eigen ontkenning of vernietiging laat de ontmoeting met het object een vormende indruk achter. Zo kan een ontmoeting die aangegaan werd vanuit een positieve innerlijke overtuiging verder helpen in de groei van het basisvertrouwen.<sup>55</sup> Gewapend met het eigen verbeeldingsvermogen kan zo de eigen identiteit ontdekt en gevormd worden.

Een ondraaglijk angstniveau vernietigt bovenstaand spelend vermogen.<sup>56</sup> Maar in parallelle termen aan de 'transitionele ruimte' schrijft Winnicott ook over de 'potential space'. In deze benaming komt nadrukkelijk tot uitdrukking dat de transitionele ruimte niet alleen staat voor een angstige verkenning. Deze illusionaire wereld staat vooral ook voor een creatieve wereld, die mogelijk maakt dat de wereld spelend, ontdekkend en vormend mag worden verkend.<sup>57</sup> In

---

<sup>51</sup> Winnicott, 2005, p. 135.

<sup>52</sup> Winnicott, 2005, p. 120-121, 126.

<sup>53</sup> Pruyser, P.W. (1992). *Geloof en verbeelding. Essays over levensbeschouwing en geestelijke gezondheid*. Baarn: AMBO. p. 107-108

<sup>54</sup> Jongsma-Tieleman, P.E. (2002). *Rituelen: speelruimte van de hoop. Wat rituelen (ons) doen*. Kampen: Kok. p. 23-24.

<sup>55</sup> Jongsma-Tieleman, 2002, p. 27.

<sup>56</sup> Winnicott, 2005, p. 70.

<sup>57</sup> Jongsma-Tieleman, P.E. (1996). *Godsdienst als speelruimte voor verbeelding: een godsdienstpsychologische studie*. Kampen: Kok. p. 19.

de potential space krijgen de subjectieve ideeën en illusies bestaansrecht waarmee vervolgens de externe realiteit tegemoet getreden kan worden. De eerste toetsende verkenningen van transitionele objecten definieert Winnicott daarmee als de eerste ervaringen van 'spel' en de vroegste vormen van symbolisering.<sup>58</sup>

Ter onderstreping van het belang van spel beschrijft Winnicott zelf een voorbeeld van een éénjarig meisje dat bij hem op consult wordt gebracht. Het half jaar hiervoor had het meisje, na voedingsproblemen, steeds ernstiger huilbuien, woedeaanvallen en stuiptrekkingen ontwikkeld. Toch konden er geen tekenen van lichamelijke ziekten worden gevonden.

Tijdens de consultaties maakt Winnicott contact met haar door haar op zijn knie te zetten. Het meisje is hierbij gericht op Winnicott's handen en bijt hier steeds stiller in. Ook ontdekt ze lepels om onophoudelijk op te bijten en van zich af te gooien. De tweede sessie waarin ze zo met lepels in de weer is, lijkt ze voor het eerst plezier te beleven aan dit spel. Ze wijst naar haar tenen en Winnicott laat haar schoenen en sokken uitdoen. Hierna worden de tenen met haar volledige aandacht aan een uitgebreid onderzoek onderworpen. Het meisje lijkt hierbij het grote verschil te ontdekken tussen de lepels en haar tenen. Terwijl op lepels kan worden gebeten, waarna ze weggegooid en verloren kunnen worden, kunnen tenen niet losgetrokken worden. Deze zekerheid leek haar een grote tevredenheid en geruststelling op te leveren. Vanaf dit moment bleven de angstaanvallen van de baby weg en beschreef haar moeder haar als 'een ander kind'.<sup>59</sup>

In de vroege ontwikkeling vormt het zich spelend kunnen verhouden tot de materiële wereld een belangrijke eerste uitdaging van het verbeeldingsvermogen. Later zal dit verbeeldingsvermogen zich kunnen doorontwikkelen, zodat men zichzelf ook spelend kan verhouden tot andere mensen. Daarbij zullen de creatieve, ontdekkende vermogens zich op den duur uitbreiden tot het zich kunnen verplaatsen in het perspectief van die ander en zelfs in het perspectief van het eigen Godsbeeld.<sup>60,61</sup>

In het volwassen leven herkent Pruyser twee abstractieniveaus met betrekking tot deze gerichtheid van de potential space op het transcendente en de bijbehorende wereld van religieuze symbolen. De wisselwerking met abstracte symbolen en transcendente objecten zelf is daarbij het eerste niveau. In het verlengde van dit eerste niveau onderscheidt hij ook het verdiepende niveau van de persoonlijke betekenis die toegekend wordt aan deze fenomenen van 'transcendentie' en 'persoonlijk geloof'.<sup>62</sup>

Ook Jongsma-Tieleman verdiept de gerichtheid van de *potential space*. Achter het cultureel bepaalde Godsbeeld waarmee men in wisselwerking staat, herkent zij als tweede symboliseringsstap het op basis hiervan ontwikkelde persoonlijke Godsbeeld. Deze dubbele brugfunctie die symbolisering hier vervult rond het Godsbeeld toont opnieuw dat er meerdere abstractieniveaus aanwezig kunnen zijn in volwassen symbolisering.<sup>63</sup>

<sup>58</sup> Winnicott, 2005, p. 130.

<sup>59</sup> Winnicott, 2005, p. 65-67

<sup>60</sup> Winnicott, 2005, p. 75-76.

<sup>61</sup> Jongsma-Tieleman, 2002, p. 37.

<sup>62</sup> Pruyser, 1992, p. 101.

<sup>63</sup> Jongsma-Tieleman, 1996, p. 103.



Bij een gezonde ontwikkeling zal de volwassene hiermee de oorspronkelijke holding omgeving van de moeder hebben kunnen inruilen voor een holding omgeving die geworteld is in een robuuste persoonlijke continuïteit en een robuust persoonlijk bestaansontwerp.<sup>64</sup> Het vertrouwen in deze eigen continuïteit mag als basis dienen om open te durven staan voor de wisselwerking tussen binnen- en buitenwereld. Wanneer zich in Janoff-Bulman's termen een gezond basisvertrouwen heeft kunnen ontwikkelen, staat Winnicott's transitionele ruimte open voor de ontmoeting met anderen, met symbolen en met het transcendente.

Met een open transitionele ruimte opent zich zo een verbeeldingswereld waarin objecten, personen, cultuur en religie ontmoet kunnen worden. Basisvertrouwen, identiteit en continuïteit zijn vereist om de eigen transitionele ruimte open te houden. Hiermee komen vervolgens ook de vormende en reflectieve ontmoetingen binnen bereik die aangegaan kunnen worden met anderen, met cultuur en met religie. Zock spreekt in dit verband veelzeggend over 'zelfwording in relaties'. In relatie tot het andere of tot concrete anderen, kan het zelf onderscheiden worden en via andermans ogen gezien worden. Dit geeft identiteit en vormt het eigen levensverhaal, wat vervolgens weer kan leiden tot ervaringen van zinbeleving.<sup>65</sup>

### 3.3 Symbolisering in rituelen en verhalen

Rituelen vertegenwoordigen een bijzondere uitdrukkingvorm op het gebied van het hierboven omschreven verbeeldingsvermogen, namelijk een terrein dat ook gedeeld kan worden met anderen. Een willekeurige gewoonte kan vaak al aangeduid worden met 'ritueel'. Dit geeft direct aan dat rituelen beginnen bij ervaringen vanuit de realiteit. Wanneer de rituele handeling een bijzondere emotionele lading heeft gekregen, dan kan het creatieve verbeeldingsvermogen deze bijzondere waarde ook toe gaan kennen aan de symbolen die in het ritueel kunnen worden onderscheiden. En de explicitering van de waarde van deze symbolen kan andersom de vraag om het herhaaldelijk uitvoeren van het ritueel versterken. Wanneer een ritueel op deze manier inhoudelijk geëxpliciteerd is en een terugkerend karakter heeft gekregen, hebben de ervaringen vanuit de realiteit volgens Jongsma-Tieleman geleid tot het ontstaan van een 'echt ritueel'.<sup>66</sup>

Als voorbeeld van een ritueel zouden begrafenishandelingen bij het graf kunnen dienen. Een symbolisch onderdeel hiervan is bijvoorbeeld het langs de kist lopen die al in het graf is neergelaten. Bij de kist wordt even stilgestaan, maar hierin wordt symbolisch ook stilgestaan bij de levensloop van de overledene en mogelijk ook bij de algemene cyclus van het menselijk leven. Een tweede onderdeel is het handje of schepje aarde dat op de kist wordt gestrooid. In directe zin kan dit uitgelegd worden als zorg voor het begraven van de overledene en het nemen van afscheid. Maar in het licht van Genesis 3 kan deze handeling opnieuw symbolisch verwijzen naar de cyclus van het leven, '...stof zijt gij en tot stof zult gij wederkeren'. Het strooien van bloemen op de kist zou naast een laatste eerbetoon een symbolische verwijzing kunnen bevatten naar het geplant zijn in de aarde, wachtend op de opstanding tot een nieuw

<sup>64</sup> Ogden, T.H. (1986). *The Matrix of the Mind: Object Relations and the Psychoanalytic Dialogue*. Northvale: Karnac Books. p. 203-204.

<sup>65</sup> Zock, H. (1998). Religie, relationaliteit en zinbeleving. Geloof als basis voor religie en zelfwording. In M. van Uden, & J. Pieper (Red.), *Wat baat religie? Godsdienstpsychologen en godsdienstsociologen over het nut van religie* (pp. 27-45). Nijmegen: KSGV. p. 28-35.

<sup>66</sup> Jongsma-Tieleman, 2002, p. 26, 35, 76.

leven. Dit aspect van hoop maakt vaak ook onderdeel uit van een bij het graf eventueel uitgesproken gebed. Op deze manier wordt het huidige overlijden in het bredere kader getrokken van verleden en toekomstperspectief.

Bij een gezamenlijke gerichtheid van meerdere mensen met een gedeelde achtergrond zouden rituelen gezien kunnen worden als een gezamenlijk speelveld voor de wisselwerking tussen binnen- en buitenwereld. Rituelen openen daarmee een gezamenlijke illusionaire wereld, waarin elk deelnemend subject weer een individuele invulling kan ervaren. De vaste vormen van het ritueel vormen hierbij niet de begrenzing en afsluiting van de speelruimte van de persoonlijke verbeelding. Eerder kunnen deze rituele vormen gezien worden als de veilige, faciliterende kaders voor die persoonlijke verbeelding. De vormende of zelfs helende werking gaat daarbij niet in de eerste plaats uit van het ritueel, maar van het persoonlijke geloof in het perspectief dat door het ritueel geopend wordt.<sup>67</sup>

Hoewel rituelen kunnen worden onderscheiden in cyclische-, overgangs- en crisirituelen, geldt in de basis voor al deze rituelen dat ze pas echt essentieel blijken te zijn wanneer het leven niet vanzelfsprekend is. Traumatische ervaringen kunnen geschaard worden onder deze contingentie-ervaringen, de gebeurtenissen waar niet voor gekozen wordt maar die iemand toch ten deel kunnen vallen. Hierbij voorzien rituelen in de behoefte aan extra aandacht voor het leven. Ze verbinden het verleden, het heden en de toekomst. En ondanks de onzekerheid die met elke blik in de toekomst gepaard gaat, kunnen rituelen hierbij het vertrouwen versterken in het perspectief dat zich kan openen.<sup>68</sup> Rond contingentie-ervaringen kan het ritueel op deze manier een plaats bieden voor angst en schuld, en de herhaalde uitvoering van het ritueel of de gefaseerdheid van het ritueel zelf kan chaos helpen omvormen in orde.<sup>69</sup>

Hetzelfde ordenende aspect dat geboden kan worden in rituelen onderscheidt Bodisco Massink ook in de structurerende functie die aangereikt kan worden in verhalen. Verhalen kunnen in zichzelf dienen als symbool, waarin het eindeloze verhaal van leven en dood, goed en kwaad treffend wordt samengevat. Een tweede functie van verhalen is gebaseerd op de verbindingen die hierdoor gelegd kunnen worden. Verhalen zijn in staat om interne verbindingen met de eigen diepere verbeeldingslagen aan te spreken en om verbindingen met anderen in een ander licht te leren zien. Ten slotte kennen verhalen een appellerende functie. Doordat verhalen in staat zijn om symbolische waarden present te stellen, kunnen ze impliciet ook oproepen om in het gesymboliseerde te geloven. Eventuele bezieling vanuit nieuwe of versterkte overtuigingen spoort vervolgens aan om ook daadwerkelijk in beweging te komen.<sup>70</sup>

Alledaagse verhalen blijken al in staat om bovenstaande functies te vervullen. Maar religieuze verhalen onderscheiden zich in het bijzonder door een expliciete nadruk op het aanreiken van levensbeschouwelijke oriëntatiepunten. Door uit te stijgen boven het perspectief van het eigen levensverhaal kunnen religieuze verhalen nieuwe perspectieven helpen ontdekken.<sup>71</sup> Het grote christelijk verhaal rond de mijlpalen van de kerkelijke kalender kan hierbij als ultiem voorbeeld dienen. De rituele vieringen van Kerst, Goede Vrijdag, Pasen, Hemelvaart en Pinksteren zijn allemaal vervuld van symboliek die verwijst naar leven, afsterving van het vergankelijke en wederopstanding tot een nieuw leven. En hoewel

<sup>67</sup> Jongsma-Tieleman, 1996, p. 217.

<sup>68</sup> Jongsma-Tieleman, 2002, p. 146.

<sup>69</sup> Cullberg, 2009, p. 584-585.

<sup>70</sup> Bodisco Massink, H. (2012). Het religieuze verhaal en beeld als therapeutische interventie. In J. Van de Lans, & H. Bodisco Massink, *Religieuze symbolen in psychotherapie* (pp. 25-43). Baarn: Ambo. p. 34-35.

<sup>71</sup> Bodisco Massink, 2012, p. 31.

symbolen als de kerstboom, vlammeende kaarsen en paaseieren oorspronkelijk vooral samenhangen met een 'heidense' herkomst, heeft het inpassen van de christelijke boodschap van licht en leven in deze symbolen ze inmiddels een eigen plaats doen verwerven binnen de context van deze christelijke feestdagen.

Zoals gezien in het vorige hoofdstuk kunnen bepaalde traumatische ervaringen de basisaannames onderuit halen. Ook het eigen narratieve betekenisconstruct en daarin essentiële basiswaarden verliezen daarmee hun stabiliteit. Ritualiteit en narrativiteit kunnen in deze situaties symbolische landkaarten bieden om uitwegen te helpen vinden rond de benodigde herwaardering van het eigen waardensysteem.<sup>72</sup>

De volgende hoofdstukken over geestelijke verzorging (GV), vaktherapie en narratieve exposure therapie (NET) zullen zich richten op de rol van het verbeeldingsvermogen in de benadering van mensen met PTSS. Nadat intermenselijk geweld het opgebouwde vertrouwen in mensen, in de wereld en in het zelf onderuit heeft gehaald, zal het verbeeldingsvermogen en in het verlengde daarvan de verwerking en integratie van het trauma pas echt door kunnen breken op grond van een zich herstellend basisvertrouwen.

In de komende drie hoofdstukken over de drie afzonderlijke vakgebieden zal daarom verkend worden welke concepten worden gehanteerd om te kunnen voorzien in een grond voor hernieuwend basisvertrouwen als randvoorwaarde voor gesprek en behandeling. Steeds zal daarbij worden nagegaan welke concepten te herkennen zijn binnen drie rubrieken die als essentieel kunnen worden beschouwd in het kader van herstellend verbeeldingsvermogen.

Trauma na intermenselijk geweld vraagt ten eerste om een vorm van behandelrelatie waarin voldoende veiligheid kan worden ervaren om het trauma te kunnen uiten. Ten tweede zal gefaciliteerd moeten worden in een vorm van verbeeldingsruimte waarin reflectieve vermogens opnieuw uitgedaagd en vormgegeven kunnen worden. Ten derde zal dit reflectieve verbeeldingsvermogen gericht moeten worden op de uiteindelijk beoogde verwerking en integratie. De in het verlengde hiervan per vakgebied beschouwde rubrieken bestaan uit ten eerste de rol van de behandelrelatie, ten tweede het model van de verbeeldingsruimte en ten derde de beoogde wegen van herstel.

---

<sup>72</sup> Pieper, J.Z.T. (2012). Religieuze Coping: ontwikkelingen en onderzoek in Nederland. *Psyche & Geloof*, 23, 139-149. p. 141-142.

## Hoofdstuk 4 Verbeeldingsvermogen in de GV-benadering

'Kan ook een vrouw haar zuigeling vergeten, dat zij zich niet ontfermen zou over het kind van haar schoot? Al zouden zij die vergeten, toch vergeet Ik u niet' - Jesaja 49:15

In hoofdstuk 3 is de theorie van het verbeeldingsvermogen in de transitionele ruimte uiteengezet. Na een beknopte inleiding in het vakgebied van de GV zal hoofdstuk 4 vervolgen met de rol van het verbeeldingsvermogen in de psychodynamische benadering van GV. Ten slotte worden de psychologische concepten van deze benadering verkend die zich richten op het heropenen van de verbeeldingsruimte na trauma.

### 4.1 GV, achtergrond en werkwijze

Voor een actuele beschrijving van GV biedt de beroepsstandaard de volgende algemene definitie. 'Geestelijke verzorging is professionele begeleiding, hulpverlening en advisering bij zingeving en levensbeschouwing.'<sup>73</sup> In deze zingeving en levensbeschouwing kan naast de existentiële, spirituele en ethische dimensie ook de esthetische dimensie onderscheiden worden. Deze 'esthetische dimensie' is geïntroduceerd in de Beroepsstandaard van 2015 en lijkt de plaats te hebben ingenomen van het 'symbolische niveau' waarvan sprake was in de vorige Beroepsstandaard van 2002.<sup>74,75</sup>

Het inruilen van het verwijzende karakter van symboliek voor de algemene menselijk voorliefde voor esthetiek lijkt aanvullende ingangen te kunnen bieden voor het persoonlijke verbeeldingsvermogen. De geestelijk verzorger (GV-er) kan faciliteren op het gebied van deze verbeelding door het aanreiken van werkvormen op bijvoorbeeld het vlak van poëzie of muziek. Ook via rituelen kan gezocht worden naar openingen die het gesymboliseerde invoelbaar en bespreekbaar maken.

De GV-er komt met bovenstaande begeleiding rond zingevingsvragen met name in beeld rond contingentie-ervaringen. Traumatische ervaringen kunnen onder de contingentie-ervaringen worden geschaard die iemand onverwachts kunnen overvallen. GV richt zich bij deze ervaringen specifiek op de existentiële vragen rond leven en dood, goed en kwaad. Vanwege deze gerichtheid is de GV-er vooral te vinden in de praktijk van ziekenhuis, verpleging, defensie, justitie en de diverse terreinen van de geestelijke gezondheidszorg.

De 'begeleiding en hulpverlening' uit de definitie van GV kan ingevuld worden met bijvoorbeeld begeleiding bij heroriëntatie, morele ondersteuning, liturgische activiteiten en rituele verwerking.<sup>76</sup> Handvatten voor de benadering van de 'zingeving en levensbeschouwing' uit de beroepsdefinitie ontleent de GV-er aan de praktische vaardigheden op het gebied van religiewetenschappen, ontwikkelingspsychologie, psychopathologie en gesprekstechnieken.<sup>77</sup>

<sup>73</sup> VGVZ. (2015). *Beroepsstandaard geestelijk verzorger*. Amsterdam: VGVZ. p. 7.

<sup>74</sup> VGVZ, 2015, p. 9.

<sup>75</sup> VGVZ. (2002). *Beroepsstandaard voor de geestelijk verzorger in zorginstellingen*. Amersfoort: VGVZ. p. 9.

<sup>76</sup> Loenen, G. van. (2005). Wat? Voor wie? Wanneer? Waarom? Een beschrijving van het product geestelijke verzorging. In G. van Loenen, *Voor de geest staan. Zorg voor zingeving als taak van de geestelijke gezondheidszorg* (pp.78-91). Tilburg: KSGV. p. 79.

<sup>77</sup> Vreeman, J., Quartier, T., & Smeets, W. (2009). Geestelijke verzorging in het kader van geestelijk welbevinden. *Tijdschrift Geestelijke Verzorging*, 53, 44-49. p. 46.

Het vanuit deze praktische vaardigheden begeleiden bij het zoeken naar overkoepelende waarden in de voorbijgekomen fragmenten van het levensverhaal wordt gezien als de kenmerkende hermeneutische competentie van de GV-er. Daarnaast kan vanuit de psychologische competentie van de GV-er ondersteund worden bij het bouwen aan een betekenisconstruct dat het geestelijk welbevinden kan bevorderen.<sup>78</sup>

De competentie van de GV-er bestaat daarmee niet uit het kunnen bieden van praktische oplossingen of levensbeschouwelijke antwoorden. Het is eerder gangbaar dat de GV-er helpt bij het relativiseren, herstructureren en transformeren van levensbeschouwelijke antwoorden op momenten dat bestaande overtuigingen niet langer blijken te passen.<sup>79</sup> Om rond zingeving en levensverhaal met de ander in contact te kunnen treden mag daarom ook van de GV-er worden verwacht dat deze zelf een genuanceerde levensbeschouwelijke identiteit heeft ontwikkeld. Om anderen uit te kunnen nodigen in het levensbeschouwelijke domein, is het van belang dat de persoon van de GV-er hier ook zelf een stabiel thuis gevonden heeft.<sup>80</sup>

#### 4.2 Verbeeldingsvermogen in de psychodynamische benadering van GV

Het handelen van de GV-er kan in de praktijk vorm krijgen in het gebruik van symboliek en rituelen. In eerste instantie zouden de gedachten hierbij uit kunnen gaan naar bijvoorbeeld de avondmaalsviering of de ziekenzalving. Maar toch gaat het niet alleen om zichtbare rituelen en symboliek. Ook in gesprekken op de existentiële laag en niet minder in de daarin vallende sprekende stiltes is er sprake van symbolisering. Steeds waar het taal- en voorstellingsvermogen tegen rationele grenzen aanlopen, is men aangewezen op verbeelding.

In het vorige hoofdstuk zijn de autistische, realistische en illusionaire wereld van Pruyser aan de orde gekomen. In Pruyser's psychodynamische visie wordt de praktijk van religie en levensbeschouwing geplaatst in de illusionaire wereld. De psychodynamische benadering van GV richt zich op het hervinden van de balans in deze illusionaire tussenwereld. In het aansluiten bij het levensverhaal zal de GV-er oog moeten hebben voor de mate waarin het verbeeldingsvermogen in de levensloop de ruimte heeft gekregen om zich te ontwikkelen. In het verlengde daarvan kan een inschatting worden gemaakt welke impact een eventuele contingentie-ervaring zou kunnen hebben gehad op het actueel beschikbare verbeeldingsvermogen.

Ogden hanteert andere bewoordingen dan Pruyser bij zijn verwerking van Winnicott's transitionele ruimte. Terwijl Pruyser's terminologie de ontwikkelingspsychologische aspecten helpt doorzien, werpt Ogden meer licht op de wereld van de symboliek. Pruyser's autistische, illusionaire en realistische wereld vertaalt Ogden met respectievelijk het interpreterende en symboliserende subject, de gesymboliseerde betekenis en het objectieve symbool zelf.<sup>81</sup>

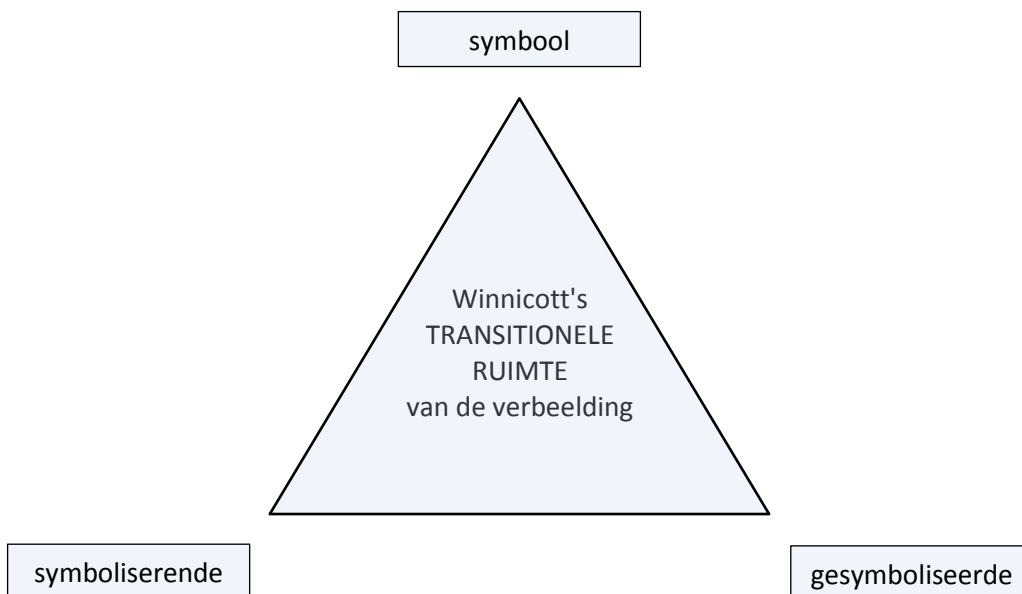
---

<sup>78</sup> Zock, H. (2007). *Niet van deze wereld? Geestelijke verzorging en zingeving vanuit godsdienstpsychologisch perspectief*. Tilburg: KSGV. p. 25-26.

<sup>79</sup> Delver, J. (2007). Religieuze identiteit in meervoud. Over de persoonlijke identiteit van geestelijk verzorgers. *Tijdschrift Geestelijke Verzorging*, 42, 43-50. p. 47-50.

<sup>80</sup> Veltkamp, H.J. (2009). Domein, identiteit en passie van de geestelijke verzorging. In J. Doolaard (Red.), *Nieuw handboek geestelijke verzorging* (2e druk, pp. 147-159). Kampen: Kok. p. 155-156.

<sup>81</sup> Ogden, 1986, p. 225.



Figuur 4.1 Winnicott's transitionele ruimte

Winnicott's *potential space* kan in lijn hiermee gedefinieerd worden als de ruimtelijke driehoek tussen de symboliserende, het gesymboliseerde en het symbool (zie Figuur 4.1). Vanuit een veilige gehechtheidsrelatie met de moeder dient voldoende basisvertrouwen ontwikkeld te zijn om deze reflectieve ruimte ontdekkend open te houden.<sup>82</sup> Zolang de angst ondergeschikt is aan het vertrouwen zal op basis van deze transitionele ruimte steeds een creatieve verkenningsdrang aanwezig zijn.<sup>83</sup>

In de begeleiding bij het zoeken naar persoonlijke waarden en hulpbronnen zal de psychodynamisch werkend GV-er zich richten op het open houden van de transitionele ruimte. Want alleen in deze transitionele ruimte kunnen binnen- en buitenwereld, en subjectieve en objectieve aspecten opbouwend op elkaar inwerken.<sup>84</sup> De wisselwerking tussen actuele aspecten uit het eigen levensverhaal en de door de GV-er gefaciliteerde symboliek en ritualiteit nodigt uit tot het vergroten van deze transitionele ruimte.<sup>85</sup> Hierin kunnen alledaagse hulpbronnen verkend worden, maar ook de hulpbronnen uit het overkoepelende wereldbeeld en Godsbeeld kunnen verkend en aangesproken worden.

Jongsma-Tieleman duidt de hierboven omschreven rol van de GV-er als het meespelen van 'het spel van de verbeelding'. Hierin stapt de GV-er met de ander in de overlap van zijn of haar subjectieve projecties met de objectieve realiteit waar de ander zich mee geconfronteerd ziet.<sup>86</sup> Dit meespelen in de gerichtheid op de transitionele ruimte van de ander klinkt mogelijk conformistisch. Maar wanneer de GV-er door de ander wordt toegelaten in een onderlinge vertrouwensrelatie, kan er een wisselwerking ontstaan waarin juist ook de GV-er veel kan inbrengen. De GV-er zal onvermijdelijk ook de eigen persoon meebrengen in deze

<sup>82</sup> Ogden, 1986, p. 226.

<sup>83</sup> Winnicott, 2005, p. 75.

<sup>84</sup> Zock, H. (1997). Religie als transitioneel fenomeen: Het belang van D.W. Winnicott voor de godsdienstpsychologie. *Nederlands Theologisch Tijdschrift*, 51, 31-48. p. 36.

<sup>85</sup> Jongsma-Tieleman, 2002, p. 37.

<sup>86</sup> Jongsma-Tieleman, 1996, p. 107.

vertrouwensrelatie. Daarmee wordt in deze relatie een transitioneel object aangereikt, dat de ander mogelijkheden biedt de eigen identiteit te toetsen en te vormen.

Deze vertrouwensrelatie biedt vervolgens ook andere mogelijkheden tot vorming. Zo is het gevoelsleven over het algemeen rijker dan het taalvermogen. In een nog woordeloze vertrouwensrelatie kunnen deze gevoelens alvast non-verbaal verkend worden. Alleen de bewustwording van gevoelens kan daarbij al dienen als een eerste bron van vorming en betekenisgeving. En herkenning van gevoelens in door de GV-er teruggegeven metaforische taal kan bijdragen aan verdere zingeving.<sup>87</sup>

In lijn met metaforische taal kunnen ook rituelen een vormende, transformerende uitwerking hebben. Wanneer de GV-er de ander meeneemt in een rituele handeling als bijvoorbeeld het verbranden van een handgeschreven herinnering, kan symbolisch alvast een vrijheid present gesteld die daarna verder eigen gemaakt kan worden en daarmee kan doorgroeien in het eigen werkelijkheidsbesef.<sup>88</sup>

Steeds wordt door de GV-er bij het faciliteren van dit spel in de transitionele ruimte gestreefd naar het samenbrengen van primaire emoties en cognitieve overtuigingen. In de persoonlijke verbeeldingsruimte kan veilig geëxperimenteerd worden met de persoonlijke overtuigingen en in het verlengde daarvan met de identiteit van de eigen persoon. Dit kan leiden tot de heropening van levensgebieden die na te beangstigende ervaringen afgesloten werden, bijvoorbeeld het opnieuw durven aangaan van een relatie na een ervaring met huiselijk geweld. Maar het kan ook helpen datgene af te sluiten wat vanuit de huidige realiteit niet meer tot de mogelijkheden behoort, bijvoorbeeld wanneer na een ongeluk een geliefde hobby fysiek te zwaar blijkt om deze nog te kunnen uitoefenen.

Zowel het openen van nieuwe perspectieven als het afscheid nemen van niet langer realistische perspectieven werkt vormend en stabiliserend op de eigen identiteit. Symbolisering kan daarbij een brugfunctie vervullen in het verbinden van verleden, heden en toekomst. Ook verstevigen symbolen de brug met de eigen sociale context en met belangrijke anderen daarin.<sup>89</sup> Ten slotte biedt de illusionaire wereld van de symbolen de opening naar Godsdienst en de bijbehorende ideologische toewijding. Deze ideologie kan vervolgens heilzaam belonen door het toevoegen van normen, waarden en idealen aan de eigen persoonlijke identiteit.<sup>90</sup> Jesaja's vertrouwensvolle profetie over Sion boven dit hoofdstuk kan dienen als illustratie voor dit aanreiken van houvast dat na persoonlijke toe-eigening in staat kan zijn steun en troost te bieden.

Vanuit een psychodynamische benadering zal de GV-er steeds in het bijzonder op zoek zijn naar mogelijkheden om het verbeeldingsvermogen te verruimen. Metaforische taal en praktische rituelen maar ook de taal van de stilte in een opgebouwde vertrouwensrelatie kunnen door de GV-er aangewend worden om uit te nodigen tot de verkenning van de ervaringsdimensie van de transitionele ruimte. In deze transitionele ruimte kan worden gespeeld met het opgenomen zijn in tijd, in eigen ervaring, in eigen sociale netwerken en in eigen levensbeschouwelijke kaders.<sup>91</sup> De volgende paragraaf verkent deze psychologische concepten, de begrippen en principes, waarvan de psychodynamische GV zich kan bedienen in de benadering van trauma en PTSS.

---

<sup>87</sup> McDargh, J. (1992). The deep structure of religious representations. In M. Finn, & J. Gartner (Ed.), *Object relations theory and religion. Clinical applications* (pp. 1-19). Westport: Praeger. p. 5-6.

<sup>88</sup> Jongsma-Tieleman, 2002, p. 25.

<sup>89</sup> Jongsma-Tieleman, 2002, p. 60.

<sup>90</sup> Jongsma-Tieleman, 2002, p. 113.

<sup>91</sup> Mooren, J.H.M. (2011/2012). *Verbeelding en bestaansoriëntatie*. Utrecht: De Graaff. p. 134.



### 4.3 Gerubriceerde psychologische concepten vanuit psychodynamische GV

Wanneer de basisaannames van Janoff-Bulman onderuit zijn gehaald door trauma, verliest ook het vertrouwde betekenisconstruct zijn fundament. De GV is gewend aan te sluiten bij het persoonlijke betekenisconstruct en kan daarmee specifieke ingangen bieden in de benadering van PTSS.

De drie rubrieken waarin de concepten binnen de aanpak van psychodynamische GV in deze paragraaf zullen worden ingedeeld, zijn de rol van de behandelrelatie, het model van de gehanteerde verbeeldingsruimte en de beoogde wegen naar herstel.

#### 4.3.1 De behandelrelatie

De behandelrelatie leunt in de psychodynamische GV sterk op het concept van de *vertrouwensrelatie* die aangegaan kan worden met de GV-er. Deze GV-er is vanuit de eigen ervaring bekend met vertrouwelijke gesprekken op existentieel niveau, en met de veilige kaders en de structuur die nodig zijn om deze gesprekken te kunnen faciliteren. Deze *veiligheid* en *structuur* kunnen als ondersteunende concepten worden gezien van het concept van de vertrouwensrelatie.

Juist de veiligheid en structuur die de stabiele getuige van de GV-er wil bieden, zijn essentieel voor het opnieuw leren aangaan van contacten na het doormaken van een traumatische gebeurtenis. De vertrouwensrelatie met de GV-er kan ruimte bieden voor het verkennen van de doorgemaakte ervaringen en voor het verkennen van het wereld- en Godsbeeld. Hierin kan de GV ingangen proberen te geven tot het opnieuw in de praktijk ontmoeten van de waarden achter Janoff-Bulman's basisaannames. En indirect kan hiermee zelfs een nieuwe basis worden gevormd voor een herstellende blik op de wereld.<sup>92</sup>

Jongsma-Tieleman werkt de behandelrelatie verder uit aan de hand van de psychodynamische concepten van *holding*, de *verzorgende als transitioneel object* en *containment*. Ontwikkelingspsychologisch staat *holding* in de eerste plaats voor het zorgzaam vasthouden van de baby en in het verlengde daarvan metaforisch ook voor de totale zorg voor het jonge kind. Maar ook richting de volwassenheid blijft het begrip *holding* het bieden van vaste grond en veiligheid vertegenwoordigen. Het jonge kind vindt in de transitionele objecten die de ouders vertegenwoordigen vaste grond tijdens de eigen emotionele uitbarstingen. Dat de ouders hierbij zichzelf blijven, geeft het kind het vertrouwen dat de eigen angsten en emoties uiteindelijk geen onbegrensde uitwerkingen zullen hebben.<sup>93</sup>

Op dezelfde manier kan ook de GV-er via het concept van *holding* de overtuiging overbrengen dat er onverwachts toch een ruimte bestaat waarin veilig omgegaan kan worden met de ongenueanceerde angst of boosheid die gepaard kan gaan met trauma. De GV-er zal daarvoor inzicht moeten hebben in de afweermechanismen die hierbij aan de orde kunnen komen. Na de heftige ontmoeting met het kwade in de traumatische ervaring zal de neiging kunnen bestaan terug te grijpen naar primitieve afweermechanismen als splitsing en projectieve identificatie.<sup>94</sup> Ook projectie, introjectie en ontkenning zijn bekende

---

<sup>92</sup> Janoff-Bulman, 1992, p. 162.

<sup>93</sup> Jongsma-Tieleman, 1996, p. 26.

<sup>94</sup> Cullberg, 2009, p. 129-130.

afweermechanismen waarmee het kwaad een ingekapselde plaats toebedeeld krijgt, zodat overgebleven gebieden als veilig kunnen worden bestempeld.<sup>95</sup>

Voor de psychodynamische benadering van GV is het hierbij van belang om oog te hebben voor deze afweermechanismen en ze in het kader van de vertrouwensrelatie te herkennen. Maar anders dan de psychotherapeut zal de GV-er niet continu op deze afweermechanismen inspelen. De rol van de GV-er bestaat eerder uit het empathisch, maar vooral ook evenwichtig standhouden. Alleen al van deze geboden stabiliteit kan een belangrijke psychodynamische werking uitgaan.

Dit kan het vertrouwen helpen herstellen dat het emoties betreft die vanuit het perspectief van een ander blijkbaar toch als hanteerbaar kunnen worden ervaren. De holding-relatie biedt daarmee een plaats voor emoties van angst en agressie die voor de getraumatiseerde persoon zelf nog niet hanteerbaar waren. Vanuit de passie voor heelheid van de mens zal holding vanuit de GV daarbij ook de heelheid van de ander willen bevestigen. Deze heelheid omvat zelfs de beschadigingen van die ander. Holding bevestigt daarmee die ander in de totaliteit van bestaan en continuïteit, ook door het trauma heen.<sup>96</sup>

In hoofdstuk 3 is uiteengezet hoe primitieve afweermechanismen uit zijn op het vernietigen van de weerbarstige objecten van de realistische buitenwereld. Ook bleek hier al dat juist het standhouden van het object bijdraagt aan de vorming van het subject.<sup>97</sup> Door bekendheid met de psychodynamische achtergronden weet de *GV-er als transitioneel object* stand te houden in de uiting van de heftige emoties die met het trauma gepaard gaan.

Door het standhouden van de GV-er bij het uiten van heftige emoties kan de GV-er voor de ander functioneren als transitioneel object. Vervolgens kan vanuit een vertrouwensrelatie die hieruit ontstaat samen gezocht worden naar wegen om de emoties binnen de transitionele ruimte van de getraumatiseerde persoon te leren nuanceren.

Hiermee verschuift de focus van het concept van *holding* via het concept van de *GV-er als transitioneel object* naar het gerelateerde psychodynamische concept van *containment*. Wanneer emoties of de achterliggende traumatische feiten nog niet hanteerbaar zijn, kunnen ze in brokjes gedeeld worden met de GV-er die ze opvangt en accepteert.<sup>98</sup> Met het herstellen van het eigen basisvertrouwen kunnen deze herinneringen vervolgens alsnog worden opgenomen in het eigen levensverhaal.<sup>99</sup>

Met de accentverschuiving van holding naar containment zal de GV-er meer een spiegelrol krijgen. Onhanteerbare emoties kunnen in vertrouwen worden ondergebracht bij de GV-er. Daarmee worden ze onderdeel van een gedeelde realiteit, waarin ook het perspectief van de GV-er op deze emoties meetelt. Wanneer de GV-er de emoties die in het contact terug worden gegeven rustig weet te doseren, kan dit de ander uitnodigen deze emoties stap voor stap toe te laten binnen een groeiend reflectievermogen.<sup>100</sup>

---

<sup>95</sup> Ogden, 1986, p. 45.

<sup>96</sup> Ogden, T.H. (2004). On holding and containing, being and dreaming. *The International Journal of Psychoanalysis*, 85, 1349-1364, p. 1350.

<sup>97</sup> Winnicott, 2005, p. 120-121, 126.

<sup>98</sup> Cullberg, 2009, p. 542. Hoewel Cullberg hier voor het begrip *containment* naar Bion's *container contained* verwijst, benadert zijn uitwerking de in het kader van deze scriptie bedoelde visie die aansluit bij de ideeën van Winnicott.

<sup>99</sup> Allen, 2005, p. 31.

<sup>100</sup> Allen, 2005, p. 30, 51.

### 4.3.2 Het model van de verbeeldingsruimte

Emoties als schuld en schaamte kunnen na trauma de toegang tot de eigen herinnering blokkeren.<sup>101</sup> Maar een groeiende vertrouwensrelatie op basis van holding en containment kan deze blokkades helpen doorbreken. Door gedoseerd ruimte te bieden aan deze emoties kan uitgenodigd worden tot het erkennen en stap voor stap bespreekbaar maken van deze emoties. Naast zichzelf als vertrouwensfiguur brengt de GV-er daartoe ook zijn vertrouwde mee op het gebied van existentiële thema's en op het gebied van het 'onuitsprekelijke'.

Winnicott's model van de *transitionele ruimte* tussen de symboliserende, het gesymboliseerde en het symbool is herkend als een binnen de psychodynamische GV gehanteerd model van de verbeeldingsruimte. Metaforische taal, religieuze verhalen en ritualiteit zullen daarbij wegens blijken te zijn waarmee de GV-er uitnodigt tot het heropenen van deze transitionele ruimte. Trauma kan de transitionele ruimte verkleinen en daarmee het verbeeldingsvermogen blokkeren. Maar vanuit een vertrouwensrelatie kan de metaforische taal van de GV toch een uitnodiging bieden om deze transitionele ruimte open te stellen. De metafoor maakt daarbij datgene wat niet rechtstreeks toegankelijk is toch benoembaar.<sup>102</sup>

In de vorige paragraaf is hiervoor Jongsma-Tieleman's uitdrukking van het meespelen van 'het spel van de verbeelding' aangehaald.<sup>103</sup> Hierin faciliteert de GV-er datgene wat de 'illusionaire wereld' van de ander zou kunnen doen openen. Door het nemen van afstand ten opzichte van zowel de eenzijdige binnenwereld als de eenzijdige buitenwereld ontstaat er verwerkingsruimte in een tussenwereld. Dit is de ruimte waarin symboliek en ritualiteit betekenisvolle bruggen kunnen slaan tussen die binnen- en buitenwereld. Ook het eigen bestaansontwerp dat vorm krijgt in het wereld- en Godsbeeld kan hierin opnieuw worden geëvalueerd en gestructureerd, met inweving van het trauma.<sup>104</sup>

In de traumatische gebeurtenis heeft het onbestaanbare wat nooit had mogen gebeuren, toch plaatsgevonden. Hiermee is er niet alleen sprake van psychotrauma, maar ook van existentieel trauma.<sup>105</sup> Elie Wiesel toont dit bijvoorbeeld in de reflectie op de eerste indrukken die hij opdeed in Auschwitz.

*'Nooit zal ik die nacht vergeten, de eerste nacht in het kamp, die mijn leven heeft veranderd in één lange, zevenmaal vergrendelde nacht. Nooit zal ik die rook vergeten. Nooit zal ik de gezichtjes vergeten van de kinderen van wie ik de lijfjes in rookpluimen zag veranderen onder een stille, helblauwe hemel. Nooit zal ik die vlammen vergeten die mijn geloof voorgoed verteerden. Nooit zal ik die nachtelijke stilte vergeten die me voor eeuwig het verlangen om te leven heeft ontnomen. Nooit zal ik die ogenblikken vergeten die mijn God en mijn ziel vermoordden, en mijn dromen in as veranderden. Nooit zal ik deze dingen vergeten, ook al was ik gedoemd even lang te leven als God zelf. Nooit.'*<sup>106</sup>

De GV-er die bedacht is op de aanwezigheid van existentiële trauma's kan de gedachten richten op de morele dimensie. Het besef van een ethisch oordeel over intermenselijk geweld

<sup>101</sup> Allen, 2005, p. 70, 255.

<sup>102</sup> Janoff-Bulman, 1992, p. 59-61.

<sup>103</sup> Jongsma-Tieleman, 1996, p. 107.

<sup>104</sup> Muthert, & Schaap-Jonker, 2015, p. 57.

<sup>105</sup> Allen, 2005, p. 287, 288.

<sup>106</sup> Wiesel, 2006, p. 57.

roept de agressor ter verantwoording en geeft erkenning aan het slachtoffer.<sup>107</sup> Deze weigering van het onacceptabele en zinloze kan na trauma opnieuw eigen gemaakt worden aan de hand van aansluitende religieuze verhalen. De hierin herkende afkeuring van het onrecht kan daarmee een nieuwe bron van hoop bieden.<sup>108</sup>

Middenin de verschrikking en depressie van het trauma kan het verbeeldingsvermogen nog ontoereikend zijn om deze hoop te kunnen aangrijpen. Maar in de vertrouwensrelatie kan de GV-er dan deze hoop vertegenwoordigen. De vanuit de vertrouwensrelatie 'geleende hoop' kan zo een begin vormen van intrinsieke, duurzame hoop in de ander zelf.<sup>109</sup> Deze vernieuwde houding van hoop baseert zich niet alleen op feiten uit de realiteit, maar ook op de betekenis die herkend wordt achter die feiten.<sup>110</sup> Betekenisgeving kan zo de brug slaan van een gedesintegreerd naar een geherintegreerd bestaansontwerp.

### 4.3.3 *Wegen naar herstel*

Op verwerking en integratie kan in de psychodynamische GV aangestuurd worden vanuit het concept van het *versterken van de religieuze copingvermogens*. Religieuze coping vanuit het persoonlijke 'meaning-belief system' kan een mogelijke uitweg bieden uit het vangnet van trauma en herbeleving.<sup>111</sup> De GV-er weet uit te nodigen in dit levensbeschouwelijke domein, kan hier een luisterend oor bieden en weet hier ook behulpzame, verkennende vragen te stellen. De metaforische taal van het levensbeschouwelijke terrein doet een appèl op het persoonlijke verbeeldingsvermogen en kan van daaruit ondersteunen bij het heroveren van een plaats in het eigen bestaansontwerp.

In ritualiteit kunnen belangrijke thema's uit het meaning-belief system, zoals relaties of vrijheid, tastbaar present gesteld worden. Door deze thema's die betrekking hebben op het eigen leven te ervaren vanuit het perspectief van het ritueel kunnen oude existentiële waarden geëvalueerd worden en nieuwe waarden gecreëerd. Vanuit de samenhang tussen deze re-valuation van oude waarden en re-creation van nieuwe waarden kunnen openingen ontstaan voor het opbouwen van een bestaansontwerp waarin het trauma is geïntegreerd.<sup>112</sup>

Bovenstaande versterking van de copingmogelijkheden kan gezien worden als de opmaat naar een herintegratie van het bestaansontwerp. In de herbeoordeling van het bestaansontwerp in het licht van het doorgemaakte trauma, vormt de herwaardering van het trauma het paradoxale begin van nieuwe betekenisgeving. De versplinterde basisaannames zullen vanaf de grond opnieuw moeten worden opgebouwd.<sup>113</sup> Met dit herschrijven van de rode draad van het eigen levensverhaal wordt het eigen auteurschap dat met het trauma verloren ging opnieuw opgeëist.<sup>114</sup> Het trauma wordt met het hernemen van het auteurschap niet weggeschreven, maar vormt vanaf hier juist een identiteitsbepalende factor. Wanneer de

---

<sup>107</sup> Ganzevoort, R.R. (2005). Als de grondslagen vernield zijn... Over trauma, religie en pastoraat. *Praktische Theologie*, 32, 344-361, p. 51-52.

<sup>108</sup> Allen, 2005, p. 291.

<sup>109</sup> Allen, 2005, p. 292-293.

<sup>110</sup> Allen, 2005, p. 283.

<sup>111</sup> Pieper, 2012, p. 142.

<sup>112</sup> Pargament, K.I. (1997). *The psychology of religion and coping. Theory, research, practice*. New York: Guilford Press. p. 270.

<sup>113</sup> Janoff-Bulman, 1992, p. 118.

<sup>114</sup> Ganzevoort, R.R. (1998). Religious coping reconsidered. Part two: a narrative reformulation. *Journal of psychology and theology*, 26, 276-286, p. 280.

interruptie van het trauma te boven is gekomen, versterkt het trauma daarmee juist de persoonlijke continuïteit.<sup>115</sup>

Wanneer het persoonlijke verbeeldingsvermogen ruimte heeft kunnen hervinden voor bovenstaande verwerkingsstappen van het trauma, dan zal de traumatische gebeurtenis zich kunnen aandienen als een onverwachte bron van kracht, hoop en levenswijsheid. Het gaat hierbij om een volwassen wijsheid die enerzijds gekleurd kan zijn door melancholie, maar anderzijds bewuster weet te genieten van het goede.<sup>116</sup> Het leren leven met de eigen afhankelijkheid en kwetsbaarheid kan indirect ook leiden tot het overwinnen van de schuld en schaamte die met trauma gepaard kunnen gaan.<sup>117</sup> Juist de erkenning van de beperkingen van het menselijk bestaan onderstrepen de kracht van het persoonlijke levensverhaal waarin het trauma een genuanceerde plaats heeft toebedeeld gekregen.<sup>118</sup>

#### 4.4 Samenvatting

In dit hoofdstuk zijn de psychologische concepten en principes gerubriceerd waarmee de psychodynamische benadering van GV gebruik wil maken van het verbeeldingsvermogen in de benadering van PTSS. De volgende begrippen en principes bleken op het vakgebied van de GV van toepassing.

Ten eerste kunnen vanuit de behandelrelatie de concepten worden onderscheiden van de *vertrouensrelatie* met de persoon van de GV-er en de hierbij ondersteunende concepten van *veiligheid* en *structuur*. De ander mag in deze *vertrouensrelatie* vertrouwen op het ontmoeten van begrip bij aanwezige existentiële problematiek.

Ook voorziet de behandelrelatie van de psychodynamische GV in een grond voor herstellend basisvertrouwen vanuit de concepten van *holding*, *containment* en de *verzorgende als transitioneel object*. Rond trauma en PTSS kan sprake zijn van ongenuanceerde afweermechanismen. Anders dan de gespecialiseerde psychotherapeut zal de GV-er niet rechtstreeks worstelen met deze afweermechanismen, maar ze beantwoorden met een stabiele *holding* omgeving waarin een veilige plaats wordt geboden voor achterliggende existentiële problematiek. Zo kunnen onoplosbare conflicten rond leven en dood, goed en kwaad veilig geuit en achtergelaten worden bij de GV-er. Vanuit het in het verlengde liggende concept van *containment* kunnen hanteerbare brokjes teruggegeven worden ter opbouw van het levensverhaal van de ander. In de worsteling hiermee kan de GV-er in lijn met de rol van vertrouwenspersoon ook een rol vervullen als *transitioneel object*.

Ten tweede is als model van de verbeeldingsruimte binnen psychodynamische GV het concept van de *transitionele ruimte* onderscheiden. Na trauma kan bijvoorbeeld uitgenodigd worden tot het heropenen van de verbeeldende transitionele ruimte vanuit de voor de GV-er vertrouwde gebieden van metaforische taal en ritualiteit. In het 'lenen van hoop' en het 'meespelen van het spel van de verbeelding' kan de GV-er aansluitende symboliek proberen aan te reiken.

Zo kunnen religieuze verhalen na trauma ondersteunen bij het herstel van het besef van goed en kwaad. Dit kan vervolgens doorwerken in aan het trauma gerelateerde emoties van schuld en schaamte. In het verlengde hiervan kan ook ritualiteit veilige kaders bieden voor

---

<sup>115</sup> Ganzevoort, 2014, p. 31.

<sup>116</sup> Janoff-Bulman, 1992, p. 175.

<sup>117</sup> Allen, 2005, p. 71.

<sup>118</sup> Janoff-Bulman, 1992, p. 175.

verkenningen binnen de eigen transitionele ruimte. In het ritueel worden abstracte, existentiële levensthema's symbolisch present gesteld. De presentie van het ritueel in de realistische wereld biedt houvast en waarborg van het gerepresenteerde. Zo kan het verbranden van een symbolisch geladen voorwerp banden helpen verbreken met het verleden. En verschillende rituelen waarbij water wordt ingezet getuigen van reiniging of een doorgang naar een nieuwe periode.

Ten derde is als weg naar herstel binnen psychodynamische GV het concept van het *versterken van de religieuze copingvermogens* onderscheiden. Versterking van de religieuze copingvermogens kan zichtbaar invulling krijgen vanuit bovenstaande ritualiteit. De veilige kaders van de culturele en sociale context waarin rituelen opgenomen kunnen zijn, kunnen faciliteren bij re-valuation en re-creation van belangrijke persoonlijke waarden en overtuigingen. Resonantie op het niveau van het persoonlijke verbeeldingsvermogen kan nieuwe perspectieven bieden op de eigen situatie en op de plaats van het trauma daarin. Het helpen erkennen van de met trauma gepaard gaande verliezen en het ondersteunen bij rouwverwerking kunnen hierbij specifieke taken voor de GV-er zijn.

Een uiteindelijke inweving van het trauma in het persoonlijke wereld- en Godsbeeld zal de persoonlijke identiteit en continuïteit bevestigen. De psychodynamisch werkend GV-er kan dienen als aanmoedigende getuige bij dit herbouwen van het persoonlijke betekenisconstruct.

| *'The courage to be is rooted in the God who appears when God has disappeared in the anxiety of doubt.'* - Paul Tillich<sup>119</sup>

---

<sup>119</sup> P. Tillich. (1973). *The courage to be*. Glasgow: Fontana. p. 183.

## Hoofdstuk 5 Ingangen tot het verbeeldingsvermogen bij vaktherapie

'Pain is essential. Often I cannot avoid it. Therefore all one can do is redeem it; and the only way to redeem it is through literature, art, poetry, music.' - Elie Wiesel, overlevende Auschwitz

In hoofdstuk 4 zijn het vertrekpunt van de psychodynamische GV-benadering van trauma en de achterliggende psychologische concepten uitgewerkt. Hoofdstuk 5 zal dezelfde opbouw volgen bij de verkenning van de vaktherapeutische benadering van trauma. Na de inleiding in het vakgebied van de vaktherapie zal worden onderzocht welke rol het thema verbeelding speelt in de vaktherapie. Ten slotte worden ook hier die psychologische concepten van deze benadering besproken die zich richten op het heropenen van de verbeeldingsruimte na trauma.

### 5.1 De vaktherapie, achtergrond en werkwijze

De term 'vaktherapie' staat voor de verzameling van verschillende vormen van creatieve therapie. Vaktherapie vormt daarmee het cluster van de beeldende therapie, muziektherapie, psychomotorische therapie, danstherapie en dramatherapie.<sup>120</sup> De Engelstalige benaming 'art therapy' benadrukt het werkingsproces vanuit een artistiek medium. De vaktherapeut combineert de beheersing van één of meer van deze media met kennis uit de ontwikkelingspsychologie en eventueel aanvullende andere psychologische stromingen. Vanuit deze combinatie kan de vaktherapeut aan de cliënt een mogelijk behulpzaam medium aanreiken. Een medium als bijvoorbeeld verf of muziek kan gevoelens en gedachten aan het licht brengen waarop vervolgens indien gewenst verbaal gereflecteerd kan worden.<sup>121</sup>

Terwijl psychotherapie in de regel uitgaat van het verbale contact, onderscheidt vaktherapie zich door juist de non-verbale communicatie als uitgangspunt te nemen. De therapie is gebaseerd op handelingen en de daarmee samenhangende emoties en ervaringen. De handelingen vinden plaats in direct contact met het gekozen creatieve medium en in wisselwerking met de aanwezige vaktherapeut. Deze dynamische verhouding tussen cliënt, mediumactiviteit en vaktherapeut staat bekend als de creatieftherapeutische driehoek.<sup>122</sup>

De vaktherapeut is thuis op het gebied van het eigen medium en zal de cliënt in dit gebied uitnodigen. Concreet betekent dit dat er bijvoorbeeld een beeldende techniek aangeboden wordt of een specifieke muzikale werkvorm. Wanneer de cliënt op het aanbod ingaat, komt de driezijdige relatie tot stand tussen de cliënt, de therapeut en het medium. Deze zogenaamde creatieftherapeutische driehoek vormt de rechtstreekse basis voor zowel de diagnose als de behandeling. De vaktherapeut zal om die reden anders participeren dan de cliënt. Terwijl de cliënt volledig kan opgaan in het creatieve spel, zal de vaktherapeut regelmatig afstand nemen tot de creatieftherapeutische driehoek om ook op meta-niveau het proces te kunnen begeleiden. Aansluiting bij de problematiek of zelfs aansluiting bij de

<sup>120</sup> Schweizer, C. (Red.). (2009). *Handboek beeldende therapie. Uit de verf*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum. p. 25.

<sup>121</sup> The American Art Therapy Association. (z.d.). *What is art therapy?* Geraadpleegd op 12 februari 2016, van <http://arttherapy.org/aata-aboutus/>

<sup>122</sup> Schweizer, 2009, p. 28, 78.



stoornis, verkenning van de hulpvraag en de behandeling zelf kunnen op deze manier parallel vorm krijgen.<sup>123,124</sup>

De creatieftherapeutische driehoek blijkt hiermee te voorzien in een ruimte om onzegbare emoties als angst en pijn toch te kunnen delen. Kunstvormen sluiten hiertoe aan bij een intuïtieve belevingslaag die sterk leunt op lichamelijke ervaringen.<sup>125</sup> Vaktherapie is daarmee in de eerste plaats een non-verbale therapie. Verbale reflectie is vervangen door of ondersteunend aan de communicatie binnen de creatieftherapeutische driehoek.<sup>126</sup>

De ondersteuningsfunctie van verbale reflectieprocessen kan bijvoorbeeld vorm krijgen in de evaluatie van de artistieke producten. Op het moment van vormgeving in de creatieftherapeutische driehoek kunnen woordeloze ervaringen ontsloten worden vanuit de flow die de directe verbinding met het medium kan veroorzaken. Maar ook na het moment van vormgeving biedt het werkstuk verschillende mogelijkheden voor herstel van verbindingen. In de eerste plaats toont het werkstuk de eigen vormgevingscapaciteiten, waarmee de verbinding met het zelf en met de eigen emoties bevestigd wordt. Daarnaast biedt het werkstuk mogelijkheden om diverse momenten in de tijd in één beeld te vangen, waarmee nieuwe inzichten kunnen ontstaan in onderlinge verbanden.<sup>127</sup> Ten slotte kan het werkstuk de herkenning en erkenning van verhalen en emoties helpen overbrengen op verwanten, waarmee aan herstel van de verbinding met het sociale netwerk kan worden gewerkt.<sup>128</sup>

## 5.2 Verbeelding in de vaktherapie

In hoofdstuk 4 is de vorm van het verbeeldingsvermogen verkend waarlangs de psychodynamische GV-benadering streeft naar ervaringen, reflectievermogen en integratie van de identiteit. Centraal hierbij stond het open houden van Winnicott's transitionele ruimte. Verwerking in de illusionaire wereld bleek slechts mogelijk bij het aanwezig zijn van het vermogen om de driehoek tussen de symboliserende, het gesymboliseerde en het symbool open te houden. De vorige paragraaf over vaktherapie introduceerde naast bovengenoemde driehoek de creatieftherapeutische driehoek. Opvallend is dat het model van deze methodiek geen voorwaarden lijkt te stellen op het vlak van het verbeeldingsvermogen.

Het artistieke medium van de vaktherapie lijkt de deelnemers automatisch te betrekken in de creatieftherapeutische driehoek. De gevoeligheid voor esthetiek en het streven naar schoonheid zou een onderscheidende karaktertrek zijn van de mens, waar niet aan te ontsnappen valt.<sup>129</sup> Als voorbeeld kan de participerende muziektherapie dienen. Hierbij zet de vaktherapeut de basislijn van de muziek neer, waarbij de aanwezige cliënt of cliënten ieder met hun eigen instrument klanken en ritmes toevoegen. Het op die manier ingaan of zelfs

<sup>123</sup> Schweizer, 2009, p. 78-80.

<sup>124</sup> Smeijsters, H. (Red.). (2006). *Handboek muziektherapie. Evidence based practice voor de behandeling van psychische stoornissen, problemen en beperkingen*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum. p. 147-148.

<sup>125</sup> Schweizer, 2009, p. 68.

<sup>126</sup> Meijer-Degen, F. (2014). Exploring art therapy in conflict areas. *Tijdschrift voor vaktherapie*, 2, 61-66, p. 62.

<sup>127</sup> Meijer-Degen, 2014, p. 62.

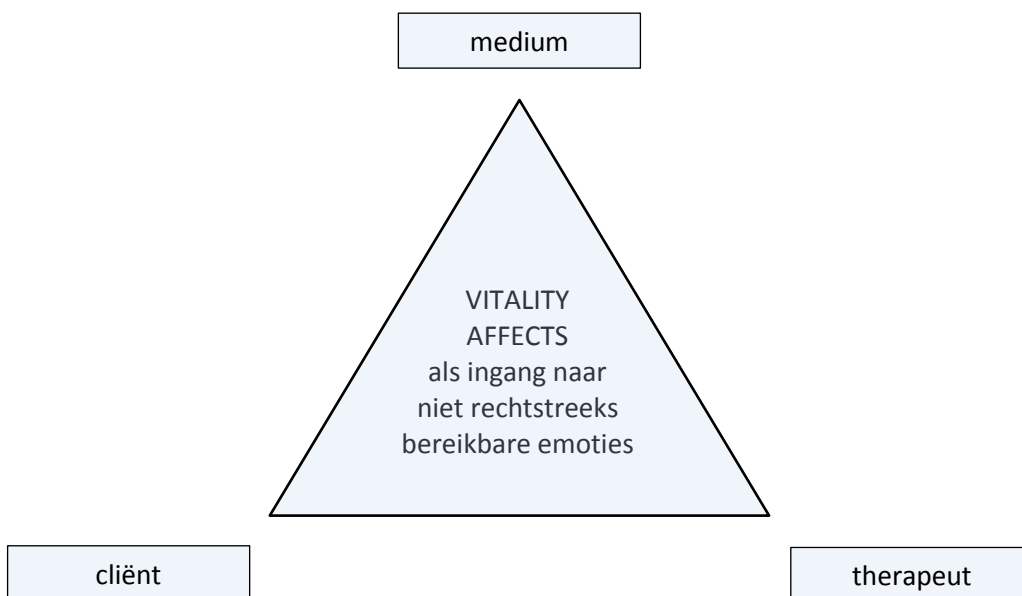
<sup>128</sup> Bogert, C. van den. (2014). Psychotrauma in beeld, klank en beweging. Interview met vaktherapeuten binnen Centrum '45. *Tijdschrift voor vaktherapie*, 2, 67-71, p. 70.

<sup>129</sup> Gaston, E.T. (Ed.). (1968). *Music in therapy*. New York: Macmillan Company. p. 15, 22.

opgaan in de muziek kan bijvoorbeeld een activerende of juist rustgevende uitwerking hebben. Maar minstens zo belangrijk is dat de muziek de deelnemers betreft op hun sociale context.

Zonder enig sensorisch vermogen zou de mens veroordeeld zijn tot de eigen geïsoleerde binnenwereld. Daartegenover betreft de muzieksessie de deelnemers in dit voorbeeld in de interactie op elkaar.<sup>130,131</sup> De positie die ingenomen wordt in de muzikale compositie en in de groep wordt onderstreept door de eigen fysieke positie in het muzieklokaal en de ruimte die daarmee ingenomen wordt. Muziek gunt alle deelnemers een plek en daagt uit om positie in te nemen. In het verlengde hiervan moedigt de muziek de aanwezigen aan ook te stappen in de eigen persoonlijke dynamiek van groei en verandering.<sup>132</sup>

De aanwezigheid in het therapielokaal zal deelnemers daarmee automatisch betrekken in de sfeer die ritme, klank en de interactie met anderen bij de eigen persoon zal oproepen. Het is belangrijk deze in de creatieftherapeutische driehoek ervaren sfeer te onderscheiden van concrete emoties. De hier bedoelde sfeer wordt in de theorie van de vaktherapie aangeduid met het geheel van de persoonlijke 'vitality affects'. Dit begrip staat voor de vlagen van gevoelsenergie die de basis vormen van de zelfervaring. Bij jonge kinderen is deze grondtoon van de emoties eenvoudiger af te lezen dan bij volwassenen. De lichaamstaal van het kind voorspelt daardoor vaak al welke mogelijke emoties in welke mate tot uitbarsting zouden kunnen komen. Bij volwassenen zijn de vitality affects in meer gedempte mate aanwezig. Ze zijn daarmee minder eenvoudig in te schatten, zowel voor buitenstaanders als voor de persoon zelf. Maar het appèl dat uitgaat van een creatief medium kan deelnemers aan vaktherapie helpen bij het leren kennen van de eigen vitality affects (zie Figuur 5.1).<sup>133</sup>



Figuur 5.1 Vitality affects in de creatieftherapeutische driehoek

<sup>130</sup> Gaston, 1968, p. 13.

<sup>131</sup> Smeijsters, 2006, p. 108.

<sup>132</sup> Gaston, 1968, p. 26.

<sup>133</sup> Schweizer, 2009, p. 65, 196-197.

Het open staan voor de zogeheten 'affectstromen' vanuit het artistieke medium roept per individu unieke lijfelijke resonanties op. Welke sfeer het artistieke medium bij iemand oproept is daarbij sterk afhankelijk van de ervaren analogieën op het niveau van de eigen vitality affects. Het intuïtieve karakter van deze analogieën illustreert het verschil met de gangbaarder vormen van analogie waarvan bijvoorbeeld sprake is bij het gedachteproces van bewuste symbolische verwijzingen. De analogieën met de persoonlijke vitality affects komen namelijk vooral tot stand op basis van het pre-verbale lichamelijke bewustzijn. Zo kan muziek opzwepen en de deelnemer op die manier intuïtief uitbundiger deel laten nemen. Achteraf kan het vitality affect eventueel alsnog cognitief en verbaal geanalyseerd worden en bijvoorbeeld worden geduid als emotie van vreugde of woede.<sup>134,135</sup>

De in de creatieftherapeutische driehoek ervaren grondtoon van vitality affects kan hiermee de ingang bieden naar tot dan toe onherkende emoties. Damasio structureert deze gelaagdheid rond het protozelf, het kernzelf en het autobiografisch zelf. Het protozelf staat daarbij voor de fysiologische, lichamelijke sensaties van balans en onbalans. Het kernzelf is de niet-denkende, intuïtieve en gevoelsmatige gewaarwording hiervan. Verbeelding krijgt in dit kernzelf vorm in de bewuste, maar niet-talige analogieën van de vitality affects. Het autobiografische zelf kan hier vervolgens op voortbouwen met behulp van cognitie, talige reflectie, symbolen en metaforen.<sup>136,137</sup>

Het kernzelf geeft in deze indeling nog geen woorden aan de eigen ervaring van vitality affects. De theorie van de vaktherapie onderscheidt zich hierbij van de psychoanalyse door toch bewustzijn en verbeeldingsvermogen toe te kennen aan dit niet-talige niveau van zelfervaring.<sup>138</sup> De ervaring in de creatieftherapeutische driehoek representeert niet direct een externe werkelijkheid op de manier waarop een symbool kan verwijzen naar het gesymboliseerde. Daarvoor is de ervaring van vitality affects te sterk gebonden aan het actuele moment van die ervaring. Maar de zelfervaring in het moment is wel gebaseerd op dezelfde persoonlijkheid die ook met de externe werkelijkheid buiten de therapiesetting om moet kunnen gaan. Hierbij veronderstelt het analogiemodel het optreden van dezelfde gevoels-, reactie- en denkpatronen tussen de therapiesetting en de alledaagse omgeving. Artistieke parameters als ritme, klank en intensiteit die worden geuit in de therapiesetting zouden daarmee ook representeren hoe de deelnemer op kernzelfniveau in contact treedt met de buitenwereld.<sup>139</sup>

Op deze manier kan de vaktherapeutische setting gezien worden als een oefenomgeving waarin de persoonlijke vitality affects veilig kunnen worden geëxploreerd. Muziek en beeldende vormgeving vormen daarbij de brug naar de actuele zelfervaring. De participatie in het artistieke medium doet een beroep op het spontane improvisatievermogen dat nauw verbonden is met de grondtoon van de eigen emoties. Stilstaan bij die grondtoon is in de vaktherapie minstens zo belangrijk als de analyse van de hiermee eventueel samenhangende emoties. Deze bewustwording van de eigen emotionele grondtoon kan deelnemers aan vaktherapie al een nieuw uitgangspunt aanreiken op basis waarvan men het leven opnieuw tegemoet durft te treden.<sup>140</sup>

---

<sup>134</sup> Schweizer, 2009, p. 67-68.

<sup>135</sup> Smeijsters, 2006, p. 135.

<sup>136</sup> Schweizer, 2009, p. 66-67.

<sup>137</sup> Smeijsters, 2006, p. 138.

<sup>138</sup> Schweizer, 2009, p. 66.

<sup>139</sup> Smeijsters, 2006, p. 104-105.

<sup>140</sup> Smeijsters, 2006, p. 141, 157.

De vaktherapeut wordt binnen de vaktherapeutische setting wel 'the artists third hand' genoemd.<sup>141</sup> In de creatieftherapeutische driehoek is de therapeut steeds aanwezig in een wisselwerking met bij de cliënt opgeroepen en eventueel op de therapeut geprojecteerde emoties. Vaktherapie reflecteert niet in directe zin op deze emoties, maar brengt ook deze emoties onder in het vormgevingsproces. De aanwezigheid van de therapeut zal daarmee zichtbaar tot uiting kunnen komen in het werkstuk, aangeduid als de invloed van de 'derde hand' in de creatieftherapeutische driehoek.<sup>142</sup>

De vaktherapeut is in de relatie steeds aanwezig om te steunen, te activeren, uit te dagen, te spiegelen en te inspireren. Naast bemoedigingen en confrontaties in het moment van vormgeving reikt de vaktherapeut ook achteraf ingangen aan voor reflectie en evaluatie. Deze combinatie van uitdagingen die de vaktherapie aanbiedt, kunnen de deelnemer bewust maken van analogieën tussen de therapie-setting en het leven daarbuiten. Vaktherapie richt zich primair op het tot stand komen van deze heilzaam doorwerkende analogieën tussen de creatieftherapeutische driehoek en het dagelijks leven. Maar expliciete bewustwording van de analogieën vanuit het artistieke medium kan aanvullende ondersteuning bieden bij nieuwe betekenisgeving.<sup>143</sup>

### 5.3 Gerubriceerde psychologische concepten vanuit vaktherapie

In hoofdstuk 2 bleek uit het werk van Allen dat de kern van trauma bestaat uit een overweldigende ervaring van onmacht en eenzaamheid. Het onderuit gaan van Janoff-Bulman's basisaanname resulteert in het verlies van mogelijkheden om de wereld vertrouwensvol tegemoet te kunnen treden. De onmacht die dit met zich mee brengt om Winnicott's transitionele ruimte van de verbeelding open te kunnen houden, kan daarmee ook de uitweg uit het continue herbeleven van het trauma blokkeren.

Vaktherapie blijkt op een andere wijze uit te nodigen tot de persoonlijke verbeeldingswereld in het streven om de getraumatiseerde persoon de macht over het eigen leven terug te geven en de verbindingen met het eigen sociale netwerk te helpen herstellen. De drie rubrieken waarin de concepten binnen de aanpak van vaktherapie in deze paragraaf zullen worden ingedeeld, zijn net als in het vorige hoofdstuk de rol van de behandelrelatie, het model van de gehanteerde verbeeldingsruimte en de beoogde wegen naar herstel.

#### 5.3.1 De behandelrelatie

De behandelrelatie komt in de vaktherapie tot stand in de driehoeksrelatie met het medium en typeert zich door het psychodynamische concept van *holding en containment in het medium*. De therapeut ondersteunt de dynamiek van deze driehoeksrelatie vanuit het concept van *'the artists third hand'*. Juist na trauma, wanneer het vertrouwen in de welwillendheid van mensen onderuit kan zijn gehaald, kan vanuit de creatieftherapeutische driehoek een neutraal medium worden aangereikt om pre-verbale emoties in te uiten.

Wanneer in de creatieftherapeutische driehoek het vertrouwen om het eigen gevoelsleven te gaan verkennen is gegroeid, kan de vaktherapeut dissonanten inbrengen via het medium.

---

<sup>141</sup> Schweizer, 2009, p. 113.

<sup>142</sup> Smeijsters, 2006, p. 142.

<sup>143</sup> Schweizer, 2009, p. 81, 197.

Via de rol van '*the artists third hand*' kan de therapeut een klankbord vormen voor bij de cliënt opgekomen emoties, die vervolgens ondergebracht en vormgegeven kunnen worden in het medium. Maar vervolgens kunnen de door de therapeut ingebrachte frustraties en provocaties toewerken naar een gezonde separatie, waarin de cliënt leert zelfstandig om te gaan met deze teleurstellingen. De hervonden weerbaarheid kan vervolgens worden ingebracht in situaties buiten de creatieftherapeutische driehoek, als bron van continuïteit en betekenisgeving.<sup>144</sup>

De rol van '*the artists third hand*' vult de therapeut in vanuit het samenspel van de verkenning van de vitality affects door de deelnemer en de afstemming op deze verkenning door de therapeut. Om bovenstaand groeiproces te faciliteren zal de vaktherapeut afstemmen op de dynamiek van de vitality affects van de cliënt in zijn of haar contact met het medium.<sup>145</sup> Rond deze 'attunement' in de creatieftherapeutische driehoek wordt het artistieke medium een *containment* functie toegekend waarlangs de traumatische ervaringen opgeslagen en verwerkt kunnen worden. Het geheel van de creatieftherapeutische driehoek vormt hierbij de zelfversterkende *holding* omgeving.<sup>146</sup>

### 5.3.2 Het model van de verbeeldingsruimte

Het concept van de *creatieftherapeutische driehoek* kan onderscheiden worden als de in vaktherapie gehanteerde verbeeldingsruimte. Waar het verbeeldingsvermogen niet langer toereikend is om het trauma te boven te komen, zet de vaktherapie een artistiek medium in om een appèl te doen op de persoonlijke ervaring en beleving. Naast dit appèl voorziet dit medium ook in de ondersteunende concepten van *veiligheid* en *structuur* die benodigd zijn om na trauma tot vormgeving te komen binnen het concept van de creatieftherapeutische driehoek.

Traumatische gebeurtenissen kunnen in eerste instantie als te pijnlijk worden ervaren om ze rechtstreeks te kunnen visualiseren en hierop te kunnen reflecteren. Vaktherapie kan dan *veiligheid* bieden door gebruik te maken van de neutrale, woordeloze basis van beeld of geluid.<sup>147</sup> De creatieftherapeutische driehoek blijkt via dit artistieke medium toch ingangen te bieden ter verkenning van de grondtoon onder de pijnlijke pre-verbale emoties. Deze vitality affects van de pre-verbale, intuïtieve verbeeldingslaag kunnen op sensorisch niveau resoneren met het appèl dat uitgaat van het artistieke medium. De hierdoor in de creatieftherapeutische driehoek opgeroepen handelingen en ervaringen kunnen een hernieuwde kennismaking bewerken met de eigen vitality affects en daarmee ook met de emoties die rond het trauma onbereikbaar waren geworden.

Beelden, teksten en muziek nodigen uit tot participatie en beweging. Ook verhalen van buiten de eigen beleving kunnen in het artistieke medium van beeld of muziek toch doorleefd worden vanuit een eigen ervaringsbasis. Het op deze manier in contact komen met het eigen gevoel kan soms al een grote stap in herstel betekenen. Door vervolgens in het artistieke

---

<sup>144</sup> Smeijsters, 2006, p. 94.

<sup>145</sup> Schweizer, 2009, p. 65, 67.

<sup>146</sup> Schweizer, 2009, p. 87-88.

<sup>147</sup> Lavrijsen, M., & Macfarlane, C. (2014). Imaginaire exposure in beeld. Een beeldend protocol voor traumabehandeling. *Tijdschrift voor vaktherapie*, 2, 3-9, p. 4, 6.

medium de lijn te benadrukken vanuit de problematiek richting nieuwe kansen wordt deze denkrichting ook gestimuleerd met het oog op de wereld buiten het medium.<sup>148</sup>

In de onmacht en eenzaamheid die gepaard gaan met trauma kunnen beeld en muziek van buitenaf *structuur* bieden. Zelfs de structuur van woorden kan de veiligheid binnen de creatieftherapeutische driehoek bevorderen. Zoals woorden het idee kunnen geven een baby troost te bieden, zo blijken woorden ook in de vaktherapie te kunnen ondersteunen voordat de betekenis van die woorden volledig bewust ervaren kan worden. De persoonlijke betekenis van woorden als 'vertrouwen', 'goed' of 'God' zal na trauma mogelijk volledig opnieuw opgebouwd moeten worden. Om van innerlijke desoriëntatie tot nieuwe zelforganisatie te komen, kan de structuur van woorden en verhalen die in de creatieftherapeutische driehoek gedeeld wordt een eerste houvast bieden.<sup>149,150</sup>

In onderstaand voorbeeld, waar niet alleen woorden maar zelfs het gevoel lijkt te ontbreken, biedt het artistieke medium toch een voldoende veiligheid en structuur om vanuit de verwarring het verlies present te kunnen stellen. Vanuit deze presentie kan een eerste vorm van erkenning worden gevonden, wat mogelijk een nieuwe basis kan bieden voor verdere structurering en verwerking.

Verfaillie beschrijft een werkstuk in de vorm van een beeldje van klei met een gat in de buik en tranen op het gezicht. De cliënt geeft hierbij aan dat het gat in de buik is aangebracht om aan te geven dat ze niets kan voelen. De tranen staan paradoxaal genoeg voor het verdriet vanwege dit missen van elk gevoel.<sup>151</sup>

Het concept van de *structurende werking van het artistieke medium* werkt door op verschillende niveaus. In het verlengde van bovenstaande deelname in de structuur van het artistieke medium en het van daaruit ontwikkelen van structuur in zelforganisatie onderscheidt Gaston vanuit het medium ook het proces van het herstel van sociale structuren. Beeld en muziek bieden veilige kaders voor zelfexpressie en leggen verbindingen met de verhalen van anderen. Door het hierin hervinden van de sociale vermogens kunnen beeld en muziek ook bijdragen aan het hernemen van de eigen plaats in de sociale structuur buiten de creatieftherapeutische driehoek. Parallel aan de relatie met het artistieke medium en de vaktherapeut kunnen zo ook stappen gemaakt worden in de vorming en bevestiging van de eigen identiteit binnen de eigen sociale context.<sup>152</sup>

### 5.3.3 *Wegen naar herstel*

Op verwerking en integratie wordt in de vaktherapie aangestuurd vanuit het concept van de *esthetische illusie* als basiselement binnen het overkoepelende concept van het *analogiemodel*. Deze concepten leiden uiteindelijk toe naar het concept van de beoogde *affectregulatie* in de creatieftherapeutische driehoek. Na een korte aanvulling met betrekking

<sup>148</sup> Smeijsters, 2006, p. 220, 91.

<sup>149</sup> Schweizer, 2009, p. 202, 208.

<sup>150</sup> Smeijsters, 2006, p. 225.

<sup>151</sup> Verfaillie, M. (2011). *Mentaliseren in beeldende vaktherapie*. Antwerpen/Apeldoorn: Garant. p. 106-107.

<sup>152</sup> Gaston, 1968, p. 33, 365.

tot de werking van de hersenen en het geheugen rond traumatische gebeurtenissen, zullen de concepten van de *esthetische illusie*, het *analogiemodel* en *affectregulatie* verder worden uiteengezet.

Het als onbereikbaar ervaren van het eigen gevoel is een bekend verschijnsel bij trauma. Een gangbare verklaring hiervoor wordt geboden vanuit de werking van de hersenen en het geheugen op het actuele moment van een traumatische ervaring. Normaal gesproken worden directe lichamelijke, intuïtieve gewaarwordingen door de hogere, rationele hersenstructuren emotioneel geduid en opgeslagen. Maar de overweldigende en bedreigende traumatische ervaring zou vanwege het hoge stressniveau de hogere verwerkingsstructuren niet bereiken en vanuit een primitieve intuïtie alleen focussen op overleving.

In het moment van de traumatische gebeurtenis zelf kan de gecreëerde emotionele afstand tot de gebeurtenis en de bijkomende snelheidswinst werken als levensreddend mechanisme. Maar op de langere termijn kan het ontbreken van de emotionele ervaring van de gebeurtenis de verwerking van deze gebeurtenis in de weg blijven staan.<sup>153</sup> De gebeurtenis lijkt rond te blijven zingen in het actieve, alerte geheugen. Het in herinnering roepen van de gebeurtenis brengt daardoor een groot risico met zich mee van intrusieve herbelevingen, waarin de angst en afschuw als even tastbaar worden ervaren als bij de oorspronkelijke traumatische gebeurtenis.

Vaktherapie erkent het ontbreken van woorden of zelfs emoties rond de traumatische gebeurtenis door aan te sluiten bij de sensorische, intuïtieve verbeeldingslaag van het nog niet emotioneel doorleefde actieve geheugen. De vaktherapie gaat daarvoor niet eerst terug naar de traumatische gebeurtenis, maar neemt steeds de actuele ervaringen in de creatieftherapeutische driehoek als uitgangspunt.<sup>154</sup> Vanuit deze actuele ervaring kunnen bruggen geslagen worden met gevoel en emoties die vanwege trauma niet eerder toegelaten konden worden.<sup>155</sup> Beelden en bijbehorende ongedefinieerde gevoelens die vanaf de traumatische gebeurtenis rondzingen in het actieve geheugen kunnen in het artistieke medium geleidelijk vorm krijgen. Door de beelden op deze manier gedoseerd onder ogen te komen, kunnen heftige herbelevingen vermeden worden terwijl toch geleidelijk kan worden gewerkt richting emotionele duiding, reflectie en verwerking.<sup>156,157</sup>

In de vaktherapie staat dit principe bekend als het gebruikmaken van het concept van de *esthetische illusie*. Verdrongen emoties die als bedreigend worden ervaren kunnen langs deze intuïtieve weg toch esthetisch vormgegeven worden in bijvoorbeeld beeld of muziek.<sup>158</sup> In de creatieftherapeutische driehoek wordt ruimte geboden aan dit verdrongen gevoel, dat reële vormen aanneemt in het creatieve medium. Bij trauma zal het niet altijd mogelijk zijn om rechtstreeks cognitief en affectief op het werkstuk te reflecteren. Maar blokkades in de verwerking van trauma kunnen langs de weg van de esthetische illusie ook worden doorbroken zonder expliciete verbale reflectie.

Deze *esthetische illusie* maakt deel uit van het overkoepelende concept van het *analogiemodel*. Dit model gaat uit van de parallellen tussen de intuïtieve laag van verdrongen emoties en de vormgeving in de creatieftherapeutische driehoek. Deze parallellen kunnen zelfs doorgetrokken worden naar een vorm van symbolische of rituele verwerking.

---

<sup>153</sup> Schweizer, 2009, p. 75-76.

<sup>154</sup> Schweizer, 2009, p. 469.

<sup>155</sup> Smeijsters, 2006, p. 220.

<sup>156</sup> Schweizer, 2009, p. 338, 470.

<sup>157</sup> Bogert, 2014, p. 68.

<sup>158</sup> Smeijsters, 2006, p. 99.



Verbeelding krijgt daarbij niet vorm in het expliciete cognitieve bewustzijn, maar intuïtief in het medium zelf. Dit wordt bijvoorbeeld herkenbaar wanneer de cliënt een werkstuk dat nog onbenoemde boosheid of angst vertegenwoordigt zou willen verbranden of laten verdrinken. Ook kan een werkstuk waarin nieuwe maar nog onbenoemde bronnen van houvast en vertrouwen vorm krijgen een speciale fysieke plaats krijgen in iemands leven.<sup>159</sup>

Het volgende concept bestaat uit de zogenoemde *affectregulatie* waar in vaktherapie naar wordt gestreefd. Van affectregulatie is sprake wanneer het werkstuk een vormende invloed uitoefent op het pre-verbale niveau van de persoonlijke vitality affects. Deze vormende uitwerking op het intuïtieve niveau van het kernzelf gaat voorbij aan de gangbare cognitieve en talige constructies. Nog voordat afzonderlijke emoties worden benoemd en verkend kan op het niveau van de onderstroom van deze afzonderlijke emoties al groei in zelforganisatie worden behaald.<sup>160</sup>

Deze groei van zelforganisatie speelt zich in de eerste plaats af in het kernzelf. In de overgave aan de mediumervaring worden de vitality affects aangesproken zonder dat de afzonderlijke emoties direct geanalyseerd worden. In plaats van een reflectie op traumatische gebeurtenissen uit het verleden is er sprake van reflecties gericht op de actuele ervaringen in de creatieftherapeutische driehoek. In de loop van een vaktherapeutisch traject zal deze ervaring steeds weer gebaseerd zijn op nieuw ontwikkelde uitgangspunten.

In dit cyclische ontwikkelingsproces kunnen traumatische ervaringen uit het verleden langzamerhand een plaats gaan innemen. Dit terloopse aandeel van het verleden in de huidige ervaringen in de creatieftherapeutische driehoek kan helpen bij het integreren van het trauma.<sup>161</sup> De groeiende zelforganisatie die tot stand kan komen in een cyclus van vormgevingsprocessen kan blijvende veranderingen te weeg brengen op het niveau van de vitality affects. Van deze inslijting van nieuwe handelingsmogelijkheden vanuit de grondtoon van de emoties mag uiteindelijk ook een positieve weerslag verwacht worden in het handelen in het dagelijks leven buiten de creatieftherapeutische driehoek.<sup>162</sup>

## 5.4 Samenvatting

In dit hoofdstuk zijn de psychologische concepten en principes gerubriceerd waarmee de vaktherapie het verbeeldingsvermogen activeert in de benadering van PTSS. De volgende begrippen en principes bleken op het vakgebied van de vaktherapie van toepassing.

Ten eerste kunnen vanuit de vaktherapeutische behandelrelatie de concepten worden onderscheiden van *holding en containment in het medium* en de ondersteuning hiervan vanuit het concept van *'the artists third hand'*. De vaktherapeut faciliteert het tot vormgeving komen in deze creatieftherapeutische driehoek. Door middel van attunement op de hierin spelende vitality affects biedt de vaktherapeut geschikte uitnodigingen aan vanuit het artistieke medium. Daarmee participeert de vaktherapeut ook zelf in het medium als *'the artists third hand'*.

Deze rol staat niet alleen voor het vaktechnisch en mentaal ondersteunen, maar ook voor het bieden van passende uitdagingen in het medium. De dynamiek van versterken en uitdagen biedt mogelijkheden om na trauma opnieuw de benodigde ontwikkelingsstappen te

---

<sup>159</sup> Schweizer, 2009, p. 303, 331.

<sup>160</sup> Schweizer, 2009, p. 88-89.

<sup>161</sup> Schweizer, 2009, p. 114.

<sup>162</sup> Schweizer, 2009, p. 239.

doorlopen om het basisvertrouwen onder de eigen identiteit te kunnen herstellen. Deze ontwikkelingsstappen worden hierbij niet doorlopen in directe relatie met de mogelijk nog niet veilig ervaren therapeut, maar in het veilige, neutrale artistieke medium van beeld of geluid. Dit veilige medium kan *containment* bieden voor de traumatische ervaringen via de esthetische illusie en voorziet tegelijkertijd in een veilige *holding* omgeving waarin de nog woordeloze traumatische herinneringen toegelaten kunnen worden.

Ten tweede is als model van de verbeeldingsruimte binnen vaktherapie het concept van de *creatieftherapeutische driehoek* herkend. Vanuit de veilige structuren van deze dynamische verhouding tussen cliënt, artistiek medium en vaktherapeut wordt geëxperimenteerd met het aangaan van nieuwe verbindingen. Het medium voorziet daarbij in de concepten van *veiligheid* en *structuur* om tot vormgeving te kunnen komen.

Via het artistieke medium komen handelingen en ervaringen binnen bereik ter verkenning van de grondtoon onder pijnlijke pre-verbale emoties. Dit kan leiden tot een hernieuwde kennismaking met de eigen *vitality affects* en daarmee ook met emoties die vanwege trauma niet eerder toegelaten konden worden. Vaktherapie start daartoe bij de actuele ervaring in het medium. Traumatische herinneringen die in het actieve geheugen rondzingen kunnen gedoseerd landen in de aangeboden structuur van beeld of muziek. Vanuit het medium kunnen vervolgens bruggen geslagen worden naar verdrongen emoties. De geproduceerde werkstukken kunnen ondersteunen bij het reflecteren op deze emoties. Ook kan de cliënt via de werkstukken in contact treden met de eigen sociale context. Deze nieuwe verbindingen met het zelf en met de eigen context kunnen de identiteit helpen structureren en bevestigen.

Ten derde is als weg naar herstel binnen vaktherapie het concept van de *esthetische illusie* onderscheiden als basiselement binnen het overkoepelende concept van het *analogiemodel*. Hierop gebaseerde vormgevingsprocessen leiden naar het concept van de uiteindelijk beoogde *affectregulatie* op de gevoelslaag van de *vitality affects*. Het verbeeldingsvermogen wordt hierbij geprikkeld vanuit de analogieën tussen het actuele sensorische ervaringsproces en de in het verleden doorgemaakte traumatische gebeurtenis. Op grond van bovengenoemde analogieën kan het verkennen en structureren van de sensorische ervaring rechtstreeks bijdragen aan groei in zelforganisatie.

De non-verbale reflectiemogelijkheden van de vaktherapie en met name de daaruit voortkomende *affectregulatie* kan onderscheiden worden als belangrijk concept. Verbale reflectie op afzonderlijk herkende emoties kunnen waar mogelijk en gewenst een extra bijdrage leveren aan het herstelproces na trauma. Maar de onderscheidende kracht van vaktherapie toont zich in de onafhankelijkheid van dit verbale proces. Non-verbale reflectie vanuit het kernzelf blijft in de vaktherapie de belangrijkste basis om te komen tot verwerking en hernieuwde betekenisgeving vanuit de veilige omgeving van de creatieftherapeutische driehoek.

| 'Art does not reproduce the visible; rather, it makes visible.' - Paul Klee

## Hoofdstuk 6 Ingangen tot het verbeeldingsvermogen bij NET

*In the brutal nights we used to dream  
Dense violent dreams,  
Dreamed with soul and body:  
To return; to eat; to tell the story.  
Until the dawn command  
Sounded brief, low  
'Wstawac'  
And the heart cracked in the breast.*

*Now we have found our homes again,  
Our bellies are full,  
We're through telling the story.  
It's time. Soon we'll hear again  
The strange command:  
'Wstawac' - Primo Levi, overlevende Auschwitz*

In hoofdstuk 4 en 5 zijn de psychodynamische GV-benadering en de vaktherapeutische benadering van trauma uitgewerkt en de achterliggende psychologische concepten verkend. Hoofdstuk 6 vervolgt met dezelfde uitwerking en verkenning van de narratieve exposure therapie (NET). Na de inleiding in het vakgebied van NET zal worden onderzocht welke rol het thema verbeelding speelt binnen de NET. Ten slotte worden opnieuw die psychologische concepten en principes van deze benadering geïnventariseerd die zich richten op het heropenen van de verbeeldingsruimte na trauma.

### 6.1 NET, achtergrond en werkwijze

Het gedicht aan het begin van dit hoofdstuk is afkomstig uit Primo Levi's gedichtenbundel *'L'osteria di Brema'* die uitkwam in 1975. Hij beschrijft hierin hoe de nachten hem nog steeds mee terug blijven nemen naar de barakken van Auschwitz. In *'De getuigenissen'* gaat hij dieper in op deze kampervaring waar dit nachtelijk terugkerende commando 'Wstawac' hem jaren later nog onlosmakelijk mee verbindt. *'Het vreemde woord valt als een steen op de bodem van onze ziel. 'Opstaan': de denkbeeldige barrière van de warme dekens, het broze harnas van de slaap, de beschutting van de nacht, hoe vol kwellingen ook, vallen om ons heen aan puin en we zijn onherroepelijk wakker, blootgesteld aan alle kwaad, afschuwelijk naakt en kwetsbaar... Als ik mijn bed heb opgemaakt en me heb aangekleed, klim ik naar beneden en trek mijn schoenen aan. Dan gaan de wonden op mijn voeten weer open en begint er een nieuwe dag.'*<sup>163</sup>

De NET-benadering van PTSS is pas in de 21<sup>e</sup> eeuw ontstaan vanuit een combinatie van elementen uit verschillende al langer bestaande vormen van traumatherapie, met name

<sup>163</sup> Levi, 2000, p. 72-73.

imaginaire exposure en contextuele narrativiteit. Het onderscheidene van NET ligt daarbij niet alleen in het combineren van deze bekende elementen uit de traumatologie. Maar de bijzondere effectiviteit en brede toepasbaarheid van NET wordt toegeschreven aan de specifieke gerichtheid op de integratie van de traumatische gebeurtenis in de betreffende context. Context staat hierbij zowel voor de context waarin de traumatische gebeurtenis destijds plaatsvond, als voor de context van het hele levensverhaal waarin deze ervaring een plaats zal moeten krijgen.<sup>164</sup>

In de vorige hoofdstukken is benoemd hoe traumatische gebeurtenissen de neiging hebben rond te blijven zingen in het actieve, sensorische geheugen. Binnen de NET wordt dit impliciete gedeelte van het langetermijngeheugen aangeduid als het 'warme' geheugen. Dit vormt daarmee de tegenhanger van het 'koude', autobiografische en expliciete gedeelte van het langetermijngeheugen. Wanneer actuele sensorische prikkels aansluiten bij traumatische gebeurtenissen die in het 'warme' geheugen aanwezig zijn gebleven, dan zal dit kunnen leiden tot herbelevingen.<sup>165</sup>

De natuurlijke neiging tot het vermijden van de angsten die met deze herbelevingen gepaard gaan, maakt dat alle sensorische prikkels die herbelevingen zouden kunnen oproepen zo veel mogelijk worden vermeden. Deze angst voor prikkels en situaties die oude angsten kunnen reactiveren staat aan de basis van de vermindering die geldt als één van de hoofdsymptomen van PTSS. Op den duur kunnen ook situaties worden vermeden, die de traumatische gebeurtenis niet in directe zin in herinnering roepen, maar indirect herinneren aan situaties die een herbeleving hebben getriggert. Het angstnetwerk dat op deze manier wordt ontwikkeld en uitgebouwd, dreigt daarmee uiteindelijk te leiden tot een teruggetrokken bestaan.<sup>166</sup>

NET richt zich op het doorbreken van deze vicieuze cirkel van vermindering door het warme geheugen in te dammen, waarmee ook de omvang en de intensiteit van het angstnetwerk zal verkleinen. Dit indammen van de warme herinneringen wordt bij NET nagestreefd door het structureren van de warme herinneringen door deze te koppelen aan de bijbehorende koude herinneringen. In paragraaf 5.3 is benoemd dat vanwege de acute dreiging die uitgaat van een traumatische situatie alleen de primitieve overlevingsmechanismen in de hersenen worden geactiveerd. Voor de emotionele duiding en verwerking door de hogere, rationele hersenstructuren kan daarbij geen ruimte worden gemaakt, waardoor de warme herinnering aanhoudend kan blijven rondzingen.<sup>167</sup>

Maar net als het warme geheugen ondervindt ook het koude, autobiografische geheugen moeilijkheden rond het opbouwen van samenhangende herinneringen rond het moment van de traumatische gebeurtenis. Zo zal een bedreiging met een mes de aandacht van het slachtoffer zo sterk opeisen, dat details met betrekking tot het signalement van de dader nauwelijks opgeslagen zullen worden in het koude geheugen. Overlevingsmechanismen veroorzaken daarmee dat traumatische herinneringen niet alleen warm opgeslagen worden in impliciete beelden, geluiden, geuren en emoties, maar ook een koude verankering missen in een specifieke gebeurtenis in een historische plaats en tijd. Hierdoor kunnen willekeurige

---

<sup>164</sup> Jongedijk, R. (2014). *Levensverhalen en psychotrauma. Narratieve exposure therapie in theorie en praktijk*. Amsterdam: Boom. p. 149-150.

<sup>165</sup> Jongedijk, 2014, p. 150-151.

<sup>166</sup> Jongedijk, 2014, p. 49, 151-152.

<sup>167</sup> Jongedijk, 2014, p. 152, 155.

prikkels het heden opnieuw volledig vullen met een traumatische gebeurtenis uit het verleden.<sup>168</sup>

De NET-benadering gaat dit tegen door eerst het levensverhaal te reconstrueren aan de hand van de feitelijke, koude herinneringen. Vervolgens wordt het angstnetwerk rond de bijbehorende warme, traumatische herinneringen geactiveerd in de exposure totdat de angst afneemt. Hierna kunnen deze herinneringen een plaats toebedeeld krijgen in de narratieve context, waarmee ze een afgebakende en geïntegreerde plaats krijgen in de levensgeschiedenis. Door dit toekennen van een specifieke plaats en ruimte aan de traumatische herinneringen, kunnen de heftige emoties die met deze herinneringen gepaard gaan hier ook achtergelaten worden.<sup>169</sup>

Overzicht en structuur wordt aangebracht door het visualiseren van het levensverhaal door middel van de 'levenslijn'. Deze levenslijn bestaat uit een touw, waarop de cliënt bloemen en stenen kan plaatsen. De bloemen staan hierbij voor positieve gebeurtenissen uit het leven en de stenen voor de traumatische gebeurtenissen. De grootte van de gekozen bloem of steen staat hierbij voor de heftigheid van de herinnering.<sup>170</sup>

Deze vorm van gevisualiseerde narrativiteit helpt om de impliciete emoties expliciet te presenteren. Hierdoor valt de cliënt niet meer samen met zijn traumatische herinneringen, maar kan in het gesprek met de therapeut een zelf gekozen positie worden ingenomen ten opzichte van deze gevisualiseerde herinneringen. Door de vaak gefragmenteerde traumatische herinneringen op deze manier te ordenen, kunnen ze worden verwerkt en geïntegreerd in het geheel van het levensverhaal. De laatste therapieessie kent uiteindelijk een speciale lading toe aan het herlezen en ondertekenen van het getuigenisverslag zoals dat tijdens de sessies door de therapeut op schrift is gesteld. Met dit afrondende ritueel van herlezen en ondertekenen wordt betekenis toegekend aan de besproken gebeurtenissen en herneemt de cliënt de regie over het eigen levensverhaal.<sup>171</sup>

## 6.2 Verbeelding bij NET

Volgens hoofdstuk 4 richt de psychodynamische GV-benadering zich op het openen van Winnicott's transitionele ruimte, om via dit speelterrein van de verbeelding te bouwen aan het reflectievermogen en de integratie van de eigen identiteit. De creatieftherapeutische driehoek van hoofdstuk 5 prikkelt het verbeeldingsvermogen op het niveau van de niet-talige vitality affects. Via analogieën met de in het verleden doorgemaakte traumatische gebeurtenissen kunnen beeldende vormen daarbij regulerend doorwerken in het dagelijks leven. Bij NET treedt verbeelding expliciet op de voorgrond bij de visualisatie van de levenslijn aan het begin van de therapiereeks en bij het ondertekeningsritueel tijdens de laatste therapieessie. Maar ook het tussenliggende traject van exposure aan het eigen levensverhaal kan niet plaatsvinden zonder een appèl te doen op het voorstellings- en verbeeldingsvermogen.

Zoals in de vorige paragraaf is genoemd, wordt het levensverhaal bij NET centraal gesteld aan de hand van de levenslijn. De cliënt wordt uitgenodigd het touw uit te leggen in de kamer. Het begin van het touw symboliseert daarbij de geboorte en het nog opgerolde einde van het

<sup>168</sup> Jongedijk, 2014, p. 153-154.

<sup>169</sup> Jongedijk, 2014, p. 155.

<sup>170</sup> Jongedijk, 2014, p. 156.

<sup>171</sup> Jongedijk, 2014, p. 155, 159-160.

touw de nog niet ontvouwen toekomst. Vervolgens wordt de cliënt gevraagd eerst alleen de bloemen te plaatsen die staan voor de positieve gebeurtenissen in de levensloop. Wanneer deze gerangschikt zijn naar grootte en kleur worden ten slotte de stenen hiertussen geplaatst, als verwijzingen naar de traumatische gebeurtenissen. Steeds houdt de therapeut de regie, in een voornemen om het levensverhaal compleet te krijgen en vermijding van belangrijke verhaalelementen te voorkomen.<sup>172</sup>

Deze directieve benadering van de therapeut dient in dit stadium van de therapie ook om te voorkomen dat wordt uitgeweid over gebeurtenissen. De bloemen en stenen worden geplaatst en krijgen elk een benaming. Maar de bijbehorende emoties worden nog vermeden, om te voorkomen dat het angstnetwerk geactiveerd wordt, waarmee de exposure al tijdens de verkenning gestart zou worden. Het doel van deze verkenning is puur het visualiseren van de levenslijn. De foto die van deze levenslijn gemaakt wordt zal dienen als routekaart voor de komende therapie sessies.<sup>173</sup>

Na bovenstaande verbeelding van alle significante gebeurtenissen in de levenslijn komt in de volgende therapie sessies de verbeelding terug in de vorm van de zogenaamde 'imaginaire' exposure. In tegenstelling tot 'in vivo' exposure wordt bij imaginaire exposure niet gewerkt met feitelijke blootstelling aan situaties die stress veroorzaken, maar met representaties hiervan die in de verbeelding worden opgeroepen om het angstnetwerk te activeren. Het op deze manier doorleven en doorstaan van de met angst beladen herinnering, kan resulteren in een evenwichtiger beeld van deze traumatische herinnering.<sup>174</sup>

In eerdere hoofdstukken is benoemd dat activering van het angstnetwerk herbelevingen kan oproepen, waarmee verdere verwerking blokkeert. Bij de NET-benadering bewaakt de therapeut zorgvuldig dat de mate van exposure niet zo sterk wordt opgevoerd dat deze herbelevingen of zelfs dissociatieve symptomen optreden. Maar tegelijkertijd zal de therapeut er ook voor waken dat bepaalde gebieden van het angstnetwerk overgeslagen worden door de eerdergenoemde neiging tot vermijding die bij elke cliënt verwacht kan worden. De steeds centraal staande levenslijn blijkt in de praktijk van NET hiervoor als anker te fungeren. Door de visuele aanwezigheid van de bredere context van het levensverhaal lijkt voorkomen te worden dat de traumatische herinnering opnieuw de volledige ervaringswereld vult.<sup>175</sup>

Deze verankering in het heden wordt verder bevorderd door de traumatische gebeurtenissen steeds in de verledentijdsvorm te bespreken en door deze chronologisch te benaderen. De chronologie van de levenslijn helpt bij het blijven onderscheiden van de in herinnering geroepen gevoelens en de huidige therapie setting, zodat volledige herbelevingen worden voorkomen. Wanneer het opnieuw doorleven van de traumatische ervaring te overweldigend wordt, zal de therapeut vanuit de warme herinnering vooral vragen naar koude herinneringen. Door het op deze manier compleet maken van de film aan herinneringen zal de cliënt in staat blijven onderscheid te maken tussen toen en nu. Hiermee wordt het mogelijk de gebeurtenis van destijds vanuit het heden te duiden in de context van het complete levensverhaal.<sup>176</sup>

---

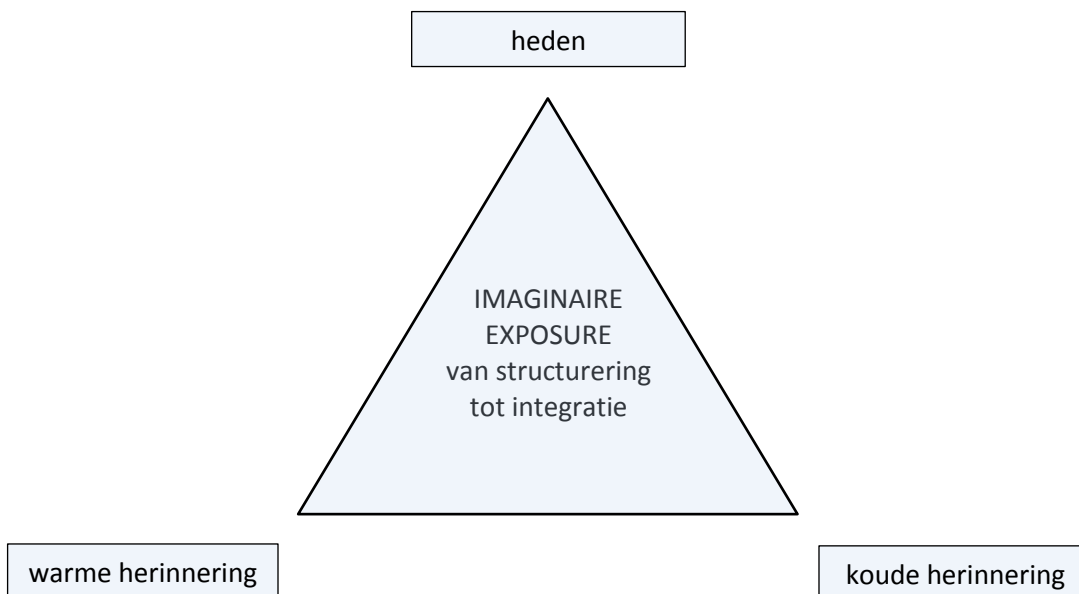
<sup>172</sup> Jongedijk, 2014, p. 201-202, 205.

<sup>173</sup> Jongedijk, 2014, p. 204, 207.

<sup>174</sup> Kleber, 2012, p. 88.

<sup>175</sup> Jongedijk, 2014, p. 225.

<sup>176</sup> Jongedijk, 2014, p. 52, 216-217, 219, 228.



Figuur 6.1 Imaginaire exposure in de structurerende en contextualiserende driehoek van NET

Het continu in de verbeelding blijven oproepen van warme herinneringen en koude herinneringen en de koppeling hiervan met de huidige ervaring die door deze beelden opgeroepen wordt, vormt de basis van de integrerende werking van NET (zie Figuur 6.1). Deze vorm van imaginaire exposure leidt ertoe dat overweldigende traumatische herinneringen verbonden worden met de narratieve context van destijds. De constante visuele aanwezigheid van de levenslijn maakt daarnaast dat de traumatische herinneringen verbonden kunnen worden met hun eigen betrekkelijke plaats in het geheel van het complete levensverhaal van bloemen en stenen. Dit inbedden van warme herinneringen in koude herinneringen in de context van het levensverhaal staat bekend als cognitieve herstructurering.<sup>177</sup>

Na de verbeeldingsvormen van visualisatie en imaginaire exposure vindt in de laatste therapieessessie nog een verbeeldingsstap plaats in de vorm van een afsluitend ritueel. Met de ondertekening van het op schrift gestelde getuigenisverslag en de bijgevoegde foto van de levenslijn wordt de nieuwe plaatsing en duiding van de traumatische gebeurtenissen bevestigd. De symbolische handelingen van het ondertekenen van het document en de overhandiging aan de cliënt staan bij NET voor een afsluitende bijdrage aan het integratieproces. In het ondertekenen kan de erkenning van de eigen ervaringen en de plaatsing hiervan in het verleden worden gesymboliseerd. De overhandiging ten slotte kan herkend worden als het terugkrijgen van de eigen waardigheid en van het auteurschap over het eigen levensverhaal.<sup>178</sup>

### 6.3 Gerubriceerde psychologische concepten vanuit NET

Traumatische herinneringen kunnen overweldigend met angst, maar inhoudelijk toch slechts fragmentarisch en onafgebakend zijn. Het doel van NET bestaat uit het reconstrueren van het

<sup>177</sup> Jongedijk, 2014, p. 155, 223-224, 232-234.

<sup>178</sup> Jongedijk, 2014, p. 239-240, 245-246.



kader van koude herinneringen, om daarin de warme, traumatische herinneringen te kunnen inkaderen.<sup>179</sup> Het uitleggen van de levenslijn met behulp van touw, bloemen en stenen tekent een metaforisch beeld van de levensgeschiedenis waar de traumatische herinneringen in ondergebracht dienen te worden.

De drie rubrieken waarin de concepten binnen de aanpak van NET in deze paragraaf zullen worden ingedeeld, zijn opnieuw de rol van de behandelrelatie, het model van de gehanteerde verbeeldingsruimte en de beoogde wegen naar herstel.

### 6.3.1 De behandelrelatie

De behandelrelatie typeert zich bij NET door de concepten *directiviteit* en het *vanuit de therapeut toegevoegde vertelperspectief*. De kompasfunctie van het uitgebeelde levensverhaal biedt de therapeut handvatten bij het nemen van de regie. De bij NET continue benodigde wisselwerking tussen koude en warme herinneringen en de resonantie van beide in het heden vraagt om dit directieve optreden van de therapeut.<sup>180</sup> Deze regie zal ook nodig zijn wanneer de cliënt de neiging heeft om bepaalde herinneringen te vermijden. De therapeut zal daarbij moeten waken voor de eigen neiging om in deze vermindering van soms gruwelijke herinneringen mee te gaan. Want alleen met het diepgaand doorleven van de herinnering in de persoonlijke verbeeldingsruimte, kan door de cliënt voldoende exposure worden ervaren om de grip op deze herinnering te kunnen herkrijgen.<sup>181</sup>

Bovenstaand concept van directiviteit vanuit de therapeut zal wederzijdse spanning in de therapie sessies met zich mee brengen. Maar dit ongemak vormt geen nadeel, maar is juist een teken dat de exposure voldoende op gang is gekomen.<sup>182</sup> Het concept van *directiviteit* hangt samen met het principe van relationaliteit. Op relationaliteit is het concept gebaseerd van het *vanuit de therapeut toegevoegde vertelperspectief*. Het narratieve zelf betreft een relationeel zelf. Het eigen levensverhaal wordt ervaren en verteld vanuit het verband van de relaties die het verhaal kaderen. De relatie met de therapeut voegt aan dit geheel een nieuwe relatie toe. Het vanuit de therapeut toegevoegde vertelperspectief daagt de cliënt uit om deze nieuwe ik-positie waaruit het eigen levensverhaal kan worden geherformuleerd in de eigen verbeelding toe te laten.<sup>183</sup>

### 6.3.2 Het model van de verbeeldingsruimte

De bij NET aangetroffen verbeeldingsruimte zou benoemd kunnen worden als het concept van de *imaginaire exposure-driehoek*. Dit staat daarbij voor de dynamische ruimte waarin warme herinneringen, koude herinneringen en het heden op elkaar worden betrokken. De vanuit deze *imaginaire exposure-driehoek* beoogde cognitieve herstructurering wordt ondersteund vanuit de concepten van *contextualisering* en *structurering*. Traumatische gebeurtenissen

---

<sup>179</sup> Jongedijk, 2014, p. 155, 185.

<sup>180</sup> Jongedijk, 2014, p. 201.

<sup>181</sup> Jongedijk, 2014, p. 220.

<sup>182</sup> Ibidem.

<sup>183</sup> Zock, H. (2006). Leven van verhalen. De narratieve benadering in psychologie en pastoraat. In A. van Heeswijk, N. ter Linden, R. van Uden, & H. Zock, *Op verhaal komen. Religieuze biografie en geestelijke gezondheid* (pp. 78-88 ). Tilburg: KSGV. p. 82.

worden door de imaginaire exposure gestructureerd en in context geplaatst, waarmee afbakening, duiding en betekenisgeving mogelijk wordt.

Op het vlak van *contextualisatie* helpt de levenslijn de belangrijkste positieve en traumatische gebeurtenissen van de levenslijn te identificeren. Het verbinden van deze positieve en traumatische warme herinneringen met de kaders van het koude, expliciete geheugen streeft naar twee verschillende niveaus van verwerking en integratie. Ten eerste kan herinterpretatie van de traumatische gebeurtenis worden onderscheiden op het niveau van integratie in de context van destijds. Ten tweede vindt herinterpretatie plaats op het niveau van integratie van de traumatische gebeurtenis in het geheel van het levensverhaal. Vooral vanuit deze tweede vorm van contextualisering kan ook een vervolgstap binnen bereik komen van integratie van de traumatische gebeurtenis in het eigen betekenisconstruct.<sup>184</sup>

Ook op het vlak van de *structurering* in de imaginaire exposure-driehoek zijn twee verschillende niveaus te onderscheiden.<sup>185</sup> Ten eerste vindt structurering plaats op het niveau van het levensverhaal van de cliënt. Het uitleggen van de levenslijn is niet alleen relatief veilig en visueel aantrekkelijk, maar geeft ook overzicht en een gevoel van controle. Het chronologisch doorwerken van de levenslijn tijdens de exposuresessies doet de structurering van het levensverhaal extra beklijven. Ten tweede vindt structurering plaats op het niveau van de behandeling als geheel. De levenslijn biedt de therapeut de chronologische structuur van de afzonderlijke exposuresessies. Maar de levenslijn biedt daarnaast ook de routekaart voor de totale NET-behandeling.<sup>186</sup>

### 6.3.3 *Wegen naar herstel*

Op verwerking en integratie wordt bij NET aangestuurd vanuit het concept van het *versterken van coherentie en continuïteit* van het levensverhaal. Dit staat voor het vermogen van het vasthouden van persoonlijke stabiliteit in verschillende contexten en periodes.<sup>187</sup> Het versterken van coherentie en continuïteit wordt ondersteund vanuit het concept van de *visualisatie* van het levensverhaal. Door het uitleggen van de levenslijn krijgt het eigen verhaal beeldend vorm, waarbij de mogelijke beperkingen van taal en reflectie worden omzeild. Traumatische herinneringen kunnen relatief veilig worden benoemd, omdat in dit eerste stadium nog niet dieper op de geplaatste stenen in zal worden gegaan.<sup>188</sup>

Het bij NET aan de hand van de levenslijn in de verbeelding opgeroepen levensverhaal biedt ruimte voor het verbinden van verleden, heden en zelfs toekomst. De verhalende vorm biedt daarbij de basis waarop het mogelijk is verhaallijnen te scheppen en te herscheppen. Zelfs toekomstdromen kunnen in de verhaallijn een plaats krijgen, waarmee ook de ervaring van grip op de toekomst kan worden uitgebouwd.<sup>189</sup>

---

<sup>184</sup> Jongedijk, 2014, p. 150, 155.

<sup>185</sup> Jongedijk, 2014, p. 153-155.

<sup>186</sup> Jongedijk, 2014, p. 149, 157.

<sup>187</sup> Zock, 2006, p. 80.

<sup>188</sup> Jongedijk, 2014, p. 201, 204.

<sup>189</sup> Leydenbach, T. (2013). The constitution of Narrative Identity. In M. Linden, & K. Rutkowski (Ed.), *Hurting memories and beneficial forgetting. Posttraumatic stress disorders, biographical developments and social conflicts* (pp. 115-123). Londen: Elsevier. p. 118.

In het gedicht aan het begin van dit hoofdstuk beschrijft Primo Levi het commando 'Wstawac' als een steen op de bodem van zijn ziel. Maar verderop in *'De getuigenissen'* beschrijft hij ook een bloem, die later coherentie en continuïteit zal blijken toe te voegen aan zijn leven. Wanneer in augustus 1944 de geallieerde bombardementen de omstandigheden toch nog erger weten te maken, krijgt hij hulp van de ook in Auschwitz aanwezige civiele arbeider Lorenzo.

*'[ik] geloof ... dat ik het aan Lorenzo dank dat ik nu in leven ben; niet zozeer om zijn materiële hulp als wel omdat hij me, met zijn aanwezigheid en zijn natuurlijke, vanzelfsprekende goedheid, voortdurend deed voelen dat er nog een rechtschapen wereld buiten de onze bestond, iemand en iets die zuiver en echt waren gebleven, niet verdorven en niet verruwd, vrij van haat en angst; iets dat heel moeilijk te omschrijven was, een verre mogelijkheid van betere dingen, maar waarvoor het de moeite waard was te blijven leven. ... Lorenzo was een mens: zijn menselijkheid was zuiver en onaangetast, hij stond buiten die wereld van negatie. Dank zij Lorenzo is het mij gegeven geweest om niet te vergeten dat ik ook een mens ben.'*<sup>190</sup>

Na de oorlog deed Levi pogingen Lorenzo te redden van zijn levensmoeheid. Toch overleed Lorenzo in 1952 aan alcohol en tuberculose. Maar de bloem uit Auschwitz leeft voort in de namen van Levi's kinderen, Lisa Lorenza uit 1948 en Renzo uit 1957.<sup>191</sup>

De nadruk op de *coherentie en continuïteit* van het levensverhaal maakt dat traumatische gebeurtenissen ingebed kunnen worden in een bestaande verhaalstructuur. Door deze nadruk op het gehele raamwerk van positieve en traumatische gebeurtenissen blijkt het geen probleem te zijn wanneer de kleinere bloemen en stenen niet aan bod komen. Wanneer de meest significante stenen behandeld zijn, kan het raamwerk van het levensverhaal zich gaan herstellen. De minder emotioneel beladen traumatische gebeurtenissen zullen daarna vaak geen exposure meer nodig hebben. Het levensverhaal lijkt zich rond deze trauma's te herstellen, waarmee deze kleinere gebeurtenissen op hun plaats vallen in een herstelde continuïteit.<sup>192</sup>

De verbeeldingsstap waarin het getuigenisverslag van het levensverhaal na de exposuresessies ritueel ondertekend wordt, bevestigt het hernemen van het auteurschap van het eigen levensverhaal. De groei in coherentie en continuïteit die hiermee samengaat, kan uitmonden in herwonnen houvast, heroverde waardigheid en nieuwe betekenisgeving.

## 6.4 Samenvatting

In dit hoofdstuk zijn de psychologische concepten en principes gerubriceerd waarmee de NET-benadering een beroep doet op het verbeeldingsvermogen in de benadering van PTSS. De volgende begrippen en principes bleken binnen NET van toepassing.

<sup>190</sup> Levi, 2000, p. 139-140.

<sup>191</sup> The Stories of Six Righteous Among the Nations in Auschwitz. (2016). *Lorenzo Perrone*. Geraadpleegd op 24 april 2016, van <http://www.yadvashem.org/yv/en/exhibitions/righteous-auschwitz/perrone.asp>

<sup>192</sup> Rousseau, C., & Measham, T. (2007). Posttraumatic suffering as a source of transformation: a clinical perspective. In L.J. Kirmayer, R. Lemelson, & M. Barad (Ed.), *Understanding trauma. Integrating biological, clinical, and cultural perspectives* (pp. 285-293). New York: Cambridge University Press. p. 286.

Ten eerste kunnen vanuit de behandelrelatie bij NET de concepten worden onderscheiden van *directiviteit* rond de routekaart van het levensverhaal en het *vanuit de therapeut toegevoegde vertelperspectief*. Regie vanuit de therapeut zal steeds nodig zijn om traumatische herinneringen niet langer te vermijden en ze in de persoonlijke verbeelding in contact te brengen met de koude herinneringen van destijds en met de actuele resonanties in het heden. Deze *directiviteit* van de therapeut hangt samen met de relationaliteit op basis waarvan de cliënt zich *nieuwe perspectieven* kan leren voorstellen om het eigen levensverhaal te kunnen kaderen en herformuleren.

Ten tweede is als model van de verbeeldingsruimte bij NET het concept van de *imaginaire exposure-driehoek* geformuleerd. De dynamiek binnen deze imaginaire exposure-driehoek, waarin warme herinneringen, koude herinneringen en het heden op elkaar worden betrokken, wordt ondersteund vanuit de concepten van *contextualisering* en *structurering*. Op het vlak van contextualisering helpt de levenslijn zowel bij het integreren van warme herinneringen in de koude context van destijds, als bij het integreren van de traumatische herinneringen in het levensverhaal als geheel. Op het vlak van structurering biedt de levenslijn structuur, overzicht en controle aan de cliënt tijdens de afzonderlijke exposuresessies. Daarnaast biedt de levenslijn de therapeut een chronologisch houvast waarmee de lijn voor de volledige behandeling kan worden uitgezet.

Ten derde is als weg naar herstel bij NET het concept van het *versterken van coherentie en continuïteit* onderscheiden, waarbij het concept van de *visualisatie* van de levenslijn een ondersteunende functie dient. De structurering die loopt van levenslijn tot getuigenisverslag biedt een houvast dat uitnodigt het verbeeldingsvermogen te heropenen. De verbeeldingsstap van het afsluitende ritueel van de ondertekening en overhandiging van het getuigenisverslag bevestigt het hernemen van het auteurschap van het eigen levensverhaal. Zo vormt NET angstige traumatische herbelevingen om tot verbale herinneringen, ingekaderd in een andere plaats en tijd.

| 'Anxiety is the dizziness of freedom.' - Søren Kierkegaard

## Hoofdstuk 7 Eindevaluatie

*' Perhaps one cannot, what is more one must not, understand what happened, because to understand is almost to justify...' - Primo Levi, overlevende Auschwitz*

De in hoofdstuk 1 geformuleerde vraagstelling en maatschappelijke doelstelling richtte zich op het verbreden van de ondersteuningsmogelijkheden van de psychodynamisch werkend GV-er in de benadering van PTSS als gevolg van intermenselijk geweld. In hoofdstuk 4, 5 en 6 zijn vanuit psychodynamische GV, vaktherapie en NET hiertoe de psychologische concepten verkend die een appèl doen op het verbeeldingsvermogen. Dit hoofdstuk combineert deze concepten om daarmee te komen tot de beantwoording van de centrale vraagstelling: Hoe kunnen de psychologische concepten achter vaktherapie en NET een psychodynamische benadering van GV aanvullen bij het ondersteunen van het verbeeldingsvermogen van mensen met PTSS, zowel in theorie als praktijk?

Na de beantwoording van deze centrale vraagstelling zal op de resultaten worden gereflecteerd in het discussiegedeelte van dit hoofdstuk. Na deze reflectie op de uitbreidingsmogelijkheden binnen toepassing en onderzoek zal worden besloten met aanbevelingen voor de psychodynamische praktijk van GV met betrekking tot trauma en verbeelding.

### 7.1 Conclusie

De psychodynamische benadering van GV zoekt naar wegen tot reflectie waarbij rechtstreeks gebruikt wordt gemaakt van verbeelding en symbolisering. Maar trauma kan het spel van de verbeelding belemmeren, wat ook het uitzicht op herstel inperkt. In de vorige hoofdstukken is verkend welke psychologische concepten door GV, vaktherapie en NET worden aangewend om na trauma het verruimen van het verbeeldingsvermogen te ondersteunen. Deze concepten kunnen per vakgebied gerubriceerd worden naar de typering van de behandelrelatie, het model van de verbeeldingsruimte en de beoogde wegen naar herstel (zie Tabel 7.1). De centrale vraagstelling van dit literatuuronderzoek zal benaderd worden vanuit deze drie onderscheiden rubrieken.

Concepten	Geestelijke Verzorging	Vaktherapie	Narratieve Exp. Therapie
<b>Rubrieken</b>			
<b>Typering van de behandelrelatie</b>	vertrouwensrelatie, vanuit veiligheid en structuur; holding; containment; transitieel object	holding en containment in medium; 'artists third hand'	directiviteit; vertelperspectief therapeut
<b>Model van de verbeeldingsruimte</b>	symboliserende driehoek van transitionele ruimte	creatieftherapeutische driehoek, vanuit veiligheid en structurering in het medium	imaginaire exposure-driehoek, op basis van contextualisering en structurering
<b>Beoogde wegen naar herstel</b>	versterken van religieuze copingvermogens	esthetische illusie; analogiemodel; affectregulatie	versterken van coherentie en continuïteit, op basis van visualisatie (van levenslijn)

Tabel 7.1 Overzicht rubrieken en concepten

### 7.1.1 Aanvullingen vanuit de behandelrelaties

De behandelrelatie van psychodynamische GV laat zich typeren als een persoonlijke vertrouwensrelatie. Hierin is de persoon van de GV-er het veilige uitgangspunt voor holding en containment. Maar na trauma door intermenselijk geweld kan het vertrouwen in mensen zo ernstig beschadigd zijn, dat de GV-er niet toegelaten kan worden als vertrouwenspersoon en niet benut kan worden als transitioneel object.

Vanuit de vaktherapie zijn op het gebied van de behandelrelatie de aanvullende concepten van *holding en containment in het medium* en *'the artists third hand'* onderscheiden. Hierbij wordt niet aan de therapeut, maar aan het artistieke medium een *containment* functie toegekend waarlangs de traumatische ervaringen opgeslagen en verwerkt kunnen worden. Daarbij vormt niet de vertrouwensrelatie met de therapeut, maar het geheel van de creatieftherapeutische driehoek de zelfversterkende *holding* omgeving. Vanuit de rol van *'the artists third hand'* kan de vaktherapeut frustraties doseren in deze transitionele ruimte waarmee de dynamiek wordt teruggebracht in het spel van de verbeelding.

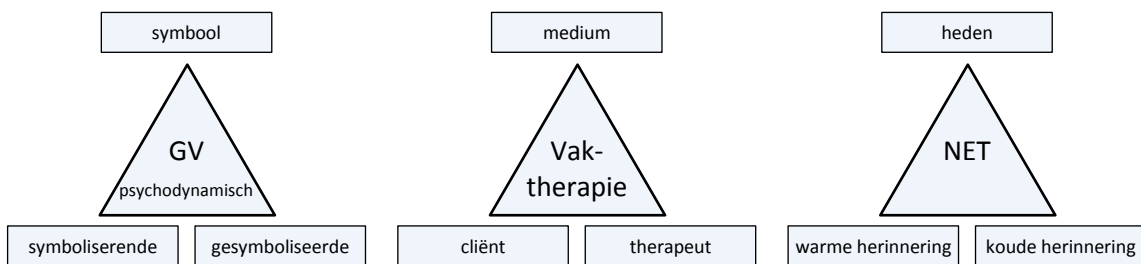
De aanvulling die hiermee vanuit de vaktherapie kan worden afgeleid voor de praktijk van de GV ligt met name in de verschuiving van de basis voor de vertrouwensrelatie naar het artistieke medium. Waar de GV-er eerst de persoonlijke aansluiting zoekt als ingang naar passende symboliek en ritualiteit, zoekt de vaktherapeut afstemming in de al aanwezige flexibele vormen van beeld of geluid. Op basis hiervan zou ook de GV uit kunnen nodigen in de wereld van symboliek en ritualiteit voordat een veilige vertrouwensrelatie tot stand is gekomen en het trauma samen verkend is. In omgekeerde volgorde kunnen de op de actuele ervaring afgestemde symbolen en rituele elementen een wisselwerking bieden die kan helpen het trauma te verkennen en vervolgens bespreekbaar te maken.

Vanuit de NET-benadering zijn op het gebied van de behandelrelatie de aanvullende concepten van *directiviteit* en het toegevoegde *vertelperspectief van de therapeut* onderscheiden. Terwijl GV uitgaat van persoonlijk vertrouwen, baseert NET zich op *directiviteit* die zich richt op exposure aan de eigen herinneringen. Traumatische gebeurtenissen worden niet vermeden bij het chronologisch bevragen van het levensverhaal, waardoor deze door de cliënt opnieuw doorgemaakt en verteld worden in de nadrukkelijke aanwezigheid van de therapeut. Het op deze manier *toegevoegde vertelperspectief van de therapeut* vraagt van de cliënt om een toegankelijke vorm van verbeeldingsvermogen. De reproductie van het verhaal in een vorm die door de therapeut kan worden gevolgd, vraagt namelijk van de cliënt dat deze zich openstelt voor het perspectief van de therapeut.

De aanvulling die hiermee vanuit de NET-benadering kan worden afgeleid voor de praktijk van de GV bestaat uit de herkende mogelijkheid om niet alleen vanuit aansluiting, maar ook vanuit directiviteit het verbeeldingsvermogen te helpen heropenen. Ook voordat de vertrouwensrelatie volledig tot stand is gekomen, kan de GV-er het levensverhaal al rechtstreeks bevragen. Het ingebrachte vertelperspectief van de GV-er vormt daarbij een uitdaging voor de cliënt om onzegbare herinneringen toch te vatten in begrijpelijke verbale structuren. Wanneer het aangaan van een vertrouwensrelatie nog niet tot de mogelijkheden behoort, zou de GV-er vanuit dit toegevoegde vertelperspectief toch een eerste ingang kunnen bieden om het trauma te verkennen.

### 7.1.2 Aanvullingen vanuit de modellen van de verbeeldingsruimte

Het model van de verbeeldingsruimte van psychodynamische GV is beschreven aan de hand van de transitionele ruimte. De GV-er kan uitnodigen tot het verkennen van de eigen verbeeldende transitionele ruimte door middel van bijvoorbeeld metaforische taal en ritualiteit. Maar traumatische herinneringen kunnen te angstwekkend zijn om deze in de reflectieve transitionele ruimte toe te laten. Als aanvulling op de transitionele ruimte zijn daarom vanuit de vaktherapie en vanuit NET respectievelijk de modellen van de verbeeldingsruimte van de vaktherapeutische driehoek en de imaginaire exposure-driehoek verkend (zie Figuur 7.1).



Figuur 7.1 De onderscheiden verbeeldingsdriehoeken per vakgebied

Vanuit de vaktherapie is op het gebied van de verbeeldingsruimte het aanvullende concept van de *creatieftherapeutische driehoek* onderscheiden, dat zich baseert op de concepten van *veiligheid en structurering in het medium*. Het door de GV gebruikte model van de transitionele ruimte kan ontoegankelijk blijken voor te angstwekkende traumatische herinneringen. Maar de *creatieftherapeutische driehoek* voorziet in een *veiligheid en structurering* waarin deze herinneringen of de achterliggende emoties en vitality affects toch gehanteerd kunnen worden. De verbeeldingsruimte van deze creatieftherapeutische driehoek is een ruimte van directe ervaringen in contact met het medium. Deze ervaringen in de creatieftherapeutische driehoek kunnen leiden tot een vorm van ervaringsleren die positief doorwerkt in het dagelijks leven.

De aanvulling die hiermee vanuit creatieftherapeutische driehoek kan worden afgeleid voor de praktijk van de GV bestaat uit de herkende mogelijkheid tot het non-verbaal uitnodigen tot het openen van een vorm van verbeeldingsruimte. Het werken vanuit het pre-verbale bewustzijn gaat niet uit van beschikbaar verbeeldingsvermogen, maar doet vanuit het artistieke medium een appèl op het verbeeldingsvermogen. Op basis hiervan zou ook de GV bij bijvoorbeeld rituelen niet direct uit hoeven gaan van eventuele verwijzende symboliek. In plaats daarvan kan gestart worden bij de wisselwerking met de fysiek in het ritueel aanwezige elementen. Juist na trauma kan de hiermee opgeroepen concrete zelfervaring opnieuw bepalen bij het leven in het heden in plaats van in de tijd van de traumatische gebeurtenis. En juist in dit heden kan aan eerdere ervaringen nieuwe betekenis worden toegekend.

Vanuit de NET-benadering is op het gebied van de verbeeldingsruimte het aanvullende concept van de *imaginaire exposure-driehoek* onderscheiden, dat zich baseert op de concepten van *contextualisering* en *structurering*. Door in de imaginaire exposure vanuit 'koude' herinneringen context en structuur te verlenen aan traumatische 'warme' herinneringen, worden deze traumatische herinneringen zowel ingedamd als vervolgens van betekenis voorzien.



De aanvulling die hiermee vanuit de imaginaire exposure-driehoek af te leiden is voor de praktijk van de GV is het belang van op het eerste gezicht ogenschijnlijk onbelangrijke details. Terwijl de GV geneigd is open vragen te stellen en vervolgens aan te sluiten bij de inhoud en de gevoelswaarde van de antwoorden, zal NET emotioneel beladen herinneringen ook sterk bevragen op de feitelijke context. Juist deze aandacht voor het schetsen van de feitelijke context rond de traumatische ervaring kan helpen om de vervreemdende indruk van de traumatische gebeurtenis te nuanceren. De wisselwerking tussen de afzonderlijke gebeurtenissen en het levensverhaal als geheel kan vervolgens leiden tot nieuwe inzichten en nieuwe betekenisgeving.

### **7.1.3 Aanvullingen vanuit de wegen naar herstel**

De beoogde wegen naar herstel baseren zich bij psychodynamische GV op het concept van het versterken van de religieuze copingvermogens. Het hiervan uitgaande appèl op het verbeeldingsvermogen en de in het verlengde daarvan mogelijke herwaardering van het trauma kunnen vervolgens leiden tot inweving van het trauma in het persoonlijke wereld- en Godsbeeld. Maar trauma blijkt de weg ook hardnekkig te kunnen versperren naar het openen van nieuwe perspectieven vanuit een zich hernieuwend wereldbeeld.

Vanuit de vaktherapie zijn op het gebied van de beoogde wegen naar herstel de aanvullende concepten van de *esthetische illusie* binnen het *analogiemodel* onderscheiden, die samenhangen met het uiteindelijk beoogde concept van *affectregulatie*. Zo kan een artistiek medium als bijvoorbeeld muziek de opgeroepen ervaringen ordenen en structureren in de tijd. Parallel daaraan zal het verstrijken van de muziek de in deze muziek ervaren verwijzingen naar de traumatische gebeurtenis ook helpen verstillen. Verdrongen gevoelens kunnen zo via het artistieke medium niet alleen worden opgeroepen op de persoonlijke gevoelslaag van de vitality affects, maar door middel van analogieën ook in het medium worden gereguleerd.

De aanvulling die hiermee vanuit de vaktherapie kan worden afgeleid voor de praktijk van de GV bestaat uit de herkende mogelijkheid tot het non-verbaal reguleren van nog onbenoembare emoties aan de hand van beeldende vormen. Zo kan blootstelling aan religieuze verhalen of rituelen resoneren met onbenoemde emoties. Het analogiemodel leert dat via affectregulatie deze onbenoemde emoties hiermee tot rust kunnen komen, van waaruit zelfversterkende parallellen verwacht mogen worden voor het dagelijks leven.

Vanuit de NET-benadering is op het gebied van de beoogde wegen naar herstel het aanvullende concept van het *versterken van coherentie en continuïteit* onderscheiden, ondersteund door het concept van de *visualisatie* van de levenslijn. Aan de hand van de levenslijn worden traumatische herbelevingen omgevormd tot verbale herinneringen die ingekaderd worden in een andere plaats en tijd. Traumatische herinneringen worden daarbij ontdaan van hun onbeheersbare emotionele lading, zodat ze een plaats kunnen krijgen in het langetermijngeheugen. Het therapeutische proces van het visualiseren van het levensverhaal staat daarmee aan de basis van het herstel van coherentie en continuïteit.

De aanvulling die hiermee vanuit de NET-benadering kan worden afgeleid voor de praktijk van de GV bestaat uit het bij NET herkende belang van het expliciet maken van het geheel van het levensverhaal. Visualisatietechnieken kunnen de GV-er ondersteunen bij het doorvragen op concrete gebeurtenissen en daarbij de handvatten bieden om juist de traumatische gebeurtenissen niet uit de weg te gaan. Vanuit de van NET afgeleide aandacht voor het overkoepelende beeld van het levensverhaal kan ook de persoonlijke coherentie en

continuïteit worden versterkt. Zo kan steun worden ervaren vanuit wereld- en Godsbeelden die herkend kunnen worden vanuit het geheel van het eigen levensverhaal. Deze steun vanuit het eigen hernieuwde narratieve betekenisconstruct kan zowel direct ervaren worden in het heden als indirect een perspectief openen richting de toekomst. Meer oog voor het overkoepelende beeld van het levensverhaal vanuit de GV zou zo kunnen bijdragen om na trauma van losse fragmenten opnieuw te komen tot een geïntegreerd levensverhaal.

## 7.2 Discussie

Na bovenstaande uiteenzetting van aanvullingen op psychodynamische GV, zal in deze paragraaf op de verzamelde resultaten worden gereflecteerd met het oog op eventuele uitbreidingsmogelijkheden binnen onderzoek en praktijk.

### 7.2.1 Overeenkomsten en verschillen tussen de vakgebieden

In het ondersteunen van het verbeeldingsvermogen van mensen met PTSS zijn in de verkende vakgebieden verschillen onderscheiden met betrekking tot de aangesproken ervarings- en verbeeldingswereld. Op het eerste gezicht kunnen zowel GV als vaktherapie en NET werken met narrativiteit. Ook maken al deze vakgebieden gebruik van beeldende werkvormen waarmee het levensverhaal centraal kan worden gesteld. Toch is GV daarbij vooral geneigd om existentiële thema's vanuit het levensverhaal te betrekken op het perspectief van overstijgende grote verhalen. Terwijl NET vooral focust op gebeurtenissen en bijbehorende emoties in het verleden, om deze vervolgens te integreren in het perspectief van het eigen levensverhaal. Vaktherapie ten slotte werkt vanuit het perspectief van de actuele ervaring in het medium, waarbij een eventueel ontstaan beeld van het levensverhaal slechts gewaardeerd wordt als een bijproduct.

Maar naast deze verschillen in focus en in de gebruikmaking van narrativiteit en verbeelding kennen de verkende vakgebieden ook een belangrijke overeenkomst in de nadrukkelijke waardering van de verschillende vormen van beeldend werken. Of het nu gaat om ritualiteit, om een muziektherapiesessie of om de gevisualiseerde levenslijn, steeds wanneer een persoonlijke lading wordt toegekend aan een beeldende vorm lijkt een overkoepelend psychologisch mechanisme in werking te treden. Wanneer de totale persoon volledig opgaat in het gevormde beeld, lijken denken en voelen samen te smelten in een ervaring van volledig mens-zijn.<sup>193</sup> Persoonlijk geladen beelden blijken te kunnen voorzien in een vermogen om perspectieven te verkennen die verder reiken dan het feitelijke en het vertrouwde.<sup>194</sup> En dankzij verbeelding kan uit deze perspectieven intrinsieke waarde en betekenis worden afgeleid voor het eigen bestaan.<sup>195</sup>

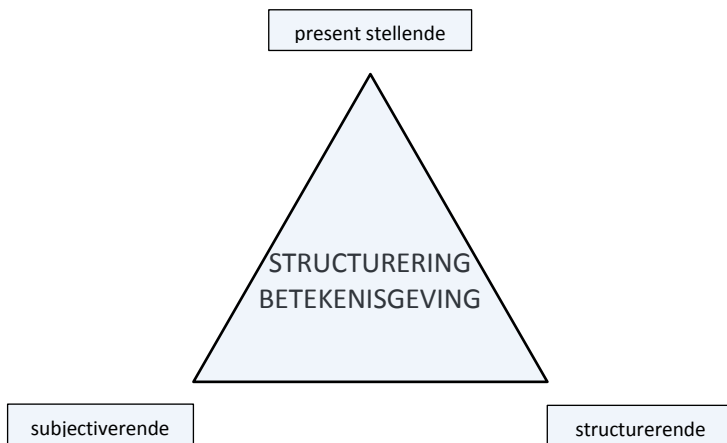
<sup>193</sup> Jackson, P.W. (1998). *John Dewey and the lessons of art*. New Haven: Yale University Press. p. 149.

<sup>194</sup> Alma, H.A. (2007). Verbeeldingskracht en transcendentie. De spirituele kracht van kunst. In I. Brouwer, I. van Emmerik, H. Alma, M. van Paassen, & A. Scholten (Red.), *De stille kracht van transcendentie. Wijsheid in beelden, verhalen en symbolen* (pp. 41-51). Amsterdam: Humanistics University Press. p. 46.

<sup>195</sup> Alma, H.A. (2008). Religious and aesthetic experiences. A psychological approach. In H. Zock (Ed.), *At the crossroads of art and religion. Imagination, commitment, transcendence* (pp. 23-37). Leuven: Peeters. p. 31.

### 7.2.2 Een veralgemeniseerd model van de verbeeldingsruimte

In elk van de verkende vakgebieden is een eigen model van een soort verbeeldingsruimte herkend om bovenstaande betekenisvolle perspectieven te openen (zie nogmaals Figuur 7.1). Steeds is hierbij op de drie hoekpunten van de verbeeldingsruimte sprake van een participerend subject (het subjectiverende), een veiligheid biedende structuur (het structurerende) en een medium dat present stelt en verbindt met het heden (het present stellende, zie Figuur 7.2).



*Figuur 7.2 Afgeleide veralgemeniseerde verbeeldingsdriehoek*

Bovenstaande veralgemeniseerde verbeeldingsdriehoek lijkt in de basiselementen te voorzien die benodigd zijn om na trauma het verbeeldingsvermogen opnieuw aan te spreken. De structurerende hoekpunt voorziet hierbij in veiligheid en weet de heftigheid van de emoties in te dammen. De present stellende hoekpunt kan tegelijkertijd bepalen bij de traumatische gebeurtenis, bij nieuwe perspectieven en bij het heden waarin deze beide op elkaar betrokken kunnen worden. De subjectiverende hoekpunt staat voor het ervaringsperspectief van de cliënt, die vanuit de twee andere hoekpunten ondersteund wordt en zich uitgenodigd weet de tussenliggende verbeeldingsruimte te betreden.

### 7.2.3 GV en therapie

Dit onderzoek heeft de aanvullingen verkend die vaktherapie en NET kunnen bieden voor psychodynamische GV met betrekking tot trauma en verbeelding. Het zou daarnaast ook interessant kunnen zijn om daarbij zijdelings te kijken naar de aanvullingen die psychodynamische GV zou kunnen bieden bij de gangbare vormen van traumatherapie. Zo is bijvoorbeeld van NET bekend dat deze therapie geen herstel bewerkt op het gebied van emoties die niet aan het primaire angstnetwerk gekoppeld zijn. Secundaire emoties als schuld en schaamte die na de traumatische gebeurtenis zijn ontstaan, zullen om die reden vaak niet direct vanuit NET verbeterd worden.<sup>196</sup> Psychodynamische GV zou de benadering van deze existentiële thema's in een parallel traject kunnen overnemen, waarmee het verloop van de NET-behandeling indirect ondersteund zou worden.

<sup>196</sup> Jongedijk, 2014, p. 251.

Het inzetten van GV als feitelijke traumatherapie zou een andere invalshoek kunnen vormen. GV richt zich op het welbevinden van de totale persoon, waarmee het aannemelijk wordt dat van gesprekken met de GV-er een heilzame werking uit mag gaan.<sup>197</sup> Maar de gangbare stelling is toch dat GV geen onderdeel uitmaakt van behandelplannen en op zichzelf geen therapie genoemd kan worden.

Toch zouden er wel vergaande uiterlijke overeenkomsten denkbaar zijn met bijvoorbeeld de vaktherapie. Zo zou GV de lijn van vaste rituelen naar vrije rituelen door kunnen zetten richting een vorm van 'open rituelen'. Dit nieuwe begrip van open rituelen zou kunnen staan voor een setting die vergelijkbaar is met een vaktherapeutische setting en waarin religiositeit wordt aangeboden als het 'medium' waarin de vormgeving kan plaatsvinden. Vergelijkbaar met vaktherapie zouden in eerste instantie alleen de kaders van het ritueel aangeboden kunnen worden, waarna de cliënt aangemoedigd wordt om vanuit het ervaringsproces het ritueel verder beeldend in te vullen.

Mogelijk gaat het nog een stap verder om het bespreken van existentiële thema's met de GV-er te combineren met vaktherapeutische sessies of met exposure sessies als bij NET. Wanneer thema's als leven, dood, schuld, schaamte of rouw voor blokkades in de therapie dreigen te zorgen, zou de GV-er op deze manier direct ter beschikking staan voor ondersteuning van de therapie.

Maar hoewel er wellicht voldoende praktische argumenten aangevoerd zouden kunnen worden om dergelijke kruisbestuivingen verder te onderzoeken, valt te verwachten dat hiermee toch de kern van de GV in het gedrang dreigt te komen. Vermenging met de belangen van het behandelplan zou bijvoorbeeld de onafhankelijkheid en daarmee ook de vrijplaatsfunctie ondermijnen.<sup>198</sup>

De Beroepsstandaard stelt zingeving en levensbeschouwing centraal in de definitie van GV.<sup>199</sup> Dit vormt de basis waarop het vakgebied van de GV zich kan onderscheiden naast de reguliere vormen van traumatherapie. Juist deze aandacht voor herintegratie van wereld- en Godsbeeld kan na trauma essentieel blijken om te kunnen komen tot hernieuwde betekenisgeving.

### 7.3 Aanbevelingen

Deze scriptie betreft een literatuuronderzoek en baseert zich daarmee voornamelijk op de theorie. Maar toch kunnen uit bovenstaande conclusies ook enkele praktische aanbevelingen worden afgeleid met betrekking tot psychodynamische GV gericht op trauma en verbeelding.

Zo wordt vanuit de onderzochte vaktherapie en NET het belang van verschillende aspecten van 'fysieke presentie in het heden' benadrukt. GV is in staat om waarde toe te voegen door perspectieven te verruimen tot voorbij het heden. Maar vaktherapie en NET benadrukken met hun aanpak dat hernieuwde betekenisgeving met betrekking tot verleden en toekomst altijd plaatsvindt vanuit het bewustzijn in het heden. Voor de GV is hier de aanbeveling uit af te leiden om traumatische herinneringen te benaderen vanuit de nadruk op het actuele en fysiek aanwezige spanningsveld dat opgeroepen wordt door bijvoorbeeld de religieuze verhalen of symbolen.

---

<sup>197</sup> Veltkamp, 2009, p. 157.

<sup>198</sup> Veltkamp, 2009, p. 154.

<sup>199</sup> VGVZ, 2015, p. 7.

Ook bestaat juist na trauma behoefte aan veiligheid en structuur om de traumatische herinneringen gedoseerd het hoofd te kunnen bieden zonder te vervallen in volledige herbelevingen. De fysieke presentie van materialen kan helpen voorzien in dit houvast. Dit kan een behulpzaam aandachtspunt zijn bij het werken met behulp van symboliek, ritualiteit of bijvoorbeeld een levenslijn. Ook is gebleken dat de fysieke presentie van met betekenis geladen beelden goed aan kan sluiten bij de nog pre-verbale belevingslaag waarop traumatische herinneringen kunnen rondzingen. Handelingen die fysiek verricht worden in het kader van symboliek of ritualiteit blijken vanuit deze pre-verbale belevingslaag te kunnen ondersteunen bij het openen van nieuwe perspectieven. Het handelingskarakter van fysiek uitgevoerde rituelen kan daarbij direct ook de ervaring bieden van het zetten van de eerste stappen in de richting van deze nieuw geopende perspectieven.

Vanuit een laatste praktische aanbeveling zouden de in de conclusie gerubriceerde aanvullingen op psychodynamische GV in een vervolg op dit literatuuronderzoek verder onderzocht kunnen worden op toepasbaarheid in de praktijk. Bij gebleken toepasbaarheid zouden de aanvullingen verder uitgewerkt en gestructureerd kunnen worden tot een praktische methodiek voor het ondersteunen van mensen met PTSS vanuit psychodynamische GV.

| *'Just as man cannot live without dreams, he cannot live without hope. If dreams reflect the past, hope summons the future.'* - Elie Wiesel, overlevende Auschwitz

## Literatuurlijst

- Allen, J.G. (2005). *Coping with trauma. Hope through understanding* (2e druk). Washington: American Psychiatric Publishing.
- Allen, J.G., Fonagy, P., & Bateman, A.W. (2008). *Mentaliseren in de klinische praktijk*. Amsterdam: Nieuwezijds.
- Alma, H.A. (2007). Verbeeldingskracht en transcendentie. De spirituele kracht van kunst. In I. Brouwer, I. van Emmerik, H. Alma, M. van Paassen, & A. Scholten (Red.), *De stille kracht van transcendentie. Wijsheid in beelden, verhalen en symbolen* (pp. 41-51). Amsterdam: Humanistics University Press.
- Alma, H.A. (2008). Religious and aesthetic experiences. A psychological approach. In H. Zock (Ed.), *At the crossroads of art and religion. Imagination, commitment, transcendence* (pp. 23-37). Leuven: Peeters.
- Bodisco Massink, H. (2012). Het religieuze verhaal en beeld als therapeutische interventie. In J. Van de Lans, & H. Bodisco Massink, *Religieuze symbolen in psychotherapie* (pp. 25-43). Baarn: Ambo.
- Bogert, C. van den. (2014). Psychotrauma in beeld, klank en beweging. Interview met vaktherapeuten binnen Centrum '45. *Tijdschrift voor vaktherapie*, 2, 67-71.
- Cullberg, J. (2009). *Moderne psychiatrie. Een psychodynamische benadering* (13e druk). Amsterdam: Ambo.
- Delfos, M.F. (2014). *Developmental perspective on trauma*. Amsterdam: SWP Publishers.
- Delver, J. (2007). Religieuze identiteit in meervoud. Over de persoonlijke identiteit van geestelijk verzorgers. *Tijdschrift Geestelijke Verzorging*, 42, 43-50.
- Gabbard, G.O. (1994). *Psychodynamic psychiatry in clinical practice. The DSM-IV edition* (2nd ed.). Washington: American Psychiatric Press.
- Gambetta, D. (1999). Primo Levi's last moments. Geraadpleegd op 9 april 2016, van <http://bostonreview.net/diego-gambetta-primo-levi-last-moments>
- Ganzevoort, R.R. (1998). Religious coping reconsidered. Part two: a narrative reformulation. *Journal of psychology and theology*, 26, 276-286.
- Ganzevoort, R.R. (2005). Als de grondslagen vernield zijn... Over trauma, religie en pastoraat. *Praktische Theologie*, 32, 344-361.
- Gaston, E.T. (Ed.). (1968). *Music in therapy*. New York: Macmillan Company.
- Gotink, W. (2015). *Vluchtelingen en asielzoekers: Wat staat de GGZ te wachten?* Geraadpleegd op 24 december 2015, van [http://www.ggz totaal.nl/pg-29166-7-97462/pagina/artikel\\_15-10\\_vluchtelingen\\_en\\_asielzoekers.html?utm\\_source=GGZTotaal&utm\\_campaign=800e332e48-Magazine\\_GGZ\\_oktober&utm\\_medium=email&utm\\_term=0\\_2eb968d0a2-800e332e48-170799993](http://www.ggz totaal.nl/pg-29166-7-97462/pagina/artikel_15-10_vluchtelingen_en_asielzoekers.html?utm_source=GGZTotaal&utm_campaign=800e332e48-Magazine_GGZ_oktober&utm_medium=email&utm_term=0_2eb968d0a2-800e332e48-170799993)
- Hengeveld, M.W. (2014). *Handboek voor de classificatie van psychische stoornissen DSM-5*. Amsterdam: Boom.
- Jackson, P.W. (1998). *John Dewey and the lessons of art*. New Haven: Yale University Press.
- Janoff-Bulman, R. (1992). *Shattered Assumptions. Towards a new psychology of trauma*. New York: The Free Press.
- Jongedijk, R. (2014). *Levensverhalen en psychotrauma. Narratieve exposure therapie in theorie en praktijk*. Amsterdam: Boom.
- Jongsma-Tieleman, P.E. (1996). *Godsdienst als speelruimte voor verbeelding: een godsdienstpsychologische studie*. Kampen: Kok.

- Jongasma-Tieleman, P.E. (2002). *Rituelen: speelruimte van de hoop. Wat rituelen (ons) doen.* Kampen: Kok.
- Kirmayer, L.J., Lemelson, R., & Barad, M. (2007). *Understanding trauma. Integrating biological, clinical, and cultural perspectives.* New York: Cambridge University Press.
- Kleber, R. (2012). Theoretische visies op trauma en de posttraumatische stressstoornis. In E. Vermetten, R.J. Kleber, & O. van der Hart (Red.), *Handboek posttraumatische stressstoornissen* (pp. 83-96). Utrecht: De Tijdstroom.
- Lavrijsen, M., & Macfarlane, C. (2014). Imaginaire exposure in beeld. Een beeldend protocol voor traumabehandeling. *Tijdschrift voor vaktherapie*, 2, 3-9.
- Levi, P. *De getuigenissen. Is dit een mens & Het respijt & De verdrinkenen en de geredden.* Amsterdam: Meulenhoff.
- Leydenbach, T. (2013). The constitution of Narrative Identity. In M. Linden, & K. Rutkowski (Ed.), *Hurting memories and beneficial forgetting. Posttraumatic stress disorders, biographical developments and social conflicts* (pp. 115-123). Londen: Elsevier.
- Loenen, G. van. (2005). Wat? Voor wie? Wanneer? Waarom? Een beschrijving van het product geestelijke verzorging. In G. van Loenen, *Voor de geest staan. Zorg voor zingeving als taak van de geestelijke gezondheidszorg* (pp.78-91). Tilburg: KSGV.
- McDargh, J. (1992). The deep structure of religious representations. In M. Finn, & J. Gartner (Ed.), *Object relations theory and religion. Clinical applications* (pp. 1-19). Westport: Praeger.
- Meijer-Degen, F. (2014). Exploring art therapy in conflict areas. *Tijdschrift voor vaktherapie*, 2, 61-66.
- Mooren, J.H.M. (2011/2012). *Verbeelding en bestaansoriëntatie.* Utrecht: De Graaff.
- Muthert, H., & Schaap-Jonker, H. (2015). Verbeeldingskracht als denkmodus - over trauma, kunst, en zoeken naar zin. *Psyche & geloof*, 26, 49-61.
- Norris, F.H., & Slone, L.B. (2014). Epidemiology of trauma and PTSD. In M.J. Friedman, T.M. Keane, & P.A. Resick (Ed.), *Handbook of PTSD. Science and practice* (2nd ed., pp. 100-120). New York: Guilford Press.
- Ogden, T.H. (1986). *The Matrix of the Mind: Object Relations and the Psychoanalytic Dialogue.* Northvale: Karnac Books.
- Ogden, T.H. (2004). On holding and containing, being and dreaming. *The International Journal of Psychoanalysis*, 85, 1349-1364.
- Pargament, K.I. (1997). *The psychology of religion and coping. Theory, research, practice.* New York: Guilford Press.
- Pieper, J.Z.T. (2012). Religieuze Coping: ontwikkelingen en onderzoek in Nederland. *Psyche & Geloof*, 23, 139-149.
- Pruyser, P.W. (1992). *Geloof en verbeelding. Essays over levensbeschouwing en geestelijke gezondheid.* Baarn: AMBO.
- Rijksuniversiteit Groningen. (2015). *Psychopathologie en religie.* Geraadpleegd op 30 september 2015, van <https://www.rug.nl/ocasys/vak/show?code=THMPSPRE5>
- Rohlof, H., & Smid, G. (2012). Klinische diagnostiek. In E. Vermetten, R.J. Kleber, & O. van der Hart (Red.), *Handboek posttraumatische stressstoornissen* (pp. 445-456). Utrecht: De Tijdstroom.
- Rousseau, C., & Measham, T. (2007). Posttraumatic suffering as a source of transformation: a clinical perspective. In L.J. Kirmayer, R. Lemelson, & M. Barad (Ed.), *Understanding trauma. Integrating biological, clinical, and cultural perspectives* (pp. 285-293). New York: Cambridge University Press.



- RTL Nieuws. (2016). *Terreuraanslagen Brussel*. Geraadpleegd op 8 april 2016, van <http://www.rtlnieuws.nl/nieuws/buitenland/ik-hielp-een-meisje-dat-haar-arm-kwijt-was>
- Sar, V., & Ozturk, E. (2005). What is trauma and dissociation? In G.F. Rhoades, & V. Sar (Ed.), *Trauma and dissociation in a cross-cultural perspective: not just a North American phenomenon* (pp. 7-20). New York: Haworth Maltreatment and Trauma Press.
- Schweizer, C. (Red.). (2009). *Handboek beeldende therapie. Uit de verf*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Smeijsters, H. (Red.). (2006). *Handboek muziektherapie. Evidence based practice voor de behandeling van psychische stoornissen, problemen en beperkingen*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Stöfssel, M., & Mooren, T. (2010). *Complex trauma. Diagnostiek en behandeling*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- The American Art Therapy Association. (z.d.). *What is art therapy?* Geraadpleegd op 12 februari 2016, van <http://arttherapy.org/aata-aboutus/>
- The Stories of Six Righteous Among the Nations in Auschwitz. (2016). *Lorenzo Perrone*. Geraadpleegd op 24 april 2016, van <http://www.yadvashem.org/yv/en/exhibitions/righteous-auschwitz/perrone.asp>
- Tillich, P. (1965). *Op de grens. Studies over theologie, filosofie en cultuur*. Utrecht: Bijleveld.
- Tillich, P. (1973). *The courage to be*. Glasgow: Fontana.
- Veltkamp, H.J. (2009). Domein, identiteit en passie van de geestelijke verzorging. In J. Doolaard (Red.), *Nieuw handboek geestelijke verzorging* (2e druk, pp. 147-159). Kampen: Kok.
- Verfaillie, M. (2011). *Mentaliseren in beeldende vaktherapie*. Antwerpen/Apeldoorn: Garant.
- VGVZ. (2002). *Beroepsstandaard voor de geestelijk verzorger in zorginstellingen*. Amersfoort: VGVZ.
- VGVZ. (2015). *Beroepsstandaard geestelijk verzorger*. Amsterdam: VGVZ.
- Vreeman, J., Quartier, T., & Smeets, W. (2009). Geestelijke verzorging in het kader van geestelijk welbevinden. *Tijdschrift Geestelijke Verzorging*, 53, 44-49.
- Winnicott, D.W. (2005). *Playing and Reality* (2e druk). Londen: Routledge.
- Zock, H. (1997). Religie als transitioneel fenomeen: Het belang van D.W. Winnicott voor de godsdienstpsychologie. *Nederlands Theologisch Tijdschrift*, 51, 31-48.
- Zock, H. (1998). Religie, relationaliteit en zinbeleving. Geloof als basis voor religie en zelfwording. In M. van Uden, & J. Pieper (Red.), *Wat baat religie? Godsdienstpsychologen en godsdienstsociologen over het nut van religie* (pp. 27-45). Nijmegen: KSGV.
- Zock, H. (2006). Leven van verhalen. De narratieve benadering in psychologie en pastoraat. In A. van Heeswijk, N. ter Linden, R. van Uden, & H. Zock, *Op verhaal komen. Religieuze biografie en geestelijke gezondheid* (pp. 78-88 ). Tilburg: KSGV.
- Zock, H. (2007). *Niet van deze wereld? Geestelijke verzorging en zingeving vanuit godsdienstpsychologisch perspectief*. Tilburg: KSGV.