



RITUELEN

WAAROM RITUELEN WERKEN

Een introductie door Joanna Wojtkowiak

EEUWENOUDE JOODSE RITUELEN ONLINE

Samenkomsten en Joodse rituelen tijdens de lockdowns

UITVAARTEN IN CORONATIJD

Het belang van afscheid kunnen nemen

Inhoud



4 Kenmerken van rituelen



9 De laatste groet op anderhalve meter: ingrijpende gevolgen voor de uitvaartsector



13 Samenkomsten en Joodse rituelen tijdens lockdown



17 Vier interviews over de waarde van rituelen



22 Hoe oude gebruiken weer relevant worden



28 Interview GZ-psycholoog Herman Veerbeek



Redactioneel

Rituelen zijn, heel kort gezegd, een serie handelingen en symbolen, die, op bepaalde momenten in een mensenleven, in een bepaalde volgorde worden uitgevoerd. Rituelen bestaan al zolang de mensheid bestaat. Veelal hebben rituelen een religieuze achtergrond. Zij helpen mensen om houvast te krijgen in moeilijke tijden of in onbegrijpelijke situaties. Rituelen zijn voorspelbaar, helpen emoties te reguleren en geven hierdoor overzicht, rust en troost. Rituelen werden en worden gebruikt voor het teniet doen van gevaren, het bevorderen van goede krachten en het weren van kwade krachten. Rituelen zijn veelal cultureel en sociaal bepaald; zij dragen bij aan een collectieve ervaring waardoor culturen en sociale groepen zich sterker verbonden voelen. Daar waar in Nederland rituelen vaak opgelegd en vanuit sociale druk bestonden zien we de afgelopen jaren dat er meer vrijheid is gekomen in het al dan niet deelnemen aan rituelen en zien we dat nieuwe rituelen zijn ontstaan. Denk bijvoorbeeld aan de stille tochten die georganiseerd worden na incidenten van 'zinloos' geweld.

Enkele jaren geleden zag ik op de televisie een drieluik waarin een Belgische fotografe en documentairemaakster in een periode van 6 jaar de hele wereld over reist en 26 landen bezoekt om vast te leggen hoe wij, in verschillende culturen, worden verwelkomd op de wereld, hoe wij ons aan elkaar verbinden en hoe wij afscheid nemen. In dit drieluik zie je hoe deze universele gebeurtenissen veel overeenkomsten hebben maar ook allemaal hun eigen unieke rituelen, tradities en gebruiken.

Dit themanummer is samengesteld in samenwerking met gastredacteur Bertine Mitima, die promoveert op het thema herdenken, rituelen, en omgaan met oorlogservaringen en verlies. Het nummer opent met een mooi artikel van Joanna Wojtkowiak, waarin zij beschrijft wat rituelen zijn en wat zij ons kunnen bieden op momenten van rouw en verlies. Manik Djelantik vertelt in haar column over de bijzondere rituelen en zienswijzen rondom verlies en rouw op het Indonesische eiland Bali, en de beschermende werking tegen rouw- en depressieve klachten die hier van uit lijkt te gaan.

Al met al is ook deze editie van Impact Magazine weer meer dan de moeite waard. Ik wens u ook deze keer veel leesplezier.

Ellen Klaassens – Hoofdredacteur Impact Magazine



31 Dodenherdenking vanuit het perspectief van migranten

EN VERDER

- 8 COLUMN**
Manik Djelantik: Een beetje Bali naar Nederland?
- 16 COLUMN**
Nienke Smit: Afscheidsritueel
- 27 COLUMN**
Sophie van den Bergh: Op zoek naar rituelen? Experimenten in het theater
- 34 BEELDVERHAAL**
Herdenking van het officiële einde van de Tweede Wereldoorlog op 15 augustus '45
- 36 BOEKEN**
- 39 NtVP**

impact magazine over de psychosociale gevolgen van ingrijpende gebeurtenissen

Impact informeert, agendeert en discussieert over de psychosociale gevolgen van ingrijpende gebeurtenissen op zowel mensen, organisaties als samenleving. Het magazine is gericht op mensen die zich beroepsmatig bezighouden met de psychosociale gevolgen van rampen, crisis, oorlog en geweld, zoals hulpverleners, onderzoekers en beleidsmakers. Daarnaast focust Impact zich op een brede groep professionals en anderen met interesse in terugkerende actuele thema's als psychotrauma, psychosociale hulp na rampen en crisis als ook oorlog, vervolging en geweld.

Impact is een uitgave van ARO Kenniscentrum Oorlog, Vervolging en Geweld en wordt mede mogelijk gemaakt door het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) en de Nederlandstalige Vereniging voor Psychotrauma (NtVP).

Abonnement Impact komt vier keer per jaar uit, een jaarabonnement kost € 27,50. Abonneren kan door een mail te sturen naar impactredactie@arq.org

Redactie Ellen Klaassens (hoofdredacteur), Lucia Hoenselaars, Bart Nauta, Onno Sinke en Arjen van Lil

Redactie coördinatie Marleen van de Ven

Redactieadres Nienoord 5, 1112 XE Diemen

Contact Tel. 088-3305190, e-mail: impactredactie@arq.org

Uitgave 6^{de} jaargang, 2022 - nr. 3

Oplage 1.050 exemplaren

Vorm en productie Bruksvoort Design

ISSN 2543-2591



Kenmerken van rituelen

Foto Unsplash

Een vrouw laat een lantaarn branden bij een herdenking.

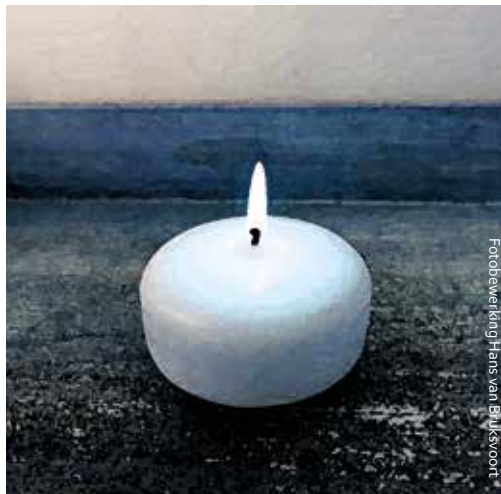
Rituelen ontstaan vaak na momenten van verlies of andere schokkende gebeurtenissen. Bloemen worden neergelegd na een tragisch ongeluk; een protestmars wordt gelopen na zinloos geweld; of een begraafplaats wordt bezocht ter nagedachtenis aan degenen die omkwamen in de Tweede Wereldoorlog. Maar waarom doen wij eigenlijk aan rituelen? Wat hebben rituelen te bieden op momenten van rouw en verlies?

door Joanna Wojtkowiak

Laten wij beginnen met de vraag: wat zijn rituelen? Deze vraag kan beantwoord worden aan de hand van vier kenmerken, namelijk: de intentionaliteit van rituelen, de sociale component van rituelen, de transformatieve kracht van rituelen en het zintuigelijke aspect van rituelen.

Rituelen worden vaak met gewoontes vergeleken: iets wat je vaak doet en waar je niet echt bij stilstaat. Dit is een veel voorkomende misvatting. Gewoontes doen wij weliswaar zonder er te veel bij stil te staan, maar rituelen vragen juist om het tegenovergestelde. Dit is het eerste kenmerk van ritueel: rituelen zijn intentionele

handelingen die met aandacht en zorg worden uitgevoerd. Een ritueel vraagt om fysieke en mentale inspanning, terwijl een gewoonte vrijwel automatisch, zonder veel na te denken wordt uitgevoerd. Rituelen daarentegen zijn speciale momenten die om aandacht vragen, waarin mensen vaak iets actief doen en dit bewust zintuiglijk ervaren. Ook in het alledaagse leven wijken rituelen af van het alledaagse. Het ritueel is een afgebakend, bijzonder moment. Wij maken er tijd voor vrij. Gewoontes gaan juist verloren in de hectiek van de dag. Een voorbeeld is het nuttigen van een maaltijd: het kan een gewoonte zijn om eten snel naar binnen te 'schuiven' zonder erbij na te denken, maar als de tafel wordt gedekt, telefoons worden weggelegd en er wordt gepraat over belangrijke thema's, dan wordt het nuttigen van de maaltijd in zekere zin geritualiseerd.



Een tweede kenmerk van rituelen is dat zij vaak een sociale component hebben, in het bijzonder bij verlies en rouw. In deze context zijn rituelen zichtbaar waarin bijvoorbeeld gezamenlijk afscheid wordt genomen van een dierbare of deze wordt collectief herdacht. Er wordt dus tijd genomen om samen te komen om aandacht te schenken aan dit moment. Het samenkomen na verdrietige gebeurtenissen werkt troostend – je bent niet alleen met je verdriet. Zeker bij de dood vormen de deelnemers aan het ritueel ook de getuigen van deze gebeurtenis: gezamenlijk wordt erkent dat iemand daadwerkelijk is overleden. Het uitvaartritueel heeft dus twee centrale betekenissen: het erkennen van de dood en het transformeren van het verlies naar een boodschap van hoop en troost, bijvoorbeeld door het ritueel af te sluiten met een dankwoord of de boodschap dat de dierbare in liefdevolle herinnering zal blijven.

Rituelen kunnen dus iets bijzonders en krachtigs bewerkstelligen: ze kunnen een verdrietige gebeurtenis transformeren tot een boodschap van hoop, een derde kenmerk van rituelen. Zo groeiden de protesten na de dood van George Floyd uit tot een wereldwijde beweging tegen het buitensporige politiegeweld tegen mensen van kleur. De tragische dood van één persoon werd getransformeerd tot een gedeelde boodschap: *Black Lives Matter*. Wanneer mensen de straat opgaan om te protesteren worden zij letterlijk weer in beweging gezet. Mensen laten hun stem horen door ritueel

handelen: er ontstaat een symbolische, collectieve vuist. Een tragische gebeurtenis wordt omgezet in een boodschap van hoop: de toekomst wordt geherinterpreteerd zonder het verleden te ontkennen. De pijn wordt in het ritueel erkent en door symbolische taal en handelingen omgezet tot iets van grotere betekenis. Het ritueel verbindt verleden, heden en toekomst en kan daarmee een nieuw perspectief bieden op de toekomst.

Het laatste kenmerk dat van belang is, is de zintuiglijke ervaring van rituelen. Rituelen zijn namelijk een communicatiemiddel waarin gebruik wordt gemaakt van meerdere sensorische elementen: beeld, klank, stilte, beweging, ruimte, tijd en zelfs smaak. In rituelen wordt

niet alleen gepraat, maar wordt ook iets ervaren en gedaan. Dergelijk symbolisch handelen kan heel krachtig zijn. In 1970 ging in Warschau de toenmalige Duitse bondskanselier Willy Brandt op zijn knieën tijdens de herdenking van de Tweede Wereldoorlog – een krachtig symbool voor nederigheid en vergiffenis. Inmiddels bevindt zich op deze locatie een monument van 'der Kniefall von Warschau' dat de collectieve betekenis van deze spontane toevoeging aan het ritueel herdenkt.

Rituele effectiviteit

Tot nu toe schrijf ik over rituelen alsof zij meetbare effecten hebben, maar dat is lastig te onderzoeken. Zo wordt er al jaren volop gedebatteerd over 'rituele effectiviteit'. Het feit dat rituelen subjectieve ervaringen zijn waarin het gevoel centraal staat, maakt deze moeilijk meetbaar. De betekenis in het ritueel wordt gecreëerd door een gezamenlijke, tijdelijke ervaring. De reflectie hierop (die meestal wordt gemeten in onderzoek) is een narratieve vertaling van de daadwerkelijke rituele ervaring. Deelnemers gebruiken wel dergelijk woorden zoals 'mooi' of 'dankbaar' naar aanleiding van een ritueel, maar het behoeft verschillende data-verzamelmethode, zoals etnografie, het afnemen van interviews, vragenlijsten of lichamelijke metingen om de belichaamde rituele ervaring te kunnen onderzoeken. Psychologisch onderzoek heeft bijvoorbeeld de hartslag gemeten van deelnemers en toeschouwers tijdens het vuurloop ritueel in Spanje. Hierbij lopen deelnemers over brandende kolen en kijken toeschouwers toe naar dit spektakel. Het blijkt dat toeschouwers lichamen meelevend met de momenten waarop de deelnemers door het vuur lopen.



Foto dpa/ANP

De Duitse bondskanselier Willy Brandt knielt bij het monument voor de slachtoffers van de opstand in het getto van Warschau, 7 december 1970.

Daarbij komt een psychologisch effect: hoe nauwer de band tussen looper en toeschouwer (denk aan familiebanden of vriendschappen), hoe meer hun hartslag ritmisch synchroon is. Het ritueel roept op tot synchrone bewegingen en dat creëert een gevoel van verbondenheid.

Oude en nieuwe rituelen

In Nederland zien wij al jaren een herwaardering van rituelen, zoals herdenkingen, persoonlijke uitvaarten en nieuwe rituele initiatieven na rampen en collectief trauma.

In de antropologie en religiewetenschappen worden rituelen gezien als culturele en religieuze gereedschappen die bijdragen aan sociale orde en gemeenschap. In traditionele en religieuze samenlevingen is dat vaak duidelijk omdat deze beschikken over complexe rituele systemen die het sociale en spirituele leven in stand houden en dirigeren. In seculiere contexten, waarin juist vaak afscheid is genomen van deze traditionele rituelen, is het sociale systeem en gemeenschapsgevoel minder duidelijk. Door de ontkerkelijking hebben mensen zich ontdaan van het strakke rituele jasje, maar dit heeft ook geleid tot sociale defragmentatie die kan leiden tot gevoelens van eenzaamheid.

Uitingen van rouw zijn bijvoorbeeld veel minder zichtbaar in onze samenleving, mede door het gebrek aan rituelen. Waar honderd jaar geleden het dragen van zwart een duidelijk symbool was voor rouw, zijn er tegenwoordig minder rituele handelingen waarmee rouw kan worden getoond. In meer traditionele samenlevingen worden rouwende personen speciaal behandeld door de gemeenschap – er moet extra voor hen worden gezorgd. Tegenwoordig geven mensen in westerse samenlevingen steeds vaker aan zich alleen te voelen met hun verlies. Na de uitvaart begint het rouwproces vaak pas en moeten mensen het leven weer zelf oppakken.

In Nederland zien wij al jaren een herwaardering van rituelen, zoals herdenkingen, persoonlijke uitvaarten en nieuwe rituele initiatieven na rampen en collectief trauma. Deze nieuwe rituelen hebben een andere opzet dan traditionele rituelen: ze zijn niet opgelegd door de sociale structuur, maar mensen kunnen kiezen of zij deel willen nemen aan het ritueel. Hier ligt een nieuwe taak voor rituelen in onze samenleving: ze moeten aanspre-

kend zijn en mensen duidelijk maken waarom het loont om aan dit ritueel deel te nemen. Want ook in een geseculariseerde en geïndividualiseerde samenleving bestaat de behoefte aan medeleven en verbondenheid.

Tot slot

Rituelen geven symbolisch vorm aan momenten die van sociaal of emotioneel belang zijn. Je kan iets doen met je verdriet, je kan een kaarsje branden of een bloem neerleggen. Rouw en verlies laten ons bevroren, maar rituelen zetten ons weer in beweging. Daarmee nemen rituelen het verdriet niet weg, maar geven ze een kader om met het verdriet om te gaan. Dit kader is een symbolische handelingsruimte. Waar je in werkelijkheid niets meer kunt veranderen aan de tragische gebeurtenis in het verleden, kun je in een ritueel wél je blik op de toekomst veranderen.

Maar rituelen zijn niet altijd oplossingsgericht: ze bieden geen garantie voor een bepaalde uitkomst. De rituele ervaring kan, zoals gezegd, moeilijk worden gevat of voorspeld. Rituelen zijn wél betekenisgericht. De betekenis ontstaat door de uitvoering en de andere aanwezigen en je kunt de best mogelijke condities creëren voor een betekenisvol moment. Daarbij is het van belang dat de gekozen symbolen afgebakend zijn en voor zichzelf spreken. Er ligt een spannend nieuw ontdekkingsveld voor rituelen.

Joanna Wojtkowiak - Universitair docent en coördinator celebrantenopleiding Universiteit voor Humanistiek

VERDER LEZEN?

Een overzicht van rituelen in therapie bij complexe rouw:

Wojtkowiak, J., Lind, J., & Smid, G. E. (2021). Ritual in Therapy for Prolonged Grief: A Scoping Review of Ritual Elements in Evidence-Informed Grief Interventions. *Frontiers in Psychiatry*, 11 (February), 1–13.

<https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.623835>

De persoonlijke toepassing van rituelen na de dood:

Ramshaw, E. (2010). The Personalization of Postmodern Post-mortem Rituals. *Pastoral Psychology*, Vol. 59 (2), p171-178.

<https://link.springer.com/article/10.1007/s11089-009-0234-6>

Het meten van rituele effectiviteit door middel van hartslag onderzoek:

Xygalatas, D., Konvalinka, I., Roepstorff, A. & Bulbulia, J. (2011). Quantifying collective effervescence. Heart-rate dynamics at a fire-walking ritual. *Communicative & Integrative Biology*, December, 735- 738. <https://doi.org/10.4161/cib.4.6.17609>



Iedereen die ooit op Bali is geweest, kent de mooie optochten waarschijnlijk wel. Honderden mannen, vrouwen en kinderen lopen in hun mooiste kleren, de kleuren op elkaar afgestemd. Er worden mooie bonte offers gedragen en een lopend orkest speelt gamelan muziek. Er wordt een 3 meter houten hoge toren gedragen door een groep jonge mannen. De toren is kleurrijk maar als je goed kijkt zie je dat er bovenop een lichaam in een doodskist ligt. De optocht begint serieus en geordend, maar eindigt in een vrolijke georganiseerde chaos. De toren zwiëpt heen en weer en de optocht lijkt meermaals te verdwalen om uiteindelijk op de plek van de crematie aan te komen.

Een beetje Bali naar Nederland?

Het eiland Bali staat bekend om zijn speciale rituelen en zinswijzen rond verlies en rouw. De beschreven optocht is slechts één van de tientallen ceremonies die worden uitgevoerd als er

iemand is overleden. De laatste ceremonie vindt pas plaats 5 tot 10 jaar na het verlies van de overledene. Dan nemen de hele familie en de buurt opnieuw afscheid. Veel antropologen hebben de unieke aanpassingsstijlen bij tegenspoed van Balinese mensen met interesse beschreven. Niemand lijkt verdrietig of getraumatiseerd! Dit vormde de aanleiding tot een van mijn leukste en leerzaamste onderzoeken die ik heb mogen uitvoeren. In samenwerking met onderzoekers van de Udayana Universiteit op Bali in Indonesië heb ik de aanwezigheid van persistente rouw, posttraumatische stressstoornis en depressie onderzocht. We interviewden familieleden van verkeersdoden gemiddeld 3 jaar na het ongeluk. Tot onze verbazing vonden we erg lage prevalenties (0-2%). Ter vergelijking: de prevalentie van posttraumatisch stress na verkeersincidenten in studies van andere lage- en middeninkomenslanden (Iran en Ethiopië) wordt geschat op ongeveer 20-30%. De deelnemers bleken bijzonder trouw te zijn aan hun religieuze en culturele gewoonten. Het doel van deze rituelen was voornamelijk het uiten van zorg voor de overledene. Interessant is dat symptomen zoals 'afstand voelen tot andere mensen', 'zelfverwijt' en 'suïcidale ideeën' helemaal niet werden gerapporteerd. In een studie die we in Nederland hebben uitgevoerd was 'afstand voelen' juist één van de 'brug'-symptomen van patiënten die waren vastgelopen in het rouwproces.



Deze bevindingen kunnen suggereren dat bepaalde aspecten van de Balinese cultuur nabestaanden beschermen voor het ontwikkelen van psychische problemen. Wie weet kunnen wij onze uitvaartrituelen ook een beetje aanpassen? Een fanfare uitnodigen? Meer aandacht voor vrolijkheid en lichtheid aan het eind van de plechtigheid? Maar misschien is het al heel zinvol om te beseffen dat het belangrijk is om aandacht te hebben voor het gemis, ook na de uitvaart. Hoe mooi zou het zijn als je 5 of 10 jaar later nog eens uitgebreid stil zou kunnen staan bij het verlies en je het gemis van je dierbare samen met je familie en vrienden zou kunnen dragen.

MEER WETEN?

Djelantik, A. A. A. M. J., Aryani, P., Boelen, P. A., Lesmana, C. B. J., & Kleber, R. J. (2021). Prolonged grief disorder, posttraumatic stress disorder, and depression following traffic accidents among bereaved Balinese family members: Prevalence, latent classes and cultural correlates. *Journal of Affective Disorders*, 292, 773-781.

Djelantik, A. A. A. M. J., Robinaugh, D. J., Kleber, R. J., Smid, G. E., & Boelen, P. A. (2020). Symptomatology following loss and trauma: Latent class and network analyses of prolonged grief disorder, posttraumatic stress disorder, and depression in a treatment-seeking trauma-exposed sample. *Depression and Anxiety*, 37(1), 26-34.

Manik Djelantik – Psychiater en universitair docent bij de zorglijn 'Ontwikkeling in Perspectief' en het zorgprogramma 'Trauma en Verlies in context' van het UMC Utrecht.



Foto Shutterstock

Livestream van een begrafenis.

Een laatste groet op anderhalve meter

Zoals de hele samenleving tijdens de pandemie op z'n kop kwam te staan, moest ook de uitvaartsector improviseren. Rouwen gebeurde op afstand, het aantal gasten was beperkt. Wat waren de gevolgen van die ingrijpende veranderingen? Een dubbelinterview. 'De kracht van het ritueel is eens te meer duidelijk geworden.'

door Sam de Graaff

'Dag Guus, wij gaan weer. Bedankt, mooie tentoonstelling!' Twee gasten van museum Tot Zover verlaten het café. Ze hebben een bezoek gebracht aan de tentoonstelling * vergaan, van kunstenaar Herman de Vries. Alles vergaat, is de insteek: bloemen, de zomer, tijd. Uiteindelijk ook het leven. Daar hoeven we volgens De Vries niet somber van te worden, integendeel. 'Als het leven ophoudt, gaat het leven verder, onophoudelijk.'

Guus is in dit geval Guus Sluiter, de directeur van het museum. De locatie van Tot Zover, op begraafplaats De

Nieuwe Ooster, is prachtig. Een groene oase van rust in Amsterdam-Oost. Dat deze tentoonstelling juist hier is ingericht, is geen toeval. Museum Tot Zover is officieel een uitvaartmuseum, maar behandelt de dood in de breedste zin van het woord. Naast museum is het bovendien ook een kenniscentrum: het museum participeert in de Funeraire Academie, een platform waar de uitvaartbranche en de wetenschap elkaar vinden. En Tot Zover adviseert organisaties die iets met de dood willen doen, van theatergroepen tot het ministerie dat met de nieuwe wet op de lijkbezorging bezig is.

Sluiter neemt de complimenten dankbaar in ontvangst. Dat hij gasten kan ontvangen, is een groot goed. Want hoe anders was het tijdens de pandemie. Musea waren dicht, net als cafés en zoveel andere sectoren.

Ook de uitvaartsector werd geraakt. Psycholoog en promovenda Bertine Mitima-Verloop van ARQ Kenniscentrum Oorlog, Vervolging en Geweld was benieuwd naar het effect van de pandemie op uitvaarten en op het ritueel van afscheid nemen. Samen met collega-onderzoekers stelde ze een vragenlijst op die ze onder Europese respondenten verspreidde. Konden mensen überhaupt aan een uitvaart deelnemen? Wat was het verschil tussen de beleving van een uitvaart vóór en tijdens de pandemie? En werden er alternatieve rituelen ingezet?

En, wat kwam er uit het onderzoek?

Mitima-Verloop: 'Eigenlijk vond ik het best verrassend. Qua aantallen zagen we weinig verschil tussen mensen die wel of niet konden deelnemen aan een uitvaart voor of tijdens de pandemie. Ook de evaluatie van een uitvaart, hoe mensen die hebben ervaren, was niet significant anders. Die uitkomst was anders dan het beeld dat ik had: dat mensen tijdens de pandemie vaak niet bij een uitvaart aanwezig konden zijn, en dat daardoor een groot gemis zou zijn ontstaan. Een beeld dat, denk ik,

voortkomt uit de media en deels uit kwalitatieve onderzoeken die ik heb gelezen. Maar dat in ieder geval deels onwaar bleek.'

Sluiter: 'Op de site van de Funeraire Academie staat een interviewserie van Martin Hoondert (verbonden aan de Tilburg University, red.):

Uitvaarten in tijden van corona. Daarin zijn de geïnterviewden verrassend positief over uitvaarten. Ik had deze uitkomsten dus wel een beetje verwacht. In de media kwamen inderdaad wel negatieve dingen naar buiten. Dat mensen niet mochten gaan, of over extreme lockdowns zoals in Italië. Maar al met al waren mensen dus best tevreden.'

'Een kleine uitvaart wordt soms zelfs als betekenisvoller ervaren, zo blijkt ook uit die gesprekken. Intiemer. Bij een uitvaart heb je meerdere cirkels aan gasten. De binnenste cirkel, met nabestaanden en vrienden, en van daaruit steeds verder naar buiten. Die buitenste cirkels kunnen nu makkelijker zeggen dat ze online kijken – er is steeds vaker een livestream beschikbaar. Er zijn



Bertine Mitima-Verloop



Een begrafenisstoet fietst door de stad tijdens de coronacrisis. De overledene wordt op een fietskar vervoerd.

mensen die denken dat grote uitvaarten daarom minder vaak zullen voorkomen.’

Wat is een kleine uitvaart precies?

Sluiter: ‘Ongeveer 25 mensen, denk ik, zoals tijdens de pandemie ook het maximum was. Ik moet ook zeggen: mijn ouders zijn vorig jaar allebei overleden. Bij hun uitvaart mochten 30 mensen aanwezig zijn. Voor hen maakte dat weinig uit, op de lijst stonden 23, 24 gasten. Ze waren oud, 90. Op die leeftijd hebben mensen meestal nog maar weinig vrienden.’

‘Echt grote uitvaarten zijn overigens vrij uitzonderlijk. Vanuit mijn kantoor hier zie ik elke dag uitvaarten voorbijkomen. Vaak gaat het bij een grote uitvaart om Afro-Surinamers – er komen hier veel creolen –, om een jong iemand, of om een uniformberoep. Dan komt het hele ziekenhuis of de brandweerkazerne langs.’

Op een uitvaart komen mensen natuurlijk niet alleen voor de overledene, maar ook om nabestaanden te steunen. Een maximaal aantal gasten kan daarin wel problematisch zijn, lijkt me.

Mitima-Verloop: ‘In mijn onderzoek vroeg ik respondenten niet direct naar wat zij vonden van de steun tijdens een uitvaart. Maar ik heb van anderen gehoord dat de pandemie daarop inderdaad een negatieve impact heeft gehad.’

Sluiter: ‘Ik denk dat het heel belangrijk is dat je mee kan als vriend, ook als je de overledene niet hebt gekend. Inderdaad, als steun. Dat miste je door de coronabeperkingen wel.’

Mitima-Verloop: ‘Mensen lieten in mijn onderzoek trouwens wel weten dat ze alternatieve rituelen hebben gevonden om te herdenken – dus ook als ze niet bij een uitvaart konden zijn.’

Wat voor rituelen waren dat?

Mitima-Verloop: ‘Meestal waren het niet eens per se alternatieven, maar hechtten mensen extra waarde aan bestaande rituelen, of voerden ze die op een andere manier uit. “De steun die er toch was, was zó bijzonder”, kreeg ik als reactie. Wat binnen de context van de pandemie wél kon, werd extra gewaardeerd. Dat iemand in z’n eentje naar een plek ging om een kaars aan te steken, bijvoorbeeld. Een noodzaak, door de pandemie, maar in die context voelde dat als een heel krachtig

symbool. Meer nog dan normaal.’

Sluiter: ‘Er wordt wel eens gezegd: we hebben geen rituelen meer. Dat is natuurlijk onzin. We hebben juist heel veel rituelen. In Nederland is heel veel mogelijk bij uitvaarten. Ga eens naar een uitvaart in Frankrijk of Italië – heel saai, veel traditioneler dan hier.

Het probleem is wel: als iemand overlijdt, is er vaak weinig tijd om iets te bedenken. Meestal kan dat alleen als je weet dat iemand binnenkort gaat overlijden. Iets wat we hier nu wel veel zien, is dat de kist wordt beschilderd. Of dat de koffietafel anders wordt ingericht – al blijft de traditionele koffie met cake ook heel populair. Veel uitvaarten zijn nog ongeveer hetzelfde. En dat is ook prima.’

Mitima-Verloop: ‘Misschien hebben mensen daar behoefte aan. Aan dat wat je kent, juist als iemand is overleden. Zoiets geeft rust.’

Sluiter: ‘Dát is eigenlijk een ritueel. Daarvan weet je bij voorbaat: dit en dit past en hoort binnen deze context, en andere mensen begrijpen dat ook.’

Zijn er nog meer andere of nieuwe rituelen opgekomen tijdens de pandemie?

Sluiter: ‘Ik heb ook gehoord dat mensen de uitvaart tijdens de pandemie klein hielden om later, als het weer zou mogen, bijvoorbeeld een herdenkingsbijeenkomst te organiseren. Of dat ook is gebeurd, weet ik niet. Zouden mensen tweeënhalp jaar nadat iemand overleden is dat nog doen? Ik vind dat heel interessant, maar misschien is het nog te kort na corona – als het überhaupt al echt voorbij is – om dat te constateren.’

‘Wat we ook wel zien, is dat uitvaartondernemers iets proberen te doen voor mensen die thuis zitten te kijken. Samen een kaars aansteken, bijvoorbeeld. Het aansteken van een kaars betreft je bij het ritueel – ook als je naar zo’n stomme laptop zit te kijken. De kaars blijft een van de krachtigste symbolen die er is. Binnen bijna alle culturen speelt vuur een rol in rituelen, vaak ook kaarsen. Je steekt hem aan, en er gebeurt wat. Super simpel, maar het werkt.’



Guus Sluiter



Expositie * vergaan van kunstenaar Herman de Vries in Museum Tot Zover.

Wat precies?

Sluiter: 'Ooit was onze samenleving heel religieus. De meeste religies geloven dat er iets gebeurt nadat je overlijdt – met je ziel, je geest, of je zielen. Er moet een scheiding plaatsvinden, afscheid worden genomen van het lichaam. Vervolgens kan de geest verder. Dat gaat met rituelen. Zo zijn er heel veel reinheidsrituelen. Met vuur, water. De rituele wassing bij moslims bijvoorbeeld. Daarna komt de rouwverwerking en het samen dragen van de rouw.'

Mitima-Verloop: 'Waar ik in mijn onderzoek op uitkom, is dat je een uitvaart niet kan simplificeren tot het symptoomniveau: hebben ze er iets aan gehad, zijn rouwklachten sterker aanwezig of juist minder? Het draait om bredere concepten. Zingeving, steun, erkenning. Met een vragenlijst kom je moeilijk achter de echte betekenis van een ritueel. Psychologen worstelen ermee om zoiets als het effect van ritueel, als je daar al van kan spreken, kwantificeerbaar te maken.'

Sluiter: 'Het is belangrijk dat er onderzoek wordt gedaan naar uitvaarten. De cijfers moeten worden gedeeld, ook door uitvaartorganisaties. Tegelijkertijd, inderdaad: getallen zijn leuk, maar er zit vaak heel veel achter. Dat hoor je in de verhalen van mensen zelf. Wat tijdens corona wel heel duidelijk is geworden, is de kracht van het ritueel. Door de ontkerkelijking zijn we beroofd van ons vaste palet aan rituelen. Nu zijn we op zoek naar vervanging. Kijk bijvoorbeeld naar de populariteit van lichtjesavonden of iets als *The Passion*. Juist in tijden dat het slecht met ons gaat, is er grote behoefte aan rituelen.'

Sam de Graaff - Freelance journalist, schreef onder meer voor Het Parool, de Volkskrant en persbureau ANP

PUBLICATIE

Het onderzoek van Bertine Mitima-Verloop is gepubliceerd in *Frontiers in Psychiatry* en is te vinden online: Mitima-Verloop, H.B., Mooren, T.T.M., Kritikou, M.E. & Boelen, P.A. (2022). Restricted mourning: Impact of the COVID-19 pandemic on funeral services, grief rituals, and prolonged grief symptoms. *Frontiers in Psychiatry* 13:878818 (2022), 1-8.

Wat denken jullie, zijn livestreams een blijvertje?

Mitima-Verloop: 'Op het werk blijft het er ook in. Alles moet in ieder geval hybride, zoals dat heet: deels online, deels op locatie. Ik vind het een mooie optie, dus ik ben benieuwd.'

Sluiter: 'Ik denk wel dat het blijft. De techniek is er en wordt beter, stabiel. Kerken en aula's beginnen zich er ook beter op in te stellen, al zie je nog vaak dat er een fantastisch uitzicht is op – ik noem maar wat – een bos, en dat daar simpelweg een beamer voor wordt gezet. Die is natuurlijk kansloos, dat wordt flets op een livestream. Maar goed, hoe beter de techniek, hoe fijner het is om naar te kijken. Het zou ook goed kunnen dat het voor bepaalde groepen extra aantrekkelijk is om samen ergens anders een uitvaart te bekijken. Schoolklassen bijvoorbeeld.'

Steun bieden aan elkaar en aan naasten van de overledene. Is dat, samen met de laatste eer bewijzen aan de overledene, de belangrijkste functie van een uitvaart?

Sluiter: 'Er zit nog iets voor.'



Foto: Jullie BIK

Samenkomsten en Joodse rituelen tijdens lockdowns

Online dienst bij de Liberaal Joodse Gemeente Amsterdam.

Voor zijn masterscriptie onderzocht Joost Blokker Joodse rituelen tijdens de covidpandemie. Hoe werden de eeuwenoude gebruiken vertaald naar deze crisis en hoe werd het gevoel van samenzijn in stand gehouden?

door Joost Blokker

Rituelen zorgen voor verbinding tussen mensen. Bij het praktiseren ervan, markeren mensen een moment, gebeurtenis of persoon als speciaal. Daar komt van alles bij kijken, ten eerste het menselijke lichaam. De houdingen die mensen aannemen geven uiting aan een intentie. De houdingen en bewegingen die mensen tijdens rituelen maken bevinden zich niet in het luchtledige. In het geval van Joodse rituelen, komen er om te beginnen teksten bij kijken die tot ver voor het begin van de algemene jaartelling teruggaan. Daarmee doel ik op de teksten in de Torah die op haar beurt weer van vele commentaren is voorzien binnen bijvoorbeeld de Talmoed. Deze teksten in de Talmoed zijn zelf ook weer bronmateriaal voor boeken zoals de codex over het correct uitvoeren van rituelen, genaamd de *kitsoer sjoelchan aroech*. Ik zal in dit artikel op basis van de onderzoeksbevindingen tijdens mijn masterscriptie ingaan op digitale Joodse rituelen, hoe deze eenzaamheid tegengaan, en op welke manier ze kunnen helpen bij de verwerking van intergeneratieel trauma.

In de Torah staan de Israëlieten centraal, waarbij de Hebreeuwse taal, namen en de dienst daaromheen zorgen voor identificatie tussen deelnemers van de dienst

en de verhalen binnen de eeuwenoude teksten uit dit boek. Naast de Torah is er een psalmen- en gebedenboek waaruit deelnemers tijdens een synagogedienst lezen. Een chazan (voorzanger) en eventueel een rabbijn of ander lid van de synagoge kan de dienst leiden. Hoe de leiding van de dienst wordt gegeven hangt af van de synagoge. De deelnemers aan de dienst geven antwoord op de chazan en de rabbijn door delen van gebeden mee te reciteren, te zingen of bijvoorbeeld door ameen te zeggen na een gebed. Tijdens delen van de dienst is het ook de bedoeling om een specifieke lichamelijke handeling te verrichten, zoals op te staan, de touwtjes van een gebedsmantel te kussen, of te bewegen naar een kast waarin Torarollen zijn opgeborgen. De rituelen die ik hierboven beschrijf vinden meestal plaats in een synagoge. Tijdens mijn onderzoeksmaster in culturele antropologie in 2020-2021 was dat door de lockdowns echter lang niet altijd het geval. In oktober 2020 openden 'orthodox' genoemde synagogen – waarvan leden vaak worden getypeerd als 'wat strenger in de leer' – na een lange periode van sluiting vanwege besmettingsrisico's, weer hun deuren. De opening van deze sjoels was mogelijk omdat gebedshuizen door de

vrijheid van godsdienst met meer dan dertig personen mochten blijven samenkomen. Tijdens mijn onderzoeksperiode van 23 januari tot 8 april 2021, bezocht ik echter vooral sjoeldiensten en Joodse feestdagen georganiseerd vanuit de Liberale Joodse Gemeente. De samenkomsten die ik daarbij bezocht vonden niet in een synagoge, maar veelal online via Zoom plaats. Een lid van het bestuur van de synagoge waarbij ik een groot deel van mijn onderzoek deed, zei daarover het volgende: 'We kunnen het gewoon écht niet goed vinden dat mensen in de sjoel komen. We willen onder geen voorwaarde dat er besmettingen komen... Er zijn veel oude leden... dus we hebben het boeltje dichtgegooid als bestuur.'

Doordat we elkaar tijdens de rituelen op het scherm konden zien en horen, voelden veel deelnemers zich minder alleen.

Hoewel leden van deze sjoel niet meer in het synagogegebouw samenkwamen, was het belangrijk dat zij via digitale middelen het gevoel van samenzijn in stand hielden. Één van de zaken die verband hield met het belang van samenkomen, is de doorwerking van de Sjoa binnen de levens van de leden van de gemeente. Tijdens mijn onderzoek leerde ik Hillel kennen, die mij uitlegde waarom het gevoel van samenzijn belangrijk is om met intergeneratieel trauma om te gaan. Hillel was recentelijk lid van deze synagoge geworden, nadat

hij erachter kwam dat hij via zijn moeder Joods is. Zijn moeder was door haar trauma niet in staat geweest om Hillel te vertellen dat zij Joods was. Dit is een bekend fenomeen: trauma uit zich door 'stilte ... die zich vaak binnen de kern van intergeneratieel trauma bevindt.' (Harris, 2020: 72 *vertaling Joost Blokker*)

Stilte en de beleving van samenzijn via computers

Hillel vertelde het volgende om uit te leggen hoe belangrijk samenzijn voor hem was, nadat hij leerde dat zijn moeder vanwege haar trauma zijn Joods-zijn voor hem had verzwegen.

'Het afgelopen twee jaar heb ik vrijwel iedere dienst gevolgd. Ben ik of in *sjoel* geweest, of online. Ik heb toch een aantal mensen gesproken, die heel bekend zijn met die tweedegeneratie problematiek zoals ik dat ook heb ervaren. En zelfs dát... verbaasde me. Omdat ik altijd het idee heb gehad, van, ja daar ben ik alleen in... En dan is het niet zo dat je tegen elkaar gaat staan huilen... maar je zegt gewoon van ja... dat herken ik, dat deed mijn vader ook... of dat deed mijn moeder ook... daar hebben we ook nooit over gesproken. Voor de rest wordt het dan geen heel moeilijk gesprek, maar je begrijpt elkaar direct... je hoeft er niets over uit te leggen... de hele Jodenvervolging was natuurlijk puur om... niet omdat mensen slecht waren, maar om wie ze waren. En dat krijg je dus deels mee... waar je als kind niet mee leert omgaan. En als je dan dat allemaal op z'n plek kunt krijgen.. en je merkt dat mensen hetzelfde hebben ervaren.. en waar het onderling eigenlijk geen probleem is. Want we zijn nu hier allemaal bij elkaar... we zijn nu hier samen.'



Online Jom Kipoer in de Liberaal Joodse Gemeente Rotterdam.

De vignette hierboven laat zien hoe samenzijn in sjoel kan helpen bij het verwerken van intergenerationeel trauma, iets dat Hillel in eenzaamheid moeilijk een plaats kon geven. Daarbij is een belangrijke vraag met betrekking tot mijn scriptieonderzoek: hoe kunnen synagogeleden samenzijn ervaren door deel te nemen aan rituelen voor een computerscherm? Om dat te begrijpen is het belangrijk om stil te staan bij lichamelijke gevoelens en herinneringen die de ervaringen tijdens een digitaal sjoelbezoek mede vormgeven.

Digitaal meedoen gaf veel mensen het gevoel er nog steeds bij te horen.

Allereerst biedt een synagogedienst of een viering van een Joodse feestdag een structuur waarbij deelnemers weten wanneer zij bijvoorbeeld een deel van een gebed kunnen reciteren, een psalm kunnen zingen of een zegenspreuk zeggen over een gerecht dat symbool staat voor een onderdeel van een feestdag. Ook achter een computer zorgen deze rituelen voor speciale momenten en bieden synagogediensten daaromheen een vast kader dat een vertrouwd gevoel geeft. Het door middel van speciale gebeden- en liederenboeken meezingen, en op de juiste momenten meebewegen met onderdelen van diensten, zorgt dat deelname in Joodse tradities voor deelnemers tastbaar wordt, ook achter het beeldscherm. Door interactieve rituelen waaraan synagogeleden kunnen deelnemen kunnen zij het gevoel van voortzetting van Joodse tradities vasthouden. Voor het uitdragen van deelname in deze tradities, maakten de rabbijn, het bestuur en leden ook gebruik van het computerscherm zelf. De host van Zoom bracht bijvoorbeeld meerdere deelnemers die tijdens Pesach matzes omhoog hielden en zegenspreuken uitspraken, op het computerscherm in beeld. Op sommige momenten zoals tijdens verjaardagen of een bar- of bat mitswa, bracht de host grootouders, kinderen en kleinkinderen tegelijk samen in beeld. Op deze momenten sprak de rabbijn een zegenspreuk uit over de hele familie. Dat waren voor veel leden van een sjoel gevoelige momenten, waarin ik zag hoe deelnemers breed glimlachten of een traantje wegpinkten. Tijdens de lockdown werd het beeldscherm eveneens gebruikt voor het tonen van de wekelijkse tekst uit de Torah op het grote scherm, waarbij een erudiet persoon de melodieuze klank die bij het lezen van deze tekst hoort overdroeg via onze computers. Doordat we elkaar tijdens de rituelen op het scherm konden zien en horen, voelden veel deelnemers zich

minder alleen. Ik voelde me zelf ook minder eenzaam tijdens de lockdown, doordat ik kon meedoen met de diensten, die vaak leerzaam en fijn waren. Daarbij zorgde het zichtbaar samenzijn via computers, verhalen en gebruiken die het doorgeven van Joodse tradities markeren, voor een gevoel van troost voor deelnemers die veel diep verdriet en pijn meedragen. Veel van de mensen die digitaal met de diensten meedoen, zouden zonder de virtuele mogelijkheden, niet in de gelegenheid zijn om mee te doen. Dat komt bijvoorbeeld omdat zij in een verpleeghuis zitten, of wonen in plaatsen waar minder dan tien Joden wonen (het minimale aantal dat is vereist voor een synagogedienst). Digitaal meedoen gaf hen het gevoel er nog steeds bij te horen.

De voortzetting van digitale rituelen en samenkomsten

Na de perioden van lockdown zijn er gelukkig nog steeds mogelijkheden om digitaal mee te doen aan samenkomsten waarbij mensen samen Joodse tradities voortzetten. Dat geldt zowel voor Sjabbatdiensten van liberale gemeenschappen, waarbij leden diensten in het synagogegebouw thuis live kunnen volgen, als voor bijvoorbeeld doordeweekse samenkomsten van leden van het 'orthodoxe' NIHS. Zo zijn er nog tal van andere samenkomsten waarbij het op digitale wijze mogelijk is om vanuit Joodse tradities en gebruiken te leren over de wereld om ons heen.

De reden dat veel Joodse samenkomsten nu deels online plaatsvinden, komt natuurlijk doordat gebeurtenissen als de coronapandemie – waardoor er veel meer 'vanuit huis' plaatsvindt – evengoed invloed heeft op Joodse gemeenschappen als op de rest van onze samenleving. De steeds grotere toename van digitale samenkomsten rondom het Jodendom, betekent niet noodzakelijk dat mensen steeds meer losraken van tradities, omdat men juist via rituele gebruiken en het doorgeven van verhalen betekenis geeft aan bijeenkomsten via digitale communicatiemiddelen. Hierdoor is te zien dat juist eeuwenoude gebruiken mensen helpen om te gaan met crisissituaties die ten tijde van globalisering ontstaan.

Joost Blokker volgde Sociale en Culturele antropologie aan de Vrije Universiteit en studeerde af met de scriptie *Jewish rituals on screen: Digital engagement with Judaism in The Netherlands during times of Covid*

REFERENTIES

Harris, J. (2020). An inheritance of terror: postmemory and transgenerational transmission of trauma in second generation Jews after the holocaust. *The American journal of psychoanalysis*, pp. (69-84).



Er is een foto van. We staan op het voetbalveld van een school, een paar honderd meter bij de kliniek vandaan. We zijn met een bont gezelschap: de lieve, intellectuele psychiater; de betrokken verpleegkundig specialist; een vijftal enthousiaste sociotherapeuten; de zorgzame maatschappelijk werkster; de bevlogen arts; de joviale kliniekcoördinator; vier Afghaanse kinderen vanuit de gezinskliniek; een aantal stoere, getraumatiseerde Nederlandse veteranen en ik. Allemaal zijn we hier voor het afscheid van een jonge West Afrikaanse man die een aantal jaar geleden als minderjarige vluchteling naar Nederland is gekomen. In Nederland is hij als 'ongewenst vreemdeling' verklaard. In het land waar hij vandaan komt zien ze hem liever dood dan levend. Na een lange, intensieve klinische traumabehandeling neemt hij vandaag afscheid. Van alle drie de verschillende afdelingen van onze kliniek zijn er patiënten en medewerkers gekomen om ter ere van dat afscheid met elkaar een partijtje voetbal te spelen.

Afscheidsritueel

Met veel wantrouwen begon hij een aantal maanden eerder zijn behandeling. Als je in je leven al zo vaak mee hebt gemaakt dat er misbruik van je wordt gemaakt op je meest kwetsbare momenten, waarom zou je anderen dan nog vertrouwen? Waarom zou je je verbinden aan mensen, als het afscheid van de mensen die je het meest dierbaar waren zo pijnlijk en abrupt was?



Bewerkte foto Hans van Bruksvoort

Wie zegt je dat dat in de toekomst niet weer zal gebeuren? Door alle gebeurtenissen van voor, tijdens en na zijn vlucht was deze jongeman zijn vermogen om zich aan anderen te kunnen verbinden kwijtgeraakt. Voetbal was het enige dat hem door alles wat hij in zijn leven meemaakte heentrok.

Veel van de vluchtelingen die bij ons in de kliniek behandeld worden hebben niet goed afscheid kunnen nemen toen zij vluchtten voor oorlog, vervolging en geweld. De gebruikelijke afscheidsrituelen konden niet plaatsvinden toen zij hun geliefden verloren aan een vaak gewelddadige dood. Ze hebben geen gedag kunnen zeggen tegen dierbaren die zij in hun leven achter zich moesten laten - onzeker of zij elkaar ooit weer zouden zien. Ze realiseerden zich niet dat ze bij hun vertrek, hun huis, spullen en land voor het laatst zagen. Wij vinden het daarom extra belangrijk om aan het eind van een opname bewust afscheid te nemen, met een ritueel zoals een patiënt dat zelf graag zou willen. Voor deze man was dat niet zo moeilijk. Voetbal was gedurende zijn hele opname zijn bron van kracht. En zonder dat hij het zelf doorhad, verbond hij daarmee heel veel mensen aan elkaar en aan zichzelf. Dit was terug te zien in de ontroerend grote en diverse opkomt bij zijn afscheid op het voetbalveld.

Een paar jaar na deze voetbalwedstrijd vertelt hij dat hij het gevoel heeft dat hij in de kliniek volwassen is geworden; dat hij hier heeft geleerd weer mens te zijn en dat hij door de opname de stap heeft durven te zetten om weer vriendschappen te sluiten. Volgens zijn land van herkomst en het Nederlandse systeem is hij nog steeds ongewenst, maar op de foto van die laatste voetbalwedstrijd is goed zichtbaar hoe gewenst hij eigenlijk is.

Nienke Smit - Klinisch psycholoog bij ARQ Centrum'45



‘Rituelen kunnen helpen bij loslaten, juist doordat ze houvast geven’

Hoe geven rituelen betekenis na ingrijpende gebeurtenissen? Journalist Anna Deems sprak voor *Impact Magazine* met vier mensen over de waarde van rituelen.

door Anna Deems

‘Het traumatische beeld veranderde in het beeld van een vredige plek’

Marjolijn Engelhard (48) is beeldend therapeut bij ARQ Centrum'45

‘Op de kliniek van ARQ Centrum'45 werk ik vooral met mensen met een beroepsgerelateerd trauma, zoals veteranen en politie. Soms werk ik ook met vluchtelingen en met mensen met vroegkinderlijk trauma. Wat zij allemaal dragen is verlies: van mensen, gezondheid of een bepaalde kwaliteit van leven. Een andere gemene deler van de mensen die ik zie, is dat er sprake is van een opstapeling van ingrijpende gebeurtenissen. Vaak heeft iemand al in de vroege jeugd een trauma meegemaakt en al langer in een kwetsbare positie gezeten.

Beeldende therapie kan je zien als één groot ritueel van traumaverwerking, waarbij we verdriet en pijn zichtbaar maken en zoeken naar een beeld dat steun en troost kan geven. Met mensen die een verlies hebben geleden en dat niet los hebben kunnen laten, doe ik specifieke rouwrituelen. Denk bijvoorbeeld aan veteranen die een maat hebben verloren tijdens de uitzending, snel weer door moeten en de begrafenis niet kunnen meemaken.

Een mooi voorbeeld is een traject dat ik heb doorlopen met een Bosnische vluchteling, die op zijn 17de in een kamp was vastgezet door Serviërs. Voor zijn ogen werd een jonge vent neergeschoten. Hij kon niets voor hem doen, dat is heel traumatisch geweest. Een beeld werd vastgezet in zijn brein: het gezicht van de jongen die voor hem lag met zijn knalblauwe ogen die open waren. Hij heeft een beeldje van klei gemaakt van de jongen, ook die blauwe ogen gaf hij daarop aan. Voordat iemand zover is om zo'n beeldje te kunnen maken, ben je al een paar sessies verder. Zo werden eerst veel emoties die voorbijkwamen, zoals boosheid en machteloosheid, uitgewerkt in aparte werkstukken.



Foto Marjolijn Engelhard

Het idee was dat we echt een begrafenisritueel zouden doen voor de jongen. We hadden een datum geprikt en een mooi plekje gezocht op ons terrein. Zelf had hij een stuk stof gezocht om het beeldje mee in te pakken, een steen beschilderd en daar neergezet en een gebed voorbereid. Het kleien lichaampje reinigde hij, met een kwastje, iets wat in zijn cultuur een heel belangrijk onderdeel van het stervensritueel is. Daarna heeft hij het beeldje ingewikkeld, een bloem erop gelegd, een gebed uitgesproken en het beeldje echt in het graf gelegd. Samen hebben we de aarde erop gedaan, nog een gebed uitgesproken en er nog een tijdje bij gezeten. Het beeldje werd echt die jongen.

De vorm van een ritueel hangt erg af van waar je vandaan komt. In dit geval was dus een begrafenisritueel heel belangrijk, in andere culturen of religies kan dat een crematie zijn. Maar het doel is altijd hetzelfde: het loslaten van het traumatische beeld en het script dat daarbij hoort veranderen, *rescripting*. Voor deze man veranderde het script van blijven hangen in het beeld van de stervende jongen in het beeld van een vredige plek, waar de jongen rust kon vinden in zijn graf.

‘Fysieke handelingen geven een gevoel van controle’

Menachem Sebbag (53) is hoofdkrijgsmachtrabbin bij Defensie



‘Als geestelijk verzorger ben je een soort thermometer van de morele toestanden van de troepen. Je hebt een duidelijke signaalfunctie, omdat je kan aanvoelen wat er op de werkvloer plaatsvindt. Juist omdat we heel veel vragen van onze mensen, bij wie het geweldsmonopolie ligt, is er baat bij dat ze geestelijk en mentaal goed in balans zijn.

Veel militairen kampen met gevoelens van schuld en schaamte. Ik wil benadrukken dat dat geen mentale afwijking is. Als maatschappij vragen wij jonge mensen om ongelooflijk ingewikkelde dingen te doen ten behoeve van de vrede en veiligheid voor ons land, in opdracht van onze regering. Hun opofferingsgezindheid, waarbij ze schade oplopen door dingen waarvoor zij niet verantwoordelijk zijn, verdient respect, dankbaarheid en empathie.

Rituelen loodsen je door moeilijke periodes of omstandigheden die je niet gewend bent. Op het moment dat je wordt geconfronteerd met iets waar je geen uitleg van hebt of gevoelens die je niet kan plaatsen, beroep je je op andere rituelen. Mensen die religieus zijn en waarde hechten aan hun religieuze achtergrond, grijpen vaker terug naar die aspecten van hun zijn, waar ze in normale omstandigheden niet veel aandacht aan besteden. Gesprekken met soortgelijken of theologische schriften bieden dan zekerheid en rust.

Veel ervaringen van militairen worden gekenmerkt door een gevoel van machteloosheid. Ze krijgen opdrachten van generaals. Die weten dat een actie in het grote geheel belangrijk is, maar voor een militair is dat niet

zo zichtbaar. Je kunnen overgeven aan een bevel en er vertrouwen in hebben dat die opdracht juist, nuttig en noodzakelijk is – dat is inherent aan het werk als militair. Maar mensen die in de 21ste eeuw zijn grootgebracht, zijn heel anders geconditioneerd: je moet alles weten en begrijpen en regie hebben over je acties. Rituelen kunnen helpen bij loslaten, juist doordat ze houvast geven: “Ik heb er vertrouwen in dat het goede het overneemt, en steek een lichtje aan waarvan ik overtuigd ben dat dat mij gaat beschermen.”

Rituelen zijn ook belangrijk voor het herstellen van schade. Moral injury of (complexe) PTSS vertaalt zich vaak in lichamelijke verschijnselen. Veel stress en geprikkeld zijn heeft zijn weerslag op relaties, en rust en regelmaat in het leven vallen vaak weg. Als je daar gesprekken over voert ben je heel cognitief bezig. Dat is belangrijk, maar het moet óók vertaald worden. Een ritueel is eigenlijk een vertolking van een gedachte of uitgangspunt naar een fysieke handeling.

Denk bijvoorbeeld aan het weer opnemen van een ochtendritueel vanuit het Joodse. Je staat op een bepaald uur op, wast je handen en spreekt een paar zinnen uit van dankbaarheid voor de vernieuwing van je lichaamskracht. Nog los van de theologische uitleg of religieuze aspecten, zorgt het ervoor dat iemand een regelmatig slaapwaakpatroon krijgt. Of denk aan een kaarsje aansteken voor een overleden collega op gezette tijden, om iemand te herdenken. Zulke handelingen geven enigszins een gevoel van controle: zie je wel, ik kan toch iets doen. Al daalt dat machteloosheidsgevoel maar van 100 naar 95, het geeft toch al veel meer rust.’

‘Mijn rituelen kan ik niet opleggen aan een ander, en vice versa’

Medea Moons (39) is studio director bij het Franse modehuis Maison Margiela.



Danaë Moons - The Body Betrays Itself

‘In januari 2015 is mijn zusje Danaë tijdens haar reis door Indonesië vermist geraakt na een bootongeluk. Anderhalf jaar hebben we naar haar gezocht, ik ben meerdere keren naar Indonesië geweest. Dat zoekproces staat eigenlijk erg los van mijn persoonlijke, emotionele ervaring. Ik was in eerste instantie puur bezig met het vinden van Danaë en het aankaarten van ontbrekende draaiboeken bij vermissing. Dat moest gewoon, het was een oerinstinct.

Het zoeken heeft vooral geholpen in het deels verhelderen van de omstandigheden van het ongeluk. De verhalen die de Nederlandse overheid en lokale media naar buiten brachten, bleken incorrect. Er is veel misgegaan, alles hebben we zelf uit moeten zoeken. Uiteindelijk hebben we vooral steun gevonden in het bedrijfsleven en non-profit organisaties, waardoor we bijvoorbeeld de rivier daar konden scannen. Door het gebrek aan overheidssteun heb ik veel boosheid en frustraties gevoeld. Nu zijn die gevoelens niet meer elk moment van iedere dag aanwezig. Maar de effecten ervan werken door in mijn leven. Situaties van onmacht of onrechtvaardigheid raken me enorm.

Hoewel het moeilijk was, was het op emotioneel vlak ook goed om er te zijn geweest en mensen te spreken die Danaë hebben gezien. Het was fijn om in ieder geval het idee te krijgen dat ze aan het genieten was van haar reis en dat ze daar veel uit kon halen voor haar werk als kunstenaar.

Als het om rituelen gaat, heb ik wel geleerd: mijn rituelen kan ik niet bij anderen opleggen, in wat voor

moeilijke situatie je ook zit. En anderen kunnen mij ook niet kwalijk nemen hoe ik met dingen omga. Dat betekent misschien dat we alleen zijn in ons verdriet, maar dat geeft ook ruimte. Binnen ons gezin hebben we altijd geprobeerd elkaar die ruimte te geven, waardoor we er ook samen als familie doorheen kunnen gaan. Je moet het mensen vooral niet kwalijk nemen als ze hun gevoelens niet of op een andere manier uiten.

Een afscheidsritueel was en is voor mij bijvoorbeeld niet aan de orde. Tot op de dag van vandaag is Danaë vermist, niet overleden. Wel hebben we, toen ik voor het eerst met mijn moeder in Indonesië was, iedereen gevraagd om bootjes te maken met een boodschap erop. Die hebben we daar ook op de rivier gezet, als een boodschap aan Danaë. Een paar maanden daarna hebben we een bijeenkomst gehad met familie en vrienden. Voor veel mensen was dat een afscheid, maar voor ons niet. Wel was het heel mooi om de mensen uit haar leven te zien.

Rituelen die we altijd hadden, met kerst en verjaardagen, probeer ik juist te ontwijken. Ze hebben voor mij deels hun originele waarde verloren. Wat voor ons als familie heel belangrijk is, is Danaë's werk. Er is een tentoonstelling in het Bonnefantenmuseum in Maastricht geweest, een boek en een expositie in een galerie in Amsterdam. Zo proberen we haar werk voort te laten leven.’

‘Als je ergens mee zit, moet je daar niet mee blijven rondlopen’

Frans Kurstjens (67) was raadsman bij Defensie in Bosnië en Afghanistan

‘Een raadsman is de humanistische variant van de geestelijk verzorger. Ik sprak onder meer met mensen die daar behoefte aan hadden, gaf les en organiseerde bezinningsbijeenkomsten, een soort groepsritueel. Tijdens een uitzending voelt het alsof je vrienden maakt voor het leven, maar thuis blijkt dat soms anders. Zulke thema’s kwamen ter sprake bij zo’n bijeenkomst. Of we stonden stil bij de feestdagen, zo las in Kandahar een islamitische militair een kerstverhaal voor uit de Koran en stak wie dat wilde een kaarsje op.

Ik heb ook een meer persoonlijk ritueel gecreëerd. Toen de eerste bommen vielen in Afghanistan, was ik heel erg bang. Ik besloot toen in mijn fantasie tegen mezelf te zeggen: de dood heeft aan de deur geklopt en komt je over vijf minuten halen. Wat doe je in die vijf minuten? Dan dacht ik aan het opbellen van de mensen die ik lief heb, en zeggen dat ik van ze hou. Of aan mijn excuus aanbieden aan een collega die ik had afgesnauwd. Dat werkte als een soort verdrijving van mijn angst. En de dag daarna heb ik ook meteen daadwerkelijk mijn dochter en moeder gebeld, en mijn excuus aangeboden.

Met de militairen was ik ook graag onderweg, om laagdrempelig contact te maken daar waar ze werkten of ontspanden. Ook foto’s maken is een manier om dat te doen. Als ze hun foto’s kwamen ophalen, kon ik vragen hoe het thuis was, hoe het in de groep ging en hoe iemand in zijn vel zat. Op basis van de verhalen achter mijn foto’s maakte ik met Annemarie Staaks het boek *Mijn groene pak*, over moral injury. Elke week ging ik naar haar toe om vragen te beantwoorden en te vertellen. Dat was ook een mooi ritueel, waarbij het fijn was dat



Boekomslag *Mijn groene pak*

er een getuige was. Na ingrijpende (oorlogs)ervaringen weet je niet alles meer precies, soms word je daarop afgerekend. Dat fenomeen zorgt ervoor dat mensen er te weinig over praten. Nu was er de ruimte om soms wel vijftig keer hetzelfde verhaal elke keer anders te vertellen.

Ook incidentele rituelen kunnen helpend zijn. Ik heb veel schuld gevoeld over militairen die sneuvelden. Had ik meer of dingen anders moeten doen? Ik heb ouders van gesneuvelde mannen gesproken. En in Amerika heb ik de weduwe bezocht van een overleden militair die ik in mijn armen heb gehad. Ik kende hem niet, maar had er nachtmerries van. Voor mijn gevoel had ik zijn bloed nog letterlijk aan mijn handen. Zijn weduwe zei: ‘Als jij zijn bloed niet wil, wil ik dat wel,’ en ze streek over mijn handen.

Het zat allemaal in mijn hoofd: het bloed aan mijn handen, de schuld aan het overlijden van de mannen, en misschien ook wel meer bommen dan er daadwerkelijk zijn gevallen, dat weet je niet. Maar als je ergens mee zit, moet je daar niet mee blijven rondlopen. Of het nou incidenteel is of terugkerend: rituelen brengen jou in een richting die helend is.’

Anna Deems – Freelance (onderzoeks)journalist



Hoe oude gebruiken in nieuwe tijden relevant worden

Rituelen in de Oudheid

De laatste decennia lijkt de oudheid steeds meer van invloed te zijn op de militaire psychiatrie. Bekende auteurs zoals klinisch psycholoog Jonathan Shay, filosofe Nancy Sherman en veteraan Karl Marlantes doen allen een beroep op de rituelen en het gedachtegoed uit de oudheid. Zo is het concept *moral injury* gebaseerd op interpretaties van Homerus' *Ilias* en *Odyssee* en vormt de antieke stoïcijnse leer, zoals beschreven door de Romeinse keizer Marcus Aurelius, inspiratie voor militaire opleidingen en de behandeling van getraumatiseerde veteranen. Daarnaast zien we tegenwoordig dat antieke theaterstukken op therapeutische wijze voor en door veteranen worden gespeeld en dat bij de moderne invulling van reinigings- en afsluitingsrituelen vaak wordt teruggesproken op 'oude' gebruiken. Er is meer verbinding nodig tussen veteraan en burger, zo lezen we in Shay, Sherman en Marlantes. In het oude Athene en Rome begrepen ze schijnbaar goed wat voor impact oorlog op mens en maatschappij had. Maar hoe zat het daadwerkelijk met deze rituelen en gebruiken van vroeger en wat kunnen wij daarvan leren?

door Arjen van Lil

Rituelen in de oudheid

Nadat hij enkele jaren in Rome had gewoond, schreef de Griekse geschiedschrijver Polybius (200-118 v.Chr.) dat de Romeinen verreweg de meeste aandacht hadden voor rituelen. 'Het zal sommigen verbazen maar deze zaken worden dermate aangekleed en zijn overal te vinden in hun publieke en persoonlijke levens. Niets kan het overstijgen', schreef hij in zijn *Historiën* (VI.56).¹ Een

andere Romeinse Griek, de geschiedschrijver Dionysius van Halicarnassus (60-7 v.Chr.), deelde deze mening en stelde in zijn boek *Romeinse Geschiedenis* (II.23): 'Ik heb veel bewondering voor hen omdat ze deze gewoonten van hun voorouders aanhouden'. De Romeinse staatsman Cicero (106-43 v.Chr.) was het met hen eens en schreef in *Over de Natuur van de Goden* (II.3) – een stuk minder bescheiden – dat 'wij alle andere volkeren in dit opzicht



Romeinse soldaten voeren een reinigingsritueel uit (Altaar van Ahenobarbus, 2e eeuw v. Chr.)

overstijgen. Het is dus de moeite waard om eens een blik te werpen op de wijze waarop de Romeinen hun oorlogen en rituelen uitvoerden. Waarom en op welke manier waren deze Romeinen zo begaan met rituelen?

Vrijwel ieder Romeins huis beschikte over een altaartje waar rituelen op kleine schaal konden worden uitgevoerd. Bovendien werden belangrijke beslissingen of gebeurtenissen op staatsniveau in de regel vergezeld door een ritueel. Op het gebied van oorlog lijkt het ritueel bewustzijn nog verder toe te nemen. In de tijd dat het Romeinse militaire apparaat nog bestond uit jaarlijks oproepbare burgers zien we verschillende gebruiken die met dit ritme te maken hebben. Zo lijkt bij de mobilisatie van de burger reiniging een belangrijke rol te hebben gespeeld. Dit gebruik, de zogeheten *lustratio exercitus* ('reiniging van het leger'), was volgens de Romeinen zelf een eeuwenoud gebruik en noodzakelijk om een zeker equilibrium te bereiken voordat werd overgegaan tot geweld. De dood en geweld waren namelijk onreine elementen die de Romeinen alleen met rituele begeleiding tegemoet gingen. Met omcirkelende bewegingen en offers werd iedere opgeroepen burger op deze manier ingewijd tot slagvaardig soldaat. 'Het is belangrijk om hierbij van de dood, geboorte en

alle vormen van vervuiling weg te blijven', schreef de Grieks-Romeinse biograaf Diogenes Laërtius (180-240 n.Chr.) later in *Leven en Leer van Beroemde Filosofen* (VIII.33). Grieken die het ritueel beschreven in hun eigen taal gebruikten een woord dat ons meer bekend is, namelijk *kátharsis*: 'reiniging' of 'zuivering'.

Op meerdere momenten is te zien dat de Romeinen op zoek waren naar manieren om het verloop van oorlog te kalibreren en in het reine te blijven. Bij de selectie van een generaal; het bevestigen van de militaire plannen; het maken van beslissingen op campagne; en de vooravond van de confrontatie. 'Zowel op campagne als thuis werd niets gedaan zonder dat de voortekenen eerst werden waargenomen', vertelt de Romeinse geschiedschrijver Livius (59 v.Chr. – 17 n.Chr.) in *Vanaf de Stichting van de Stad* (I.36). Regelmatig lezen we over de opluchting en bevestiging die deze bezinningsmomenten de soldaten gaven. Of, wanneer het niet goed verliep, de onrust die het veroorzaakte.

Na een slag of campagne werd standaard een gezamenlijk brandoffer op locatie gebracht. Dit moment van afsluiting was tevens de gelegenheid om onderscheidingen toe te kennen aan individuen die bijzonder verdienstelijk waren geweest. Waar veteranen tegenwoordig een medaille ontvangen, kon de uitblinkende Romeinse soldaat rekenen op een kroon of armband. Bij de Grieken zien we een vergelijkbaar gebruik: op doorslaggevende plekken, zoals een overwonnen heuvel of het punt waar de vijandelijke linies braken, richtten zij een monument op. Deze trofeeën (naar *trophé*, de 'ommekeer van de vijand') werden gemaakt van vijandelijke uitrusting en werden binnen de Griekse wereld onaantastbaar geacht.² Aan Romeinse zijde werd de terugkeer van het leger groots vormgegeven. In de zogeheten triomf marcheerde het thuiskomende leger Rome binnen in een processie die soms kilometers lang was: krijgsgevangenen voorop, gevolgd door de oorlogsbuit, de senatoren, de zegevierende generaal op een vierspan, zijn officieren, de soldaten, schilderijen en affiches die hun verhaal vertellen en tenslotte musici en ander vertier.³ Het geheel vormde een grootse entree en ging de hele stad door. De Joods-Romeinse geschiedschrijver Flavius Josephus (37-100 n.Chr.) was erbij en liep zelfs mee in de tocht. Hij was onder de indruk van het onthaal, dat zich tot ver buiten de stadspoorten strekte: 'Iedereen raasde de stad uit om een plekje te bemachtigen en er bleef slechts een doorgang over die net groot genoeg was voor degenen die er doorheen moesten', beschreef hij in *De Joodse Oorlogen* (VII.5). Nadat het leger de stad was binnengetroden werd het geheel afgesloten met een gezamenlijke maaltijd en een feest.



De triomf van Aemilius Paullus in 167 v.Chr., weergegeven door Carle Vernet (1789).

Zo lijken rituele handelingen op ieder belangrijk moment een rol te hebben gespeeld. Ook buiten het oorlogsseizoen speelde oorlog nog een rol. Op feestdagen – waar een Romeinse kalender opmerkelijk rijk aan was – mochten veteranen hun onderscheidingen dragen en werden bijvoorbeeld de wapens en uitrusting gereinigd. Op deze manier was de herinnering aan oorlog altijd levend in de Romeinse maatschappij.

De grenzen van oorlog en geweld dienden gerespecteerd te worden

Goede rituelen, slechte rituelen

Maar wat betekenden deze rituelen en tradities nu voor de gemiddelde Romein? Het is een ingewikkelde opgave om in het hoofd te kruipen van een Lucius of Fabius. Het verleden is een ander land waar ze dingen anders doen, maar nog steeds een land waar hetzelfde soort mens leefde. De meest directe ingang vinden we wederom in de antieke teksten. We kunnen er namelijk wél achter komen hoe mensen vroeger tegen rituelen aankeken: het oordeel van deze schrijvers is een weerspiegeling van de beleving. Zo legt de Romeinse militair en pseudowetenschapper Plinius de Oudere (23-79 n.Chr.) ons haarfijn uit hoe het allemaal hoorde te gaan tijdens die rituelen: ‘... geen enkel woord mag ontbreken of verkeerd worden uitgesproken; één persoon heeft de taak om (...) het geschreven ritueel op te lezen; een ander houdt de woorden in de gaten; een derde zorgt er voor dat de stilte niet onderbroken wordt; en een muzikant bespeelt de fluit zodat andere woorden niet worden gehoord’ (*De Wereld* XXVIII.3).

Zoals Plinius het ons voordraagt waren Romeinse rituelen zorgvuldig opgezet. Stil, plechtig en gezamenlijk: het

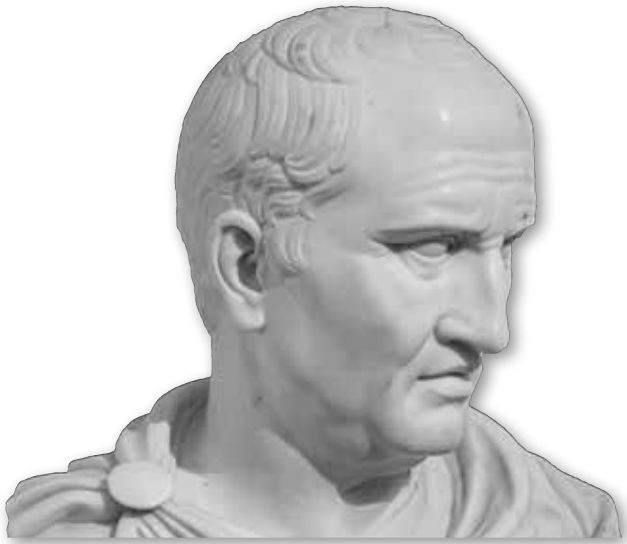
verschilt niet veel van de manier waarop wij nu herdenkingen en andere rituelen vormgeven of onszelf wenden tot een godheid. Ook Cicero herinnert ons regelmatig aan het belang van rituelen voor het leger: om die reden waren de Romeinse soldaten zo succesvol, dacht hij. Livius is gelijkgestemd: deze rituelen en gebruiken ‘zorgden ervoor dat hun zorgen over hun relaties met de goden werden weggenomen’ (XXI.62). Het gaf gemoedsrust en opluchting.

Maar waarom het écht zo belangrijk was, lezen we juist in de verhalen over situaties wanneer het expliciet niet goed ging. Zo was een priester die de soldaten voorloog een voorbode voor militair falen; een generaal die de heilige vogels overboord gooide omdat ze niet wilden luisteren, verging samen met zijn gehele vloot; en een ongelukkige jongen die tijdens een ritueel van een trapje struikelde leidde tot een militaire ramp. Waar gebeurd of niet, het zijn waarschuwingen die overal in hun maatschappij rondcirkelden – in schrift, steen of vertelling. Het moest de Romeinen ervoor behoeden dat zij argeloos ten strijde trokken. De grenzen van oorlog en geweld dienden gerespecteerd te worden.

Maar ook de Romeinen beoefenden zelfkritiek. Zo deed Cicero, die zich wel vaker negatief uitliet over de teloorgang van Romeinse moraal, zijn beklag over de manier waarop rituelen in zijn dag werden uitgevoerd. ‘Enkel het uiterlijk vertoon is bewaard gebleven’, schreef hij geïrriteerd (I.3). Heeft iemand nog enig idee hoe de voortekenen worden waargenomen? Dionysius van Halicarnassus was gelijkgestemd: ‘Het is zijn antieke eenvoudigheid volledig ontstegen’ (II.34). Ook tijdgenoot Livius ergerde zich regelmatig over de laksheid waarmee rituelen tegenwoordig werden uitgevoerd. In de eerste eeuw v.Chr. leek consensus te bestaan dat de Romeinse manier van oorlogsvoering steeds verder afweek van de rituele conventies. De dingen gingen dus niet meer zoals ze zouden moeten gaan. Maar hoe moest het dan wel?

Daarvoor keken de Romeinen weer naar hun verleden. Ook tweeduizend jaar geleden moesten de rituelen oud zijn, en werden (zogenaamd) oude vervlogen rituelen nieuw leven ingeblazen. Zo werd een priesterlijk apparaat, dat oorlogen moest verklaren met een symbolische speerworp, nieuw leven ingeblazen. De traditionele poort van Janus werd weer in gebruik genomen – open in tijden van oorlog, gesloten in tijden van vrede. En militaire onderscheidingen welke voorheen enkel in mythische verhalen voorkwamen, werden ineens tastbaar gemaakt.

Maar rituelen zijn niet alleen handelingen: het zijn ook verhalen. En dus duiken in deze tijd rijke en sterke verhalen over de vroege ontstaansgeschiedenis van Romeinse oorlogsgebruiken op. De triomf? 'Die werd als eerste uitgevoerd door Romulus', legt Dionysius uit (II.34). De Januspoort? Die werd gebouwd door een koning uit een ver verleden, aldus Livius (I.19). En het archetype van de burgersoldaat die moeiteloos zijn ploeg voor het zwaard omruilde zien we ineens vertegenwoordigd in het pseudo-mythische heldenverhaal van Cincinnatus.⁴ Zodoende beschikte de Romeinse Republiek van de eerste eeuw v.Chr. over een rijke verzameling rituelen en verhalen. Er ontstond nieuwe interesse voor ogenschijnlijk (oer-)oude gebruiken.



'Er is geen verschil meer tussen de soldaten (...) Ik kan het niet aan om erover te praten' - Cicero

Structuur in een veranderende wereld

Waarom ineens die interesse en waar komt het idee vandaan dat rituelen weer (en in verbeterde vorm) nodig zijn? De eerste eeuw v.Chr. – de tijd waarin de antieke auteurs hun beklag deden over de teloorgang van Romeins ritueel respect – was namelijk een turbulente periode. Al honderden jaren vochten de Romeinen hun oorlogen tegen externe vijanden, zowel binnen als

buiten het Italisch schiereiland: Etrusken, Carthagers, Grieken en Kelten. Maar nu stonden Romein en Romein recht tegenover elkaar. Minstens tien burgeroorlogen vervaagden de grenzen van een conventionele oorlog. 'Er is geen verschil meer tussen de soldaten', vertelt Cicero gepikeerd in de *Filippische Redevoeringen* (X.15). 'Ik kan het niet aan om erover te praten' (VIII.8). En hoe moest er worden omgegaan met terugkerende rivaliserende veteranen die praktisch burens waren? Er was structuur nodig; betekenis; een verhaal. Daarbovenop kwam het feit dat na een reeks militaire hervormingen een professioneel leger was ontstaan. Het ritmische karakter van oorlogvoering met een vecht- en oogstseizoen was verdwenen en oorlog kon nu altijd en overal gevoerd worden. Het werd doorlopend en op machinale schaal uitgevoerd. Het overkoepelende narratief van Romeinen die jaarlijks het leger op- en afbouwden om tegen de 'ander' te vechten werd steeds minder toepasbaar. De wereld veranderde.

Terug naar het hier en nu. Ook wij leven in een tijd waarin wij bezig zijn met de herwaardering, of herontdekking, van het potentieel van rituelen. Zo is sinds 2005 de Nederlandse Veteranendag in het leven geroepen – een dag waarop de veteraan wordt gevierd en bedankt met uiteenlopende ceremonies en rituelen. In het afgelopen decennia zien we daarnaast verschillende theatergezelschappen ontstaan die theater als catharsis en betekenisgeving voor veteranen inzetten. Retraites waarin afsluiting ritueel wordt vormgegeven; terugkeerreizen naar voormalige uitzendgebieden; en meer recent de erkenningsceremonie voor Dutchbat-veteranen in 2022. Het zijn signalen die aangeven dat er binnen onze maatschappij nog steeds behoefte is aan ritueel en symboliek; momenten waarin wordt stilgestaan bij het geraas van oorlog en meer verbinding tussen veteraan en burger wordt gecreëerd.

In 1949 eindigde literatuurwetenschapper Joseph Campbell zijn invloedrijke werk *The Hero With a Thousand Faces* met de hint dat de verdwijning van symbolen en rituelen wel eens nieuwe problemen kon creëren. We kijken niet meer om ons heen – naar symbolen of gebaren in onze omgeving; de natuur; de sterren en de planeten – maar enkel naar onszelf. We zijn nuchterder geworden; seculier; en gebruiken technologie die zich definieert in enen en nullen. Ook oorlogvoering is aan deze ontwikkeling onderhevig. Met straaljagers en helikopters verplaatsen we ons in recordsnelheid van en naar oorlogsgebieden en met drone-technologie kan overal en altijd de oorlog worden voortgezet – in virtuele realiteit. Sinds Vietnam heeft oorlog zich verplaatst



Cincinnatus wordt door Romeinse senatoren van zijn boerderij geroepen om de staat te verdedigen, weergegeven door Alexandre Cabanel (1844).

naar onze televisieschermen en tegenwoordig is het binnen handbereik te vinden in onze broekzak. Deze ontwikkeling is natuurlijk geen indicatie dat wij minder belezen zijn geworden wanneer het op oorlog aankomt. Verre van: de militaire psychiatrie ontwikkelt zich in een rap tempo en onderneemt stappen, de een groter dan de ander. Nog nooit hebben wij psychotrauma zo goed begrepen als nu; nog nooit hebben wij zoveel aandacht gehad voor het mentaal welzijn van de militair als nu. Maar waar een nieuw perspectief wordt aangenomen wordt het oude soms verleerd.

De Romeinse wereld was een fundamenteel andere wereld dan de onze. Op de zaterdagmiddag zat men in het amfiteater en slavernij was een volkomen geaccepteerd idee. De rituelen die de Romeinen uitvoerden doen zich soms evenmin vergelijkbaar voor en figuren als Livius en Cicero hebben het over goden die wij nooit op dezelfde manier zullen kennen. Maar in de uitvoering van hun rituelen zochten zij naar een evenwicht en trachtten zij oorlog in goede banen te leiden. Daarmee erkenden zij zich bewust te zijn geweest van het feit dat oorlog iets groters – en hogers – kon ontwrichten. De dood en het geweld dat daartoe leidde moesten gecontroleerd worden met rituelen: alleen daar, alleen dan en alleen zo diende oorlog gevochten te worden. Dit was hun manier van het ordenen van de chaos die oorlog is. Want ook de Romeinse samenleving zag dat niet iedere veteraan de ploeg weer probleemloos oppakte. Ook zij zagen de angst, stress, schuld en schaamte die oorlogservaringen in sommigen teweeg kon brengen. Toen de

grenzen van hun oorlogen vervaagden probeerden zij met rituele innovatie en nieuwe culturele narratieven de balans de herstellen. Want dat gaf hun gemoedsrust. Zoeken wij niet naar iets vergelijkbaars?

Arjen van Lil – Junior beleidsadviseur/onderzoeker bij ARQ Kenniscentrum Oorlog, Vervolging en Geweld, redacteur van *Impact Magazine* en oudhistoricus.

REFERENTIES

1. De citaten uit de antieke teksten zijn door de auteur vrij vertaald.
2. Ironisch genoeg leidden de trofeeën ook wel eens tot verder conflict. De Griekse geschiedschrijver Thucydides (*Geschiedenis van de Peloponnesische Oorlog* I.105) beschrijft een incident in 457 v.Chr., waarbij ruzie werd gemaakt tussen de Atheners en Corinthiërs over een trofee na afloop van een veldslag. De situatie werd beslecht met nog een veldslag.
3. De Romeinse keizer Vespasianus had volgens de biograaf Suetonius spijt van zijn keuze om een triomftocht te houden. Het geheel duurde hem te lang: 'Wat ben ik een dwaas dat ik een triomftocht wilde met mijn leeftijd [61 jaar oud]:' (Suetonius, *De Twaalf Keizers: Vespasianus XII*, vrij vertaald).
4. Tijdens de Amerikaanse Onafhankelijkheidsoorlog werd George Washington vergeleken met Cincinnatus, de generaal die zijn ploeg voor zijn zwaard omruilde om de Romeinse staat te redden en vervolgens weer terug te keren naar zijn boerderij. Het in 1783 opgerichte veteranenverbond, *The Society of the Cincinnati*, is ook naar de legende vernoemd (evenals de stad Cincinnati).



Bron Sportfotografie.nl

Op mijn scherm, in schokkerig zwart-witbeeld, schrijden prinses Juliana en prins Bernhard over de grasmat van het Olympisch Stadion om een krans te leggen bij een monument ter ere van gesneuvelde militairen en verzetsmensen. Een minuut stilte volgt. Het beeld stamt uit 31 augustus 1945. Tienduizenden aanwezigen waren die dag getuige van *Nederland herdenkt 1940-1945: Drama der bezetting*, een ‘bevrijdingsspel’ waarin de complete bezettingstijd werd nagespeeld. Het spel laat zien hoe theater en de bekende rituelen als het leggen van kransen en het in acht nemen van stilte, onlosmakelijk met elkaar zijn verbonden, al sinds kort na de bevrijding.

Op zoek naar nieuwe rituelen? Experimenten in het theater

Theater en herdenkingen hebben volgens mij veel gemeen—ze creëren beide als het ware een ‘podium’ waarin aan elk handelen haast vanzelf een

betekenis wordt gegeven. Wanneer dat handelen in verschillende contexten wordt herhaald kan het de status krijgen van een ritueel. Tijdens herdenkingsceremonies staan de gebruikte rituelen meestal niet ter discussie. Die rituelen hebben ook een duidelijke functie: ze bieden houvast. Zeker voor aanwezigen met PTSS is dit heldere kader en de tijdsgebondenheid van herdenkingen van belang, zo hebben Bertine Mitima, Trudy Mooren en Paul Boelen aangetoond in *Constant en in beweging* (2020). Omdat een herdenking een keer per jaar plaatsvindt op een vaste dag, tijdstip en plek, kan men zich voorbereiden—zo kunnen sommigen zelfs ‘de confrontatie met het verleden (...) bewust inzetten in hun proces van herstel’.

Op het toneel is er ruimte om (herdenkings)rituelen niet alleen op te voeren, maar ook te bevragen. Het stuk *DAM.* (2016) van theatergroep BOG. maakte grote indruk op me. Daarin krijgt de toeschouwer te horen waar mensen nu ‘werkelijk’ aan denken tijdens de twee minuten stilte op de Dam: van ‘Rucola / ui / katteneten / koriander’ tot ‘Voel ik wel genoeg? / Waar zal ik naar kijken? De anderen hebben hun ogen dicht / Moet dat om iets te voelen?’ Door de alledaagsheid van de twee minuten stilte bloot te leggen, reflecteerde het toneelstuk op de vraag: hoe betekenisvol zijn die oeroude rituelen nog?

Volgens mij moeten die oude rituelen steeds opnieuw met betekenis geladen worden, omdat ze anders het risico lopen hollere gebaren te worden. Maar er is ook behoefte aan *nieuwe* rituelen in dit onzekere tijdsgewricht, stelt ook theatermaker Marjolijn van Heemstra in een recent artikel in *De Volkskrant*. Het theater is dé plek bij uitstek om hiermee te experimenteren, omdat in het theater in principe alles mogelijk is en verbeeld kan worden.

Zien we de komende jaren nieuwe rituelen ontstaan die ook hun weg vinden naar herdenkingen? Ga naar het theater om het mee te maken: rond 4 en 5 mei, maar ook op 15 augustus en 1 juli (Keti Koti)—en het liefst natuurlijk het hele jaar door.

Sophie van den Bergh – Projectmedewerker redactie en onderzoek bij het Nationaal Comité 4 en 5 mei en promovenda aan de Universiteit Gent.

Tijdens zijn carrière zag psychotraumatheapeut en GZ-psycholoog Herman Veerbeek veelvuldig hoe gevangenen die voor levensdelicten waren veroordeeld zelf psychotraumaklachten kregen door wat ze hebben begaan. In *Impact Magazine* legt hij uit hoe dat zit en laat hij eveneens zijn licht schijnen op oorlogsmisdadigers.

door Bart Nauta

‘We moeten oppassen met het wijzen van een morele vinger’

Morele vragen over verantwoordelijkheid zijn voor zijn werk als therapeut, in onder meer de Scheveningse gevangenis en De Waag, niet relevant. Het gaat Veerbeek om het verkleinen van het recidiverisico bij mensen die veroordeeld zijn voor onder meer levensdelicten, ook door het behandelen van traumaklachten. Voor sommigen van hen is het delict zelf een traumatische gebeurtenis.

Veerbeek: ‘Een hoog spanningsniveau is een hoog risico op recidive. Want onder stress maakt iemand minder gebruik van zijn verstand en kan hij impulsief gaan handelen. Door de lading van de trauma’s te verminderen, wordt het algemeen risico op recidive verlaagd. En bovendien: als iemand nachtmerries heeft, waarom zou je hem niet helpen om er van af te komen?’

‘Ik neem met een cliënt zijn hele levensloop door. Het resultaat van die therapie is dat iemand kan begrijpen en verdragen wat hij gedaan heeft. Dat iemand beseft: ik was toen zo, maar ik ben nu niet meer zo. Dat diegene begrijpt hoe het zo is gekomen en dat hij oprecht verantwoordelijkheid neemt voor zijn daden. Maar het is nog belangrijker dat iemand voelt wat de risicofactoren zijn voor een mogelijk nieuw delict en weet die risicosituaties te mijden.’

Morele vragen over schuld en spijt moeten buiten het vakgebied van de forensische psychiatrie gehouden worden, zegt Veerbeek. ‘Dat klinkt heel kil, maar bij mij gaat het technisch om: hoe krijgen we het door lijden verhoogde spanningsniveau en het recidivegevaar omlaag.’



Herman Veerbeek

Toch zullen er vast momenten zijn dat ook u zich achter de oren krabt bij het aanhoren van wat iemand heeft gedaan.

‘Ik bereid me voor en lees het proces-verbaal en dat zou inderdaad heftige emoties kunnen oproepen, die ik als professional echt opzij moet zetten om belangstellend, open en nieuwsgierig te zijn. Ik wil iemand volledig leren kennen: zijn levensloop, de lelijke maar ook goede kanten. Dan kan het delict natuurlijk heftig zijn, maar dat is niet relevant.

Hoe kan ik mijn werk doen als ik sommige verhalen niet aan kan en te gruwelijk vind? Als de cliënt dat aanvoelt, dan lukt het niet om stap voor stap het verleden door te nemen. Essentieel is dat de cliënt echt voelt dat je waardevrij bent. Ik vergelijk het met een chirurg: als zij iemand de buik opensnijdt en ze moet walgen van wat ze ziet, dan moet diegene geen chirurg worden.’



Foto Bart Maat/ANP

De gevangenis in Scheveningen.

Hoe kan een delict traumatiserend zijn voor degene die het heeft gepleegd?

‘Dat gebeurt vooral bij delicten die niet egosyntoon maar egodystoon zijn. In het geval van egosyntoon past de daad helemaal bij wie degene is, zoals een huurmoordenaar die terugkijkt op een geslaagde afrekening. Bij een egodystoon gepleegd delict past het delict helemaal niet bij hoe de persoon zichzelf ziet. Bijvoorbeeld als iemand in een staat van enorm verhoogde spanning, dissociatie of onder invloed van middelen in een heftige emotionele toestand een delict pleegt. Achteraf geeft dat herinneringen en beelden die zo ernstig kunnen zijn dat we van een trauma spreken, gepaard met stereotype verschijnselen zoals herbelevingen en nachtmerries.

Ik heb meer dan eens meegemaakt dat na de doding van een dierbare diegene zo getraumatiseerd was dat hij daar helemaal niet over kon praten. Hij werd er te veel door getriggerd en kwam dan meteen buiten zijn ‘window of tolerance’. Een gesprek was dus niet mogelijk, laat staan een analyse van het delict.

Vaak zijn passionele delicten op het niveau van het reptielenbrein en het limbisch systeem gepleegd – erover praten helpt dan niet. Daarom gebruik je traumatechnieken, zoals EMDR, om de lading van het delict af te halen en de ‘arousal’ te verlagen. Als die lading eraf is kan de persoon beter begrijpen wat hem tot dat delict gedreven heeft en wat in de toekomst voorkomen moet worden. Ik denk dat een cliënt eerst zijn vroegere trauma’s moet

verwerken, zodat hij leert naar binnen te kijken en te voelen wat de verwondingen in hemzelf zijn. Pas daarna kunnen we aan de slag met het delict zelf.’

Wat voor vroegere trauma’s spelen er?

‘Dat kan ik uitleggen met de metafoor van de vliegtuigcrash. De onderzoekscommissie is oordeelsvrij en gaat eerst kijken naar het productieproces van het vliegtuig of, vertaald naar de mens: naar de biologische en genetische kwetsbaarheid van een persoon. Dan ga je kijken naar het onderhoud: hoe waren de kinderjaren? In hoeverre bestaan er vroegkinderlijke trauma’s waarvan we weten dat ze ‘arousal’ chronisch kunnen verhogen? Denk aan seksueel misbruik, langdurige mishandeling en ernstige verwaarlozing: die maken dat het alarmsysteem in het brein vanaf het begin overuren maakt.

Die ‘arousal’ gaat vervolgens niet weg, wat vaker tot een verhoogde kwetsbaarheid leidt. Anderen hebben een heel stevig pantser om zich heen geworpen. Ze hebben nauwelijks tot geen contact meer met hun emoties. Afgesloten van de emoties van anderen kunnen ze zelf gemakkelijker delicten plegen. Bij die mensen wordt het delictgedrag op een gegeven moment egosyntoon.’

Hoe vaak zie je moral injury in de praktijk?

‘Bij veel egodystone levensdelicten is het delict eenmalig. Daar komt veelal moral injury om de hoek kijken, naast PTSS. Dan is iemand zo geschokt van een kant

van hemzelf die naar boven is gekomen dat het walgig oproept. Dat kan bij partner- of kinddoding zijn, maar ook bij afrekeningen in het criminele milieu. In de gevangenis krijgen sommigen opeens herbelevingen van wat ze gedaan hebben. Veel gedetineerden spreek ik pas na een jaar nadat ze in de gevangenis zijn beland. Maar anderen lijden al direct aan PTSS en zelfverwijt. Met therapie kan ik mensen helpen te leren aanvaarden wat ze hebben gedaan. Maar dat kan alleen als de zelfcompassie ook vergroot wordt. Door de hele levensloop langs te gaan kan iemand begrijpen hoe hij zich heeft ontwikkeld en hoe de drempel tot het plegen van het delict steeds is opgeschoven of verlaagd. Als iemand dat snapt of begint te voelen, dan is er ook meer ruimte voor zelfcompassie.'

'Met therapie kan ik mensen helpen te leren aanvaarden wat ze hebben gedaan.'

Zoekt u er dan ook naar dat de schuld en schaamte zich uiteindelijk tot de slachtoffers vertaald?

'Voor de maatschappij is morele verantwoordelijkheid een belangrijk begrip. Als psycholoog ben ik niet geïnteresseerd in het nemen van morele verantwoordelijkheid. Ik ben geïnteresseerd in het verminderen van 'arousal' en dat cliënten en gedetineerden kunnen merken aan hun lijf wanneer ze risico lopen, en hoe ze daarmee kunnen voorkomen in een zelfde risicosituatie te belanden.

In ons calvinistische land heeft de samenleving een straffende houding die wil dat de delinquenten spijt betuigen. Veel van de delinquenten die een egodystoon delict hebben gepleegd, zetten zichzelf het liefst bij het vuilnis. Er is minimale zelfcompassie: waarom zou je daarbovenop nog meer spijt leggen?

Het heeft met de rol van je professie te maken. Een geestelijke zou het hebben over schuld, boete en spijt en hoe iemand weer in het reine kan komen met zichzelf en met wat hij gedaan heeft. Dat is niet mijn taak.'

In de studie naar oorlogsmisdadigers gaat het vaak om schuld en boete, terwijl veel onderzoekers soms verantwoordigd opmerken dat bijvoorbeeld nazidaders geen enkel spoor van berouw tonen en het leven na de oorlog prima lijken op te pakken.

'Ook dan moeten we oppassen met het wijzen van een morele vinger. Dat is psychologisch interessant: hoe

hebben nazidaders het plegen van executies over een langere periode kunnen volhouden? Geweld op deze schaal is buiten de menselijk kaders, hoe overleef je dat psychologisch? Dat kun je alleen volhouden door alle moraliteit los te koppelen.

Als je heel lang je grenzen over moet, dan vindt er een dissociatie plaats van het menselijk gevoel. Want als je dat gevoel tijdens de executies wel houdt, dan zal het zo'n ontwrichting zijn dat je niet meer kunt functioneren. Als je dit een paar jaar doet kan je aan de buitenwereld volhouden dat alles goed gaat en dat je prima functioneert. Maar dat zegt niets over wat er intern gebeurt. De daad is een traumatisch of beschadigd deel in henzelf dat ze heel goed hebben ingepakt, maar wat nog steeds kan triggeren. Ik zal dan ook altijd benieuwd zijn naar hoe iemand slaapt en of iemand nachtmerries heeft.'

In haar over boek over nazidaders, The Mark of Cain, uitte theologe Katharina von Kellenbach de hoop dat daders, om hun menselijkheid terug te krijgen, openlijk hun schuld zouden moeten betuigen.

'Ik denk dat dit vaker een ijdele hoop is dan een realistische verwachting. Als je de deur van je eigen kruipruimte openmaakt, en het stinkt daar omdat er allemaal lijken liggen, dan is die stank zo akelig dat het geloofend moet worden. Dan speelt er een mechanisme op waarmee je alles ontkent en je er nog in gaat geloven ook. Het is voor iemand ondragelijk om zichzelf als een monster te zien.

De vraag is hoe schuld betuigen voor de eigen psyché werkt. Eerst moet een oorlogsmisdadiger in staat zijn naar zichzelf te kijken, hetgeen juist zo ondragelijk is. Als iemand zonder zelfcompassie spijt betuigt, en er in feite niks bij voelt, dat komt die spijtbetuiging ook niet bij het slachtoffer aan. In dat geval ben ik geen voorstander van een gesprek tussen beiden. Dat komt dan te vroeg. Medelevens met de slachtoffers en nabestaanden kan alleen als de delinquent enige zelfcompassie heeft en kan accepteren en verdragen dat hij zijn daden heeft gepleegd.'

Bart Nauta – Beleidsonderzoeker/adviseur bij ARQ Kenniscentrum Oorlog, Vervolging en Geweld en eindredacteur van *Impact Magazine*.



De dodenherdenking vanuit het perspectief van migranten uit oorlogsgebied

‘Wordt het ooit zo in mijn land?’

Foto: Conno Bachoven

Oekraïense vluchtelingen leggen een krans op 4 mei.

Wellicht herinnert u zich de rel nog rondom de Nationale Herdenking in 2017. Rikko Voorberg wilde op 4 mei met drieduizend witte papieren kruizen op het Rembrandtplein stilstaan bij vluchtelingen die het leven lieten onderweg naar Europa. Datzelfde jaar was er een indrukwekkende herdenking bij de begraafplaats in Loenen, Ereveld vol Leven. Bij deze herdenking waren ook vluchtelingen betrokken, uit Syrië en Ethiopië. In het nieuwsbericht dat het AD schreef over de herdenking werd het uitnodigen van ‘nieuwe vluchtelingen’ controversieel genoemd. Wie herdenkt en wie wordt herdacht? Discussies over deze vragen zijn niet gestopt na 2017, een pasklaar antwoord is er niet.

door Bertine Mitima

In mijn onderzoek heb ik de focus omgedraaid. In plaats van af te vragen wat Nederland ervan vindt dat vluchtelingen wel of niet betrokken worden bij de dodenherdenking, is onderzocht hoe migranten uit oorlogs- of conflictgebieden zich verhouden tot de dodenherdenking in Nederland. Leggen ze een link met hun eigen oorlogsverleden? Geeft de herdenking hen het gevoel bij Nederland te horen of hebben ze behoefte aan meer aandacht voor hun eigen verhaal? En hoe zit het met de rituelen? Ervaren zij die als typisch ‘Nederlands’, of zijn

ze open genoeg voor mensen uit andere culturen om zich daarbij aan te sluiten?

Om beter te begrijpen hoe migranten uit oorlogsgebied zich verhouden tot de dodenherdenking in Nederland zijn 27 interviews afgenomen en geanalyseerd. De geïnterviewden vormen een hele gemêleerde groep, afkomstig uit Vietnam, Irak, Syrië, voormalig Joegoslavië, Afghanistan, Jemen, Chili en Democratische Republiek Congo. De achtergronden van deze mensen verschillen natuurlijk enorm, hun ervaringen met herdenken in het

thuisland zijn anders en ook de tijd dat zij in Nederland wonen verschilt erg. Op basis van deze interviews is het dan ook niet mogelijk om uitspraken te doen die zonder meer gelden voor alle migranten uit oorlogs- of conflictgebieden. Toch zijn er enkele thema's die in de interviews regelmatig aan bod komen en inzicht geven in hoe migranten uit oorlogsgebied de dodenherdenking kunnen beleven.

Herinneringen

Directe herinneringen aan het eigen oorlogsverleden spelen bij ongeveer de helft van de geïnterviewden tijdens de dodenherdenking een belangrijke rol. Gedachtes aan geliefden die omgekomen zijn, oorlogssituaties, en gevoelens van angst en verdriet komen daarbij naar boven. Een man uit Irak vertelt: 'Het smijt me terug in de tijd van de oorlog. Ik zie ramen met zwarte doeken, en op die doeken de namen van degene die vermoord zijn, die dood zijn. Ik hoor een moeder heel hard schreeuwen en huilen om haar zoon.'

Eén van de participanten beschrijft de herdenking tegelijk als een soort therapie. Het direct herdenken van de oorlog in voormalig Joegoslavië is te lastig voor haar, dit vermijdt ze. Maar de dodenherdenking biedt een afgebakende, veilige manier om even stil te staan bij dit verleden, de vermindering te doorbreken en verdriet voor even toe te laten. 'De herdenking biedt ruimte om even in contact te komen met hetgeen wat in me zit. De oorlog haal je er niet uit, dat zit in mij. Maar dit is de manier hoe je het wel even voelt.'

'De herdenking biedt ruimte om even in contact te komen met hetgeen wat in me zit.'

Naast dat eigen oorlogsherinneringen een rol kunnen spelen, is het merendeel van de geïnterviewden vooral bezig met de mensheid in algemene zin. Door hun directe ervaring met oorlog en conflict kunnen ze zich vaak goed inleven in de verhalen en ervaringen van anderen die oorlog hebben meegemaakt. De verhalen over de Tweede Wereldoorlog raken hen en roepen vaak veel herkenning op. Tegelijkertijd zijn ze zich er erg van bewust dat er wereldwijd nog steeds veel oorlogen en conflicten gaande zijn. Dit staat voor velen dan ook centraal bij het herdenken: Het verdriet om iedereen die geweld heeft meegemaakt, om wat mensen elkaar aan kunnen doen, en de onmacht die men voelt omdat dit nog steeds doorgaat. Men geeft aan dat er tijdens de herdenking niet direct aandacht hoeft te worden

besteed aan de oorlog in het land van herkomst of het eigen verhaal. Dat zou weer groepen apart zetten, terwijl het gaat om iets dat de hele mensheid aangaat. Een man uit Irak geeft aan: 'Als ik in Westerbork ben kijk ik naar de mens, niet als Moslim, Christen of Jood. Waarom worden mensen vermoord? We zijn allemaal gelijk, we zijn mensen, ongeacht onze kleur, achtergrond of religie.'

Verlangens

De herdenking in Nederland laat geïnterviewden ook reflecteren op de situatie in het land van herkomst. Vaak gaan daar, ondanks een officiële situatie van vrede, de conflicten door binnen de samenleving en gemeenschap. Over bepaalde gebeurtenissen mag bijvoorbeeld niet gesproken worden, misdadigers worden door de heersende partij tot helden uitgeroepen, of er is geen erkenning en aandacht voor slachtoffers. De dodenherdenking roept voor verschillende geïnterviewden een verlangen op naar een tijd waarin ook de doden in het land van herkomst op een eervolle manier herdacht kunnen worden. Een vrouw uit Vietnam: 'Als ik de dodenherdenking hier zie hoop ik echt met alle cellen van mijn lichaam, dat ik ooit ook zo'n herdenking mee kan maken in Vietnam. In mijn hoofd leg ik dan al een krans neer, daar één en daar één, voor die groep en die groep, voor de politieke gevangenen die gemarteld zijn en soms daardoor overleden zijn. Die eigenlijk al die jaren zonder enige vorm van compensatie of iets leven, waarover alles in de doofpot gestopt is. Ik hoop dat ooit die mensen ook een krans mogen leggen.'

Herdenken in eigen land op nationaal niveau, zoals tijdens de dodenherdenking in Nederland, is vaak niet mogelijk. De eenheid hiervoor ontbreekt vaak. Iedere groep, afhankelijk van religie, etniciteit of politieke partij, herdenkt zijn eigen slachtoffers. En daarbij wordt herdenken ingezet als politiek instrument, als iets dat polariseert, en waarbij groepen tegenover elkaar komen te staan. Herdenkingen waar geïnterviewden naar verwijzen zijn vaak selectief; één gebeurtenis of één groep slachtoffers wordt herdacht, en er ontbreekt ruimte voor andere verhalen, waardoor mensen zich minder betrokken voelen.

Uniformiteit

De eenheid die tijdens de Nederlandse dodenherdenking ervaren wordt staat hiermee in sterk contrast, en komt als een rode draad terug in de interviews. Met de vele discussies die elk jaar weer spelen rondom 4 mei over wie precies herdacht moet worden en wie daarbij mogen zijn lijkt die eenheid voor mij echter soms ver weg. Allerlei verhalen en perspectieven roepen om aandacht en erkenning; meerstemmigheid en diversiteit



Foto Shutterstock

in het herdenken is een belangrijk thema in Nederland. Voor migranten blijkt echter de uniformiteit in het verhaal van de Tweede Wereldoorlog, wie dader en slachtoffer zijn, meer eenduidig te zijn. Uiteraard verschilt de situatie in Nederland tijdens de Tweede Wereldoorlog natuurlijk met de situatie in veel landen waar hedendaagse oorlogsgetroffenen vandaan komen. Nederland was bezet gebied en er was een duidelijke vijand. Na de oorlog zijn daders ter verantwoording geroepen. Ook is over het algemeen duidelijk wie slachtoffers zijn en door de verschillende kransen is er erkenning voor verschillende getroffen groepen. In de landen waar de geïnterviewden vandaan komen is vaak sprake van een burgeroorlog, of conflict binnen het land. De uniformiteit en duidelijkheid zoals die bij de dodenherdenking ervaren wordt door de geïnterviewden, lijkt ruimte te bieden voor het herdenken van persoonlijke verliezen en het ervaren van verbondenheid met anderen, wat in het land van herkomst juist gemist wordt.

Open rituelen

Tot slot nog een reflectie op het thema rituelen. 'Op het moment dat ik stil ben speelt er van alles door mijn hoofd, niet alleen de Tweede Wereldoorlog, maar zoveel dingen die er in de wereld gebeuren. Dan voel ik een soort verbondenheid met al die mensen die omgekomen zijn, ik had één van hen kunnen zijn. Maar als dan de muziek begint, dan voel ik die ontlasting, die vrijheid. Ik heb het overleefd. Dan ben ik zo dankbaar', vertelt een vrouw uit voormalig Joegoslavië. Voor deze vrouw was de overgang van de stilte naar de muziek heel indrukwekkend en ingrijpend. Geïnterviewden noemen ook andere rituelen tijdens de herdenking die hen erg aanspreken, zoals het voorlezen van een gedicht door een jongere of het leggen van kransen. Voor sommigen zijn dit gebruikelijke rituelen die ook onderdeel uitmaken van de herdenkingen die men in het land van herkomst hield, voor anderen is dat niet zo. Het belangrijkste lijkt de betekenis te zijn, die geïnterviewden geven aan de rituelen; zo laat het gedicht van een jongere voor een geïnterviewde zien dat ook volgende generaties

Veel rituelen tijdens de dodenherdenking zijn universeel en open voor ieders eigen interpretatie

stilstaan bij het oorlogsverleden, wat haar hoop geeft voor de toekomst. Veel rituelen die verbonden zijn aan de dodenherdenking zijn universeel en open voor ieders eigen interpretatie, zoals de stilte, waarin iedereen zijn eigen gedachtes kwijt kan. Tegelijk wordt ook benoemd dat een herdenking in het land van herkomst er wellicht heel anders uit had gezien, met veel meer emotionele uitlatingen bijvoorbeeld. Maar het zien van het respect en de erkenning die uitgaat van de manier van herdenken in Nederland is voor veel geïnterviewden bijzonder. Het representeert voor hen hoe Nederland omgaat met zijn verleden en oorlogsslachtoffers.

Bertine Mitima - Beleidsonderzoeker/adviseur bij ARQ Kenniscentrum Oorlog, Vervolging en Geweld.

OVER HET ONDERZOEK

Dit onderzoek is uitgevoerd in het kader van het promotieonderzoek van Bertine Mitima naar herdenken, rituelen en het omgaan met oorlogservaringen en verlies. Een deel van de interviews zijn gedaan door Stichting BMP in het kader van het onderzoeksproject 'Vrijheid is een groot begrip'. De andere interviews zijn uitgevoerd in het kader van het Rituelenonderzoek, een samenwerking van Nationaal Comité 4 en 5 mei en ARQ Kenniscentrum Oorlog, Vervolging en Geweld. Het onderzoek wordt uitgevoerd bij ARQ Kenniscentrum Oorlog, Vervolging en Geweld en Universiteit Utrecht, en begeleid door prof. dr. Paul Boelen, prof. dr. Trudy Mooren en prof. dr. Ismee Tames. Een internationale wetenschappelijke publicatie over dit onderzoek zal naar verwachting in 2023 verschijnen.



15 augustus 1945

Op 15 augustus herdenken we het einde van de Tweede Wereldoorlog voor het Koninkrijk der Nederlanden en worden alle slachtoffers herdacht van de oorlog tegen Japan en de Japanse bezetting van Nederlands-Indië. De toespraken tijdens, en de reacties op de herdenking, laten zien dat de oorlog nog generaties lang doorwerkt. De zonnebloem die in het monument wordt gestoken is een symbool dat onlosmakelijk is verbonden met deze herdenking, evenals de Melati die men opspeldt. Tijdens de afgelopen herdenking werd er gesproken door onder andere Beau Schneider en Wieteke van Dort. Directeur van Stichting Pelita, Rocky Tuhuteru, was aanwezig om een krans te leggen ter nagedachtenis aan de burgeroorlogsslachtoffers en als eerbetoon aan de oorlogsgeneratie. Een speciale, en voor sommigen omstreden gast, was de ambassadeur van Indonesië, die ook een krans legde. De televisie-uitzending van de NOS trok dit jaar maar liefst 1,4 miljoen kijkers, met de kijkers via streaming niet meegerekend.



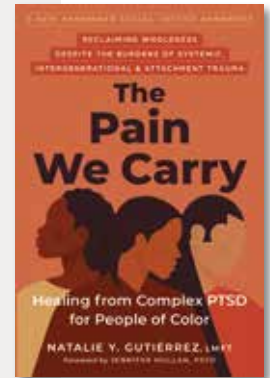
The pain we carry

Healing from complex PTSD for people of color

Natalie Y. Gutiérrez

NEW HARBINGER PUBLICATIONS 2022, 208 PAGINA'S, ISBN 9781684039319

De manier waarop gekleurde mensen een posttraumatische stressstoornis ervaren, verschilt volgens de auteur van dit boek met dat van witte mensen. De hulpmiddelen die in dit boek worden aangereikt om (complex en/of herhaald) trauma te begrijpen en te helen, richt zich dan ook uitsluitend op deze groep. Het boek gaat tevens in op intergenerationele overdracht en leert het de gekleurde gemeenschap hoe je zelfcompassie en veerkracht op kunt bouwen, zelfs als je onder het juk van een onderdrukkend systeem moet leven.



Reconnecting after Isolation

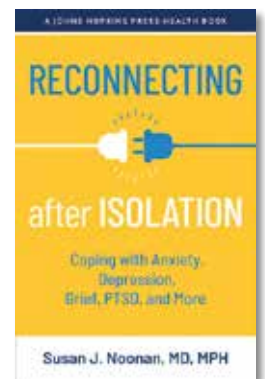
Coping with anxiety, depression, grief, PTSD, and more

Susan J. Noonan

JOHNS HOPKINS UNIVERSITY PRESS, 272 PAGINA'S, ISBN 9781421444222

Onbedoelde of onvrijwillige isolatie kan ernstige nadelige gevolgen hebben voor de emotionele en fysieke gezondheid. In dit boek put de auteur uit onze collectieve ervaring met COVID-19.

Het boek gaat in op hoe sociaal isolement, eenzaamheid en stress ieder van ons individueel beïnvloeden en soms tot depressie, angst, posttraumatische stressstoornis, suicidaliteit en middelengebruik kunnen lijden. Het beschrijft specifieke leefstijlinterventies die kunnen helpen en biedt tips o.a. op het gebied van veerkracht, effectieve overlevingsstrategieën en rouw.



De schaduw van fout

Een NSB-zoon vertelt

Frits Kappers

UITGAVE IN EIGEN BEHEER – HOOGVEEEN 2022, ISBN 9789464434200

Dit boek is een autobiografische roman dat het verhaal vertelt van een na de oorlog geboren man, die worstelt met het weggestopte en deels verzwegen verleden van zijn NSB-ouders. De vragen rond (wat en wie is) 'goed of fout' worden in dit boek vanuit verschillende invalshoeken belicht. Daarvoor kiest de auteur voor de belevenissen van twee broers, van wie de één in het verzet belandt en de ander zich aansluit bij de NSB. De zoon van de laatste (de auteur) kampt met de traumatische gevolgen van de keuze van zijn vader en beschrijft in dit boek ook het proces van zijn eigen persoonlijke bevrijding.



Foute vrouwen

Handlangsters van de nazi's in Nederland en Vlaanderen

Paul van de Water

OMNIBOEK 2022, 356 PAGINA'S, ISBN 9789401918558

In *Foute vrouwen* onderzoekt Paul van de Water de soorten collaboratie waaraan Nederlandse en Vlaamse vrouwen zich tijdens de Tweede Wereldoorlog schuldig maakten. Hij beschrijft hun beweegredenen en bijbehorend verhaal. Een van de geschiedenissen die Paul van de Water in dit boek beschrijft is die van de Nederlandse Ans van Dijk, die wegens haar verraad van onderduikers tijdens de Tweede Wereldoorlog als enige Nederlandse vrouw ter dood werd veroordeeld en waarbij het doodvonnis ook voltrokken werd.



Buitengewone transporten

Deportaties van Joden, Roma en Sinti uit Nederland, 1940-1945

Dirk Mulder

WBOOKS 2022, 240 PAGINA'S, ISBN 9789462584983

In dit boek wordt het verhaal verteld van de deportaties van Joden, Roma en Sinti uit Nederland in de periode 1940-1945. Tot nu toe werd aangenomen dat zij in overvolle veewagons werden gedeporteerd, waarbij Kamp Westerbork diende als tussenstation tussen huis en haard en de concentratie- en vernietigingskampen elders in Hitler-Duitsland. Mulder stelt dat beeld in dit boek bij, evenals het aantal transporten en verklaart dat zeker meer dan 60 procent van de gedeporteerden niet met veewagons maar met personenrijtuigen is vervoerd. In dit boek wordt niet alleen de rol van de Nederlandse Spoorwegen behandeld maar ook die van de Deutsche Reichsbahn, alsook hun plek in de naoorlogse geschiedenis van de verwerking van de oorlog.



Amstel 278

Een onderduikadres, twee dagboeken: reconstructie van een oorlogstragedie

Tom Rooduijn

THOMAS RAP 2022, 415 PAGINA'S, ISBN 9789400408197

Amstel 278 is een authentiek verslag van vijf jaar oorlog in het hart van Amsterdam. Acteur Géza Weisz duikt tijdens de oorlogsjaren met zijn gezin onder bij bevriend arts en psycholoog Fritz Rimathé aan de Amstel 278. Beide mannen houden een dagboek bij gedurende de oorlogsjaren. Rimathé doet vooral verslag van het dagelijkse oorlogsleven en Weisz benadert meer de persoonlijke kant en perikelen van de onderduikperiode. Deze twee dagboeken vormen het uitgangspunt van dit verslag met een helaas door verraad noodlottig einde.



Waar is het dagboek van Anne Frank

Ari Folman & Lena Guberman

PROMETHEUS 2022, 160 PAGINA'S, ISBN 9789044645194

Folman bracht al eerder een getekende versie uit van het dagboek van Anne Frank. In deze graphic novel tekent hij het verhaal van Kitty, de denkbeeldige vriendin tot wie Anne zich in haar dagboek richt. Het leven van Anne, haar familie en het dagboek wordt door haar ogen bekeken.



Trauma is iets wonderlijks

Steve Haines, met illustraties van Sophie Standing

UITGEVERIJ MENS! 2022, 32 PAGINA'S, ISBN 9789463160711

Met tekeningen, metaforen en wetenschappelijke informatie beschrijft de verteller wat de rol is van de fysiologie van het lichaam bij het herstel van trauma. Hij focust op veranderingen op fysiek niveau en reikt technieken aan, zoals TRE®-technieken (Trauma Releasing Exercises) om het proces van loslaten te bevorderen.



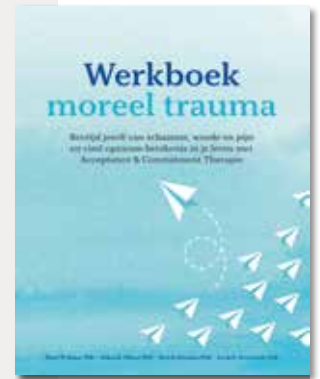
Werkboek moreel trauma

Bevrijd jezelf van schaamte, woede en pijn en vind opnieuw betekenis in je leven met Acceptance & Commitment Therapie

Wyatt R. Evans, Robyn D. Walser, Kent D. Drescher & Jacob K. Farnsworth

UITGEVERIJ SWP 2022, 168 PAGINA'S, ISBN 9789085601401

Moreel trauma of morele verwonding (vaak gepaard gaande met een posttraumatische stressstoornis (PTSS), depressie e.d.) komt vaak tot uiting in emoties zoals schaamte, schuld, minachting, afschuw en woede. Dit werkboek helpt deze morele pijn te overwinnen en persoonlijke waarden te hervinden.



Schemagerichte werkvormen voor vaktherapie

Interventies ter versterking van de adaptieve modi

Suzanne Haeyen

BOHN STAFLEU VAN LOGHUM 2022, 496 PAGINA'S, ISBN 9789036828024

Dit boek koppelt vaktherapie aan Schematherapie en Positieve Psychologie. Het bevat 158 schemagerichte werkvormen voor vijf verschillende vaktherapieën: beeldende therapie, danstherapie, dramatherapie, muziektherapie en psychomotorische therapie. Het boek is practice based, maar behandelt ook wetenschappelijke evidence voor vaktherapie.



Trauma en identiteit

Identiteitgeoriënteerde psychotraumatheorie – Theorie en praktijk

Vivian Broughton

UITGEVERIJ MENS! 2022, 340 PAGINA'S, ISBN 9789463160599

In dit boek gaat Broughton in op de onderwerpen trauma, traumaoverleving en identiteit. Ze baseert zich hierbij op de concepten die dr. Franz Ruppert in de afgelopen dertig jaar heeft ontwikkeld als theoretisch kader van identiteitgeoriënteerde psychotraumatheorie (IoPT).



Onderzoek langs de meetlat

Onderzoekdesigns voor verpleegkundigen

Anne M. Eskes & Catharina J. van Oostveen (red.)

BOHN STAFLEU VAN LOGHUM 2021, 196 PAGINA'S, ISBN 9789036825993

Dit boek helpt bij het begrijpen van wetenschappelijke literatuur, en probeert het zelf opzetten van praktijkonderzoek te stimuleren. Het maakt lezers bekend met veelvoorkomende en handzame onderzoekdesigns en -methoden in verpleegkundig onderzoek. Het bevat 12 kwantitatieve, 6 kwalitatieve, 5 mixed-methods designs en 5 soorten literatuurstudies. Stuk voor stuk worden die door verpleegkundig onderzoekers geëvalueerd.





Sophie van Leeuwen

EDITORIAL

De zomerperiode is meestal een rustige periode voor de NtVP. Meestal; want dit jaar was er genoeg te doen in verband met het NtVP jaarcongres over 'Psychotrauma door systemen heen'. Tegen de tijd dat dit katern verschijnt, heeft het congres waarschijnlijk al plaatsgevonden. Hopelijk hebben wij dan met de commissie als feestelijk ritueel samen kunnen proosten op een mooi resultaat.

Dit nummer van *Impact Magazine* heeft als thema "Rituelen". Proosten op een congres is natuurlijk niet echt een ritueel. Maar wat is dan wel een ritueel? Misschien is het meest voor de hand liggende voorbeeld een grote levensgebeurtenis, zoals een huwelijksceremonie of begrafenis. Sommige gewoontes en tradities zou je kleine rituelen kunnen noemen, zoals beschuit met muisjes bij een geboorte of het eten van oliebollen op oudjaarsavond.

Rituelen zijn cultuurgebonden en kunnen structuur en troost bieden. Tegelijkertijd kunnen rituelen bij mensen van een andere cultuur juist leiden tot onbegrip of weerstand, bijvoorbeeld wanneer het gaat over een thema als besnijdenis. Op deze manier kunnen rituelen negatieve associaties oproepen.

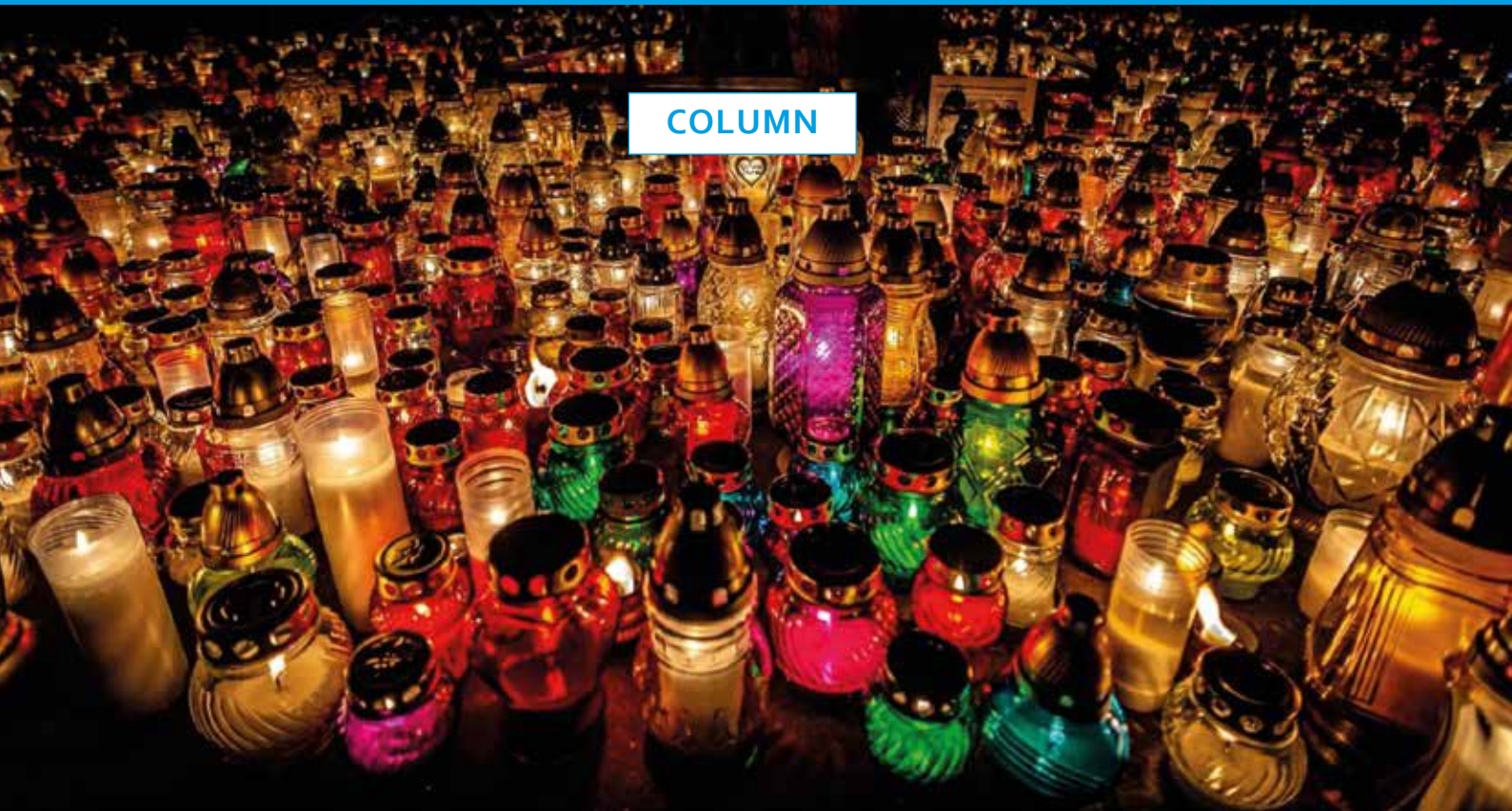
Een extreem voorbeeld is ritueel misbruik: het systematisch (seksueel) mishandelen door middel van rituelen. Dit concept zorgt in Nederland al jaren voor veel discussie en roept bij veel mensen vragen op. Het radioprogramma Argos zond in 2020 een aflevering uit waarin ritueel misbruik centraal stond. De resultaten van het onderzoek waren grotendeels gebaseerd op slachtofferverklaringen die pas jaren na het vermeende misbruik werden afgelegd. Critici wezen naar de mogelijke onjuistheid van hervonden herinneringen. Betreft ritueel misbruik dus een griezelverhaal dat niet daadwerkelijk bestaat? Of vinden wij die gedachte zó ondraaglijk dat we het proberen weg te zetten als verzinsels?

Dat dit onderzoek veel heeft losgemaakt bleek wel uit de kamervragen die zijn ingediend naar aanleiding van de uitzending. Mogelijk komen er meer antwoorden op deze vragen, wanneer aanstaande november het onderzoeksrapport van de Commissie Hendriks verschijnt. Deze onafhankelijke commissie is ingesteld om onderzoek te doen naar het verschijnsel van georganiseerd sadistisch misbruik van minderjarigen. Voormalig NtVP voorzitter Trudy Mooren is lid van deze commissie, als expert op het gebied van de invloed van trauma op het functioneren van gezinnen en families.



Rondom het thema rituelen bestaan dus verschillende sentimenten en bestaat vooral ook veel onduidelijkheid. Wel is het duidelijk is dat rituelen een rol kunnen spelen in het ontstaan of behandelen van trauma en dat het essentieel is dat een therapeut voldoende begrip heeft van iemands cultuur en bijbehorende rituelen. Daarom behandelen we dit thema in het huidige katern. Geert Smid, expert op het gebied van traumatische rouw, schrijft over de rol van rituelen bij rouw en afscheid. Daarnaast beantwoordt Simon Groen, cultureel antropoloog en expert op het gebied van transculturele psychiatrie, de vraag hoe je rekening kunt houden met de rol van de cultureel diverse achtergrond van patiënten bij het ontstaan en behandelen van PTSS.

Sophie van Leeuwen - Psycholoog en communicatiemedewerker NtVP



Rituelen bij rouwverwerking

Door Geert Smid

Rituelen rond rouw bestaan al sinds de vroegste culturen en zijn in alle gemeenschappen cruciaal bij het omgaan met verlies en sterven. Overlijdensrituelen, zoals begrafenissen en gedenktekens, helpen rouwenden bij zowel de overgang naar hun nieuwe innerlijke staat en sociale status als het symbolisch behouden van een band met de overledene.

Rituelen na verlies van een dierbare dragen bij aan betekenisgeving. Rituelen hebben betekenis in de relatie met de overledene, de sociale omgeving en de cultuur, levensbeschouwing of religie. Rond het sterven, de uitvaart en bij specifieke momenten van herdenken worden rituelen uitgevoerd volgens culturele en religieuze tradities. Een ritueel maakt gebruik van specifieke attributen, zoals kaarsen of bloemen. Rituelen creëren een symbolische, alternatieve realiteit die zinvolle acties mogelijk maakt: bij een ritueel worden deze symbolische wereld en de echte wereld één.

Een ritueel creëert een veilige omgeving om emoties te uiten, aangezien het ritueel een duidelijk begin en einde heeft. Veel rituelen bevestigen de band met de sociale omgeving. Mensen die rouwen ervaren ambigüiteit, omdat rouw gepaard gaat met een aanwezigheid-in-afwezigheid van de dierbare. Deze ambigüiteit wordt opgeheven tijdens

rouwrituelen, door de representatie van de overledene in het ritueel. Rituelen bij rouw zijn gerelateerd aan urgente existentiële thema's, zoals de vier thema's die hierna worden besproken ¹.

Rouw gaat gepaard met intense eenzaamheid, door afwezigheid van de overleden dierbare maar ook doordat de sociale omgeving veranderd is. Ervaringen van nabijheid van de overledene kunnen onderdeel vormen van rituelen en daarbij gedeeld worden met anderen, waardoor de eenzaamheid kan worden verlicht.

Rouw raakt de identiteit van de nabestaande en kan gepaard gaan met het gevoel een deel van zichzelf te hebben verloren samen met de dierbare. Hierin uit zich de verstoring van een gedeeld lichamelijk bestaan zoals dat zich uit in elkaar voeden, verzorgen, lichamelijk contact.

Rituelen zijn 'belichaamd': zij representeren betekenissen door de opstelling, houding, of gebaren van mensen of de ordening van voorwerpen. Zij kunnen de culturele identiteit van de overledene, de nabestaande en de gemeenschap bevestigen.

Door het verlies van een gedeelde wereld met de dierbare, gedeelde gewoontes en gebruiken ontstaat een ongewenste vrijheid die het moeilijk kan maken om verder te gaan met het alledaagse leven, deel te nemen aan het sociale leven en keuzes te maken over de toekomst. Rituelen bestaan uit voorgeschreven handelingen die deze ongewenste vrijheid beperken.

Het gevoel dat het leven zinloos is kan ontstaan doordat zich tijdens rouw een scheiding voordoet van de tijd: een vervreemd heden en een nog steeds voortgaand verleden-met-de-dierbare. Rouwrituelen helpen bij het vinden van een zinvolle plaats voor de overledene in het heden en de toekomst.

De onmogelijkheid om passende rouwrituelen uit te voeren is vaak kenmerkend voor traumatisch verlies van dierbaren. Het uitblijven van aangewezen rituelen kan rouw en symptomen van PTSS beïnvloeden². Als traumatisch verlies van dierbaren aanleiding vormde voor migratie komt het voor dat culturele gebruiken in het gastland niet goed aansluiten op levensgebeurtenissen zoals het verlies van dierbaren. Dit wordt wel culturele incongruentie genoemd en kan bijdragen aan toegenomen psychische klachten na traumatisch verlies³.

In rouwtherapie worden rituelen regelmatig toegepast. Rituelen in therapie zijn zintuiglijke, aandachtige en opzettelijke handelingen die gebruik maken van symbolen, symbolische taal en symbolische actie. Het kan gaan om drie soorten: rituelen om de overleden dierbare te eren en een symbolische band te behouden, rituelen om de traumatische ervaring los te laten die aanleiding

vormde tot het overlijden en rituelen om een innerlijke transitie te markeren. Voorbeelden van een rouwritueel in therapie zijn het creëren van een symbool of plaats van herinnering, afstand doen van zaken die verband houden met de traumatische omstandigheden van het overlijden, het bezoeken van een speciale plek, of deelnemen aan een levensbeschouwelijke of religieuze bijeenkomst. Er zijn aanwijzingen dat rituelen bijdragen aan de effectiviteit van psychotherapie bij rouw⁴.

REFERENTIES

- 1 Koole, S. L., Greenberg, J., & Pyszczynski, T. (2006). Introducing Science to the Psychology of the Soul: Experimental Existential Psychology. *Current Directions in Psychological Science*, 15(5), 212–216. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2006.00438.x>
- 2 Smid, G. E., Drogendijk, A. N., Knipscheer, J., Boelen, P. A., & Kleber, R. J. (2018). Loss of loved ones or home due to a disaster: Effects over time on distress in immigrant ethnic minorities. *Transcultural Psychiatry*, 55(5), 548–568. <https://doi.org/10.1177/1363461518784355>
- 3 Smid, G. E., Groen, S., De la Rie, S. M., Kooper, S., & Boelen, P. A. (2018). Toward cultural assessment of grief and grief-related psychopathology. *Psychiatric Services*, 69(10), 1050–1052. <https://doi.org/10.1176/appi.ps.201700422>
- 4 Wojtkowiak, J., Lind, J., & Smid, G. E. (2021). Ritual in therapy for prolonged grief: a scoping review of ritual elements in evidence-informed grief interventions. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 1655. [doi:10.3389/fpsy.2020.623835](https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.623835)

AUTEUR

Prof. dr. Geert Smid is psychiater en hoogleraar bij ARQ Nationaal Psychotrauma Centrum en de Universiteit voor Humanistiek.



Over NtVP

De Nederlandstalige Vereniging voor Psychotrauma (NtVP) is een onafhankelijke vereniging, die streeft naar continue kwaliteitsverbetering op het gebied van psychotraumatologie voor diegenen die zich professioneel of binnen een professionele organisatie met psychotrauma bezighouden.

De NtVP maakt deel uit van de Europese vereniging voor Psychotrauma (ESTSS). De ESTSS heeft verbindingen met een groot aantal nationale verenigingen, waardoor een Europees breed netwerk van Psychotrauma verenigingen ontstaat.



COLOFON

Dit katern wordt verzorgd door de werkgroep Communicatie van de Nederlandstalige Vereniging voor Psychotrauma.

Redactie: Lonneke Lenferink
Contact: info@NtVP.nl
© NtVP 2022

In de Supervisie rubriek beantwoorden experts uit het netwerk van NtVP uw vragen over onderwerpen uit het brede werkveld van de psychotraumazorg. Hebt u een vraag over indicatiestelling, behandeling of wetenschap over psychotrauma? Stuur deze naar info@NtVP.nl onder vermelding van Impact Supervisie.



Rekening houden met cultureel diverse achtergrond bij de ontwikkeling van PTSS

De vraag

Op welke manier kan de cultureel diverse achtergrond van patiënten een rol spelen bij PTSS?

Antwoord van de expert

Sinds psychiater Emil Kraepelin begin vorige eeuw op zoek ging naar de prevalentie van Westerse concepten van psychische stoornissen in Indonesië en daar symptomen tegenkwam die hij niet kende, weten we dat met cultuur rekening gehouden moet worden bij de vaststelling van een psychische stoornis¹. Kraepelin wordt ook wel de 'godfather' van de Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM) genoemd. Hierin heeft aandacht voor cultuur een flinke ontwikkeling doorgemaakt, waarbij sinds de DSM-IV een culturele formulering is opgenomen evenals alleen lokaal voorkomende psychische stoornissen, zogenaamde cultuurgebonden stoornissen.

De culturele formulering

Deze culturele formulering bestaat uit vijf componenten: i) culturele identiteit, ii) culturele ziekteverklaringen, iii)

culturele factoren in de psychosociale omgeving en het functioneren, iv) culturele elementen in de relatie tussen patiënt en hulpverlener en v) op basis van deze vier een algehele aanbeveling voor de diagnose en behandeling². In het wetenschappelijke tijdschrift *Culture, Medicine & Psychiatry* is een aantal klinische praktijkvoorbeelden aan de hand van de culturele formulering opgenomen^{3,4}. In een boek over het culturele interview staan nog eens zeventien casusbeschrijvingen⁵. In Nederland is een cultureel interview ontwikkeld, dat bestaat uit vragen gericht op het opstellen van een culturele formulering. Een verkorte versie van dat culturele interview bleek goed te implementeren in de klinische praktijk⁶.

In de DSM-5 is een Cultural Formulation Interview (CFI) opgenomen dat net als het Nederlandse culturele interview moet leiden tot een culturele formulering. Ook het CFI is een semigestructureerde vragenlijst die gebruikt kan worden om aan de hand van bovengenoemde vijf componenten een culturele formulering op te stellen. Het CFI is in vijf landen getest, waaronder in Nederland, waaruit werd geconcludeerd dat het acceptabele vragen betreft en klinisch goed bruikbaar is⁷. Van het CFI is een handboek beschikbaar, waarin onder andere de componenten van de culturele formulering staan beschreven⁸. Zowel het culturele interview als het CFI zijn narratieve instrumenten die helpen om psychische klachten, waaronder PTSS-klachten, in de culturele context te plaatsen⁹.

Culturele identiteit

Van één van de componenten van de culturele formulering, namelijk de culturele identiteit, zijn er aanwijzingen dat informatie daarover bijdraagt aan een beter begrip van de invloed van de culturele achtergrond op het ontstaan van en omgaan met PTSS¹⁰. Zo kan de etnische groep waar iemand toe hoort uitmaken in het risico om traumatische ervaringen op te doen. Maar ook bij het uitvragen van allerlei normen en waarden en rituelen waar we in Nederland wellicht niet erg bekend mee zijn, kan in het persoonlijke verhaal tot uiting komen hoe deze een rol hebben gespeeld in traumatische ervaringen en het ontwikkelen van PTSS. Uit een kwalitatief exploratief onderzoek blijkt culturele identiteit in te delen in persoonlijke, etnische en sociale identiteit¹¹. Bij getraumatiseerde Afghaanse en Irakese vluchtelingen bleek bij elk van deze deelidentiteiten een relatie te kunnen worden gelegd met zowel stress als acculturatie. De invloed van de culturele achtergrond op PTSS is goed zichtbaar bij vluchtelingen, bij wie vaak traumatische ervaringen vooraf zijn gegaan aan de vlucht of tijdens de vlucht. Uit meta-reviews weten we dat de prevalentie van PTSS rond de 30% is bij deze groep¹². Ter vergelijking, een wereldwijde inschatting van die prevalentie ligt rond de 4%, met een grote variatie van het type trauma¹³. Het verdient dan ook aanbeveling om een culturele formulering te construeren, om zo de culturele context van de ontwikkeling van PTSS beter te begrijpen en daar bij interventies rekening mee te kunnen houden.

REFERENTIES

1. Steinberg, H. (2015). Emil Kraepelin's ideas on transcultural psychiatry. *Australasian Psychiatry*, 23(5), 531-535.
2. Lewis-Fernández, R. (1996). Cultural formulation of psychiatric diagnosis. *Culture, Medicine and Psychiatry*, 20(2), 133-144.
3. Bucardo, J.A., Patterson, T.L., & Jeste, D.V. (2008). Cultural Formulation with attention to language and cultural dynamics in a Mexican psychiatric patient treated in San Diego, California. *Culture, Medicine, & Psychiatry*, 32(1): 102-121.
4. Streit, U., Leblanc, J., & Mekki-Berrada, A. (1998). A Moroccan woman suffering from depression: migration as an attempt to escape *sorcellerie*. *Culture, Medicine, and Psychiatry*, 22(4), 445-463.
5. Borra, R., Van Dijk, R., & Rohlof, H. (2002). *Cultuur, classificatie en diagnose: cultuursensitief werken met de DSM-IV*. Houten: Bohn Stafleu Van Loghum.
6. Groen, S.P.N., Richters, A., Laban, C.J., & Devillé, W.L.J.M. (2017). Implementation of the Cultural Formulation through a newly developed Brief Cultural Interview: Pilot data from the Netherlands. *Transcultural Psychiatry*, 54(1), 3-22.

7. Lewis-Fernández, R., Aggarwal, N.K., Lam, P.C., ... & Vega-Dienstmeier, J.M. (2017). Feasibility, acceptability and clinical utility of the Cultural Formulation Interview: Mixed methods results from the DSM-5 international field trial. *The British Journal of Psychiatry*, 210(4), 290-297.
8. Lewis-Fernández, R., Aggarwal, N.K., Hinton, L., Hinton, D., & Kirmayer, L.J. (2016). *DSM-5 Handbook on the Cultural Formulation Interview*. Washington, DC: American Psychiatric Association.
9. Csordas, T., Dole, C. Tran, A., Strickland, M., & Storck, M.G. (2010). Ways of asking, ways of telling: A methodological comparison of ethnographic and research diagnostic interviews. *Culture, Medicine and Psychiatry*, 34(1), 29-55.
10. Groen, S. (2009). Recognizing cultural identity in mental health care: Rethinking the Cultural Formulation of a Somali patient. *Transcultural Psychiatry*, 46(3), 451-462.
11. Groen, S.P.N., Richters, J.M., Laban, C.J., Devillé, W.L.J.M. (2018). Cultural identity among Afghan and Iraqi traumatized refugees: Towards a conceptual framework for mental health care professionals. *Culture, Medicine and Psychiatry*, 42(1), 69-91.
12. Patané, M., Ghane, S., Karyotaki, E., Cuijpers, P., Schoonmade, L., Tarsitani, L., Sijbrandij, M. (2022). Prevalence of mental disorders in refugees and asylum seekers: a systematic review and meta-analysis. *Global Mental Health*, 1-14.
13. Kessler, R.C., Aguilar-Gaxiola, S., Alonso, J. ..., Koenen, C. (2017). Trauma and PTSD in the WHO Mental Health Surveys. *European Journal of Psychotraumatology*, 8(5), 1353383.

OVER DE EXPERT

Simon Groen is antropoloog en senior onderzoeker bij De Evenaar, Centrum voor Transculturele Psychiatrie bij GGZ Drenthe. In 2019 promoveerde hij bij de Universiteit van Amsterdam op de relatie tussen culturele identiteit en trauma bij Afghaanse en Irakese patiënten. Hij is lid van de onderzoekscommissie en onderzoeksleider Common Mental Disorders bij GGZ Drenthe. Verder was hij kernteamlid in de organisatie van het zesde wereldcongres van de World Association of Cultural Psychiatry (WACP) in Rotterdam, dat 15 tot en met 17 september 2022 plaatsvond. Bij de NtVP is hij bestuurslid met de portefeuille Diversiteit: vragen over diversiteit kunnen gestuurd worden naar diversiteit@ntvp.nl.



Simon Groen

Samen voor vrede & vrijheid



Vrede en vrijheid zijn niet vanzelfsprekend. Daar moeten we samen aan blijven werken. Daarom wil vfonds iedereen in Nederland inspireren zelf bij te dragen aan vrede en vrijheid. We investeren jaarlijks in meer dan 200 projecten die zich hiervoor inzetten zoals nationale herdenkingen, activiteiten rond 4 en 5 mei en evenementen zoals de Invictus Games en Veteranendag.

Ook bijdragen? Kijk op
www.vfonds.nl/steun-ons
Vfonds - Nationaal Fonds voor
Vrede, Vrijheid en Veteranenzorg

