

Ambulante groepstherapie voor vrouwelijke getraumatiseerde vluchtelingen

Mieke Bossers, groepspsychotherapeut, opleider, supervisor NVGP, tot voor kort werkzaam binnen de ambulante afdeling van GGNet te Doetinchem, begeleidde deze groep samen met collega Lies Huinink, groepswerker, sociaal psychiatrisch verpleegkundige.

Aan de werkzame aspecten van groepstherapie met vluchtelingen werd in de serie *Groepspraktijk* al een nummer gewijd (Rohloff & Haans (red.) 2005). Ook in dit tijdschrift werd door Van Hest en Bot (2007 en 2008) onlangs aandacht besteed aan meertalige groepstherapie met tolken.

De beschrijving van een ambulante groep met vrouwen uit diverse culturen die expliciet gericht is op traumaverwerking bestaat voorzover ik weet nog niet. Het praten over traumatische ervaringen, waaronder verkrachtingen, wordt bewust ontmoedigd in de door Bot en Van Hest beschreven groep. Het toepassen van *exposure* in groepsverband bij deze groep ernstig getraumatiseerden werd ook door Rohloff (2005) afgeraden.

De hieronder beschreven groep maakt wél gebruik van *exposure* in de wederkerigheidsfase en herkent dit zelfs voor deze groep als het centrale werkingsmechanisme (Nicolai, 2003).

Inzichten vanuit de zelfpsychologie hielpen mij het risico te nemen. Bij de intake was

bij de vraag naar het leven voor de vlucht het antwoord: ‘alles normaal’; het waren sterke vrouwen geweest. Het oorspronkelijk zelf was wel beschadigd, maar niet onvindbaar. Door het trauma niet te vertellen zou het gevaar bestaan dat het trauma zich in de persoonlijkheid blijvend zou verankeren (Bossers, 2003).

In onze multiculturele groep voor getraumatiseerde vrouwen werken twee therapeuten samen; een maatschappelijk werker/groepspsychotherapeut en een sociaal-psychiatrisch verpleegkundige/groepswerker. Samen hadden we veel ervaring opgedaan in eerdere traumaverwerkingsgroepen met een gemeenschappelijke focus, namelijk seksueel geweld.

Het intercultureel werken met diverse tolken vroeg een pakket organisatorische maatregelen en de ernst van de oorlogstrauma's een therapeutisch onverwoestbaar positieve instelling. Beide factoren waren in hun samenhang zeer werkzaam: de *exposure* gaf emotionele en affectieve verdieping, de culturele diversiteit gaf de

mogelijkheid tot overstijgen van etnisch slachtofferschap en tot verbinding op niveau van menselijkheid.

De groep is in oktober 2003 gestart en loopt nu in dakpanmodel, nog steeds. Aan de groep namen in totaal 19 vluchtelingen deel uit Bosnië, Kosovo, Montenegro, Koerdistan, Kirgistan, Tsjechenie, Siëra Leone, Iran, Irak, en Afghanistan.

Intercultureel werken en de betekenis van tolken

Wij hebben de tolken¹ zorgvuldig geselecteerd op hun competentie het therapeutische proces te kunnen respecteren. Zo hebben wij, als bij de intake bleek dat er geen klik ontstond tussen cliënt en tolk, het contact met deze tolk niet voortgezet. Wij hebben bewaakt dat er steeds dezelfde tolk kwam voor de deelnemers van deze taal, die bekend was met het verhaal van de cliënt. Voor de individuele deelnemers van een enkele taal vroegen we, als de cliënt eraan toe was, een tolk aan en meldden dit telefonisch aan de cliënt als dit gelukt was. Wij spraken met cliënt en tolk af dat dit altijd voor minimaal twee bijeenkomsten zou zijn om ook de nawerking van de vorige sessie in eigen taal te kunnen uiten. Dit alles vroeg veel tijd en aandacht onder andere ook van het secretariaat.

De duur van de groepstherapiebijeenkomsten was anderhalf uur, waarna wij een pauze van een kwartier inladden, waarin plaats zou zijn voor informeel contact in de eigen taal in aanwezigheid van hun tolken. Dit versterkte de groepscohesie en het ver-

trouwen, zeker in het begin. De therapeuten bleven dan op de achtergrond in hun bespreking van het groepsproces maar wel aanwezig op de kamer. Ons doel was daarmee het creëren van basale veiligheid en geborgenheid die deze groep cliënten zolang node gemist had.

Het ontstaan van subgroepen, coalitievorming (zie Van Hest en Bot, 2007) was hiervan natuurlijk een neveneffect, wij hebben dit echter niet als negatief ervaren. We duiden dit vanuit de zelfpsychologie als tweelingoverdracht, het gevoel hetzelfde te zijn, met als effect herstel van het zelfgevoel. De zelfpsychologie gaat uit van een authentiek zelf en kent overdrachten, die meer gericht zijn op spiegeling van het zelf in de ander, in plaats van dit te duiden als weerstand (Bossers, 2003).

De tolken hebben ook een verhelderende rol gespeeld bij weerstandsmomenten, waarin cultuurverschillen een rol speelden. Zij gaven de therapeuten en de groepsleden inzicht in de werking van cultuurgebonden factoren op de veiligheid in de groep, zoals angst voor uitstoting en eerwraak. Verrassend was vooral het kunnen verdragen van overdrachten die met culturele spanningen te maken hadden.

Zo was er een Kosovaarse vrouw die het contact met de Servokroatische tolk vermeed nadat deze verteld had van Servische komaf te zijn. De cliënt ging met de rug naar de tolk toe zitten. Onuitgesproken verweet ze ons dat we dit zo hadden georganiseerd. De tolk was in staat deze afstand te verdragen en was daarmee rolmodel voor etnisch overstijgende belangen.

¹ Omdat het werken met deze doelgroep voor ons allebei nieuw en ingewikkeld was, hebben we supervisie mogen ontvangen van M. Sabonoglu die aan het Programma Interculturalisatie Hulpverlening verbonden is als projectleider en supervisor.

Binnen het programma interculturalisatie kregen we een training van Pharos ten aanzien van lichaamgericht werken met vluchtelingen individueel en in de groep. Wij verzorgden voor dit programma een workshop Ambulante groepspsychotherapie voor getraumatiseerde vluchtelingen vrouwen, Bossers en Huinink, 2005.

Lichaamstaal

Na de eerste fysieke PTSS-reacties, die met uitleg en oefeningen beheersbaar kunnen worden gemaakt,² blijven onbewuste lichamelijke uitingen het trauma weerspiegelen. De herkenning bij elkaar van de lichamelijke klachten helpt deze eerder te doorbreken en te begrijpen.

Elke bijeenkomst werd afgesloten met een kwartier lichaamsgerichte oefeningen zodat ieder weer redelijk ontspannen naar huis kon. Dit had een dubbele functie: ontspanning na de soms zware bijeenkomsten, en tegelijk voorzichtig nuanceren en emotioneel corrigeren van de spanningsklachten. Behalve de ontspanningsoefeningen aan het eind dienden ook tijdens de bijeenkomst interventies naar lichaamstaal dit doel: verbinding maken met wat het lichaam zich herinnert om zo te stimuleren dit emotioneel te kunnen uiten.

Wij kozen ervoor de vrouwen in de groep corrigerende emotionele ervaringen te laten opdoen, juist op het meest lijfelijk gevoelde trauma van de verkrachtingen en vernederingen. Hierdoor konden zij met herwonnen zelfrespect dit ook met hun mannen delen en de vrees voor uitstoting nam af. Wij vonden hiervan in de groep verschillende voorbeelden. Deze verandering bleek ook uit contacten met het systeem rondom de cliënt.

Indicaties voor de groep, voorbereiding en samenstelling

De groep is bestemd voor vrouwen tussen de 25 en 50 jaar oud, met oorlogsgewelder-

varingen, waarbij verkrachting een onderdeel van dit oorlogsgeweld is geweest. Doel van deze groep is het leren omgaan met PTSS-klachten, en deze leren te onderscheiden van actuele stressoren. Nevendoelen zijn een aanzet geven tot het verwerken van de meest ernstige traumatische gebeurtenissen, een herstel van zelfrespect en gevoel van waardigheid, een herstel van vertrouwen en een herstel van het verband tussen verleden en toekomst.

De meeste cliënten werden bij ons in het ambulante team aangemeld, sommige ook na bekendmaking van de groep via de kliniek. Meestal was bij de aanmelding sprake van een mix van posttraumatische stressklachten, angst- en spanningsklachten en depressieve klachten en als stressfactoren ontworteling van het psychosociale leven en de onzekerheid over hun verblijfsstatus. Ook de migratie zelf kan als een traumatische gebeurtenis worden opgevat.

Gezien het vaak geschonden vertrouwen van vluchtelingen vonden wij het vooral belangrijk cliënten na intake en advies transparant uitleg te geven over de mogelijkheden en de fasering van de behandeling (Drozdek, 1998).

Zich overleveren aan een behandeling kan voor vluchtelingen – vooral uit voormalige Sovjet Unielanden – beangstigend zijn en vraagt extra uitleg. Praten in een groep is in hun beleving een riskante onderneming en zal in het begin veel wantrouwen opleveren. Erkenning voor dit begrijpelijke wantrouwen kan een begin zijn van zich geaccepteerd voelen en maakt vaak de weg vrij tot deelname aan de groep.

² Na de intake geven we psychoeducatie over PTSS ten behoeve van symptoomvermindering. Dit is nodig om de cliënt vertrouwd te maken met het feit dat pijn en spanning zich lichamelijk vertaalt en vastzet. Tevens geeft dit ook enig perspectief van verlichting.

Op deze wijze kostte het relatief weinig moeite om cliënten door te verwijzen naar een groep en ze daar te houden. Cliënten waren blij dat hun isolement doorbroken werd. Zich geaccepteerd weten in de groep helpt om het gevoel van waardigheid dat zo beschadigd is terug te vinden.

De groep is affectief, er is altijd wel iemand die wel voelt, verdriet of angst uit; de anderen kunnen dan meevoelen in de spiegeling van hun eigen ervaringen in de ander. Dit geldt des te meer waar het gaat om de ongemakkelijke gevoelens die bij traumaverwerking horen en waarbij de neiging tot vermijden groot is. De groep helpt de vermijding te doorbreken (Herman, 1993 en Lely, 2005). Een aanmoedigende houding van de therapeuten is hierbij uiteraard ook van belang.

Het groepsproces

Ik probeer het groepsproces te beschrijven aan de hand van de groepsfasen van Levine (1979). Deze lijken overeen te komen met de fasen van traumaverwerking, waarin een ontwikkeling zichtbaar wordt van klachten naar stabilisering, verwerking, integratie en nieuw perspectief (Santini, 1999).

De fase van stabilisering vertoont gelijkenis met de parallelfase, de fase van verwerking met de intimiteits- en wederkerigheidsfase, de fase van integratie met de eindfase in groepen.

Parallelfase

We zijn gestart met de klachteninventarisatie aan de hand van het begrip Post

Traumatisch Stress Syndroom uit de DSM IV. Alle deelnemers konden met behulp van tolken in hun eigen taal klachten toevoegen aan de lijst, dan wel hun herkenning geven. Hierdoor ontstond een gemeenschappelijke noemer: cliënten voelden zich herkend en erkend.

Na deze periode van symptoom beheersing en uitleg, die de groep structuur en cohesie gaf, begonnen de groepsleden meer te praten over hun trauma. Via de klachten in het begin van de groepsbijeenkomst ontstaat er al gauw een ingang: de nachtmerries.

We merken tot onze verbazing dat het heel gewoon is voor groepsleden om te vertellen wat ze gedroomd hebben. Een eerste stap naar zelfonthulling wordt zo gemaakt; groepsleden zijn actief om elkaars dromen te verklaren.

Al gauw wordt duidelijk dat we extra aandacht moeten besteden aan de moeite van groepsleden om in de groep anderen weer te leren vertrouwen. Het gebrek aan vertrouwen van veel groepsleden is voelbaar ook in de overdracht naar de therapeuten. Sommigen geven letterlijk aan tijd nodig te hebben om angst te overwinnen. Een groepslid dat voortijdige onthullingen wil doen wordt teruggefloten. Het was een uitdaging voor ons 'de grootste gemene deler te vinden en rekening te houden met de groeps cultuur' (Rohlf, 2001).

Zo leek er bijvoorbeeld in onze groep een groot verschil tussen groepsleden die zich vrij gemakkelijk geven en groepsleden die totaal niet gewend zijn openlijk te kunnen praten, laat staan zich over emoties te uiten.

Politieke en persoonlijke ervaringen vormden hiervan de achtergrond.

O. vertelt niet in de groep dat haar man is overleden tengevolge van de mishandelingen door de militie; groepsleden laten soms merken het toch te vermoeden of maken dit op uit haar soms instemmende maar zwijgende reactie op anderen, maar benoemen dit niet expliciet. Het zwijgen wordt gerespecteerd.

Dergelijk zwijgen maakte deze fase zwaar. Zoals een van de tolken het verwoordde na afloop van een zitting: de groepsleden waren erg aanwezig met hun trauma. Deze tolk gaf er in de nabespreking de betekenis aan dat men er bij kon blijven ook al was het moeilijk. Een andere keer kon een tolk verhelderen dat het voor deze groepsleden heel erg moeilijk is om geheimen te vertellen, gewend als ze zijn verraden te worden of dit te moeten bekopen met verlies van hun geliefden. Deze opmerkingen van de tolken waren voor ons aanvullend naar culturele en/of historische achtergrond. Wij hebben deze opmerkingen niet als interfererend met het therapeutische proces ervaren.

Wij konden door hun extra informatie het wantrouwen van de cliënten en onze tegenoverdracht eerder los laten. Wij leerden hun houding en de gevoelens van wantrouwen niet alleen zien als weerstand maar als hun moeite om zich aan te passen aan het enorme verschil in cultuur, dus als deel van hun veranderingsproces dat door de vlucht is ingezet.

Wij moesten onze gedachten loslaten dat

groepsleden open moeten kunnen zijn over verkrachtingen naar hun man en familie en op hun steun moeten kunnen rekenen.

Mechanismen van uitstoting en plicht tot eerwraak bij onthulling van geheimen binnen de familie zijn voor veel vrouwen in de groep vanzelfsprekend. Tegelijk kent men ook het delen van geheimen met bijvoorbeeld de eigen moeder. Partners hebben ook vaak een dubbele loyaliteit, een openbare veroordeling enerzijds naast een positie van echtgenoot, die bescherming biedt anderzijds.

S. is verkracht door Servische militairen; ze vertelde het haar moeder, deze drukt haar op het hart het geheim te houden voor vader. Via een omweg komt het bericht toch bij vader, voor S. de reden om te vluchten. Ze vluchtte met haar man die haar aanvankelijk steunt, maar als hij bij de IND haar echte verhaal hoort, wordt hij boos en getuigt voor de rechtbank dat hij bij terugkeer verplicht zou zijn tot eerwraak of uitstoting. Naar aanleiding van deze ontwikkeling heb ik de man en vrouw uitgenodigd voor enkele relatiegesprekken. Ze gaan scheiden, maar blijven bij elkaar wonen. In de groep durft ze haar verhaal te vertellen: ze leest een ontroerende brief aan haar moeder voor waarin ze beschrijft hoe het echt met haar gaat en hoezeer ze haar moeder mist. Ze durft de brief niet op te sturen.

Een ouder Bosnisch groeplid zegt over de uitstoting door haar vader: 'Wat kan je gebeuren als je teruggaat? Je bent nu vol-

wassen, je kunt je nu verdedigen, we hebben wel meer lastige vaders.' Dit is een relativering die wij als therapeuten ons niet hadden kunnen permitteren.

Wederkerigheidsfase

In deze fase ontstaat meer verdieping en wederkerigheid. Gaandeweg vertrouwen groepsleden elkaar en komen ze meer toe aan verwerking. Het vertellen van hun PTSS-klachten verdwijnt naar de achtergrond of wordt eerder geaccepteerd als een gevolg van alles wat ze hebben meegeemaakt. De groep is echt een groep geworden. Het valt ons op hoe warm ze elkaar begroeten na de eerste onderbreking vanwege de vakantie.

De groepsleden vertellen elkaar over de onzekerheden, de uitputting van het wachten op de verblijfsvergunning; vaak is dit de ingang om hun belevingen daarbij te verdiepen naar de traumatische ervaringen. Een gevoel van afwijzing dat beleefd wordt na de zoveelste rechtbankzitting kan verbonden worden met de afwijzing als etnische groep. Gevoelens van extreme angst voor melding bij de politie kunnen verbonden worden met onthullingen over gevangenschap en mishandeling in hun eigen land. Soms vinden de groepsleden het zwaar om iets te vertellen, maar ze rapporteren ook dat het verlichting geeft na een paar dagen. Daarmee kunnen ze elkaar soms bemoedigen als tegengif tegen de enorme machteloosheid dat dit nooit meer verandert.

Er worden meer pijnlijke onthullingen gedaan, zonder dat de dromen gebruikt hoeven te worden.

Er zijn *exposure*zittingen, waarbij ieder groepslid een individueel verhaal vertelt over de meest traumatische herinnering, bijvoorbeeld door middel van een brief aan de daders. Aan de groepsleden wordt gevraagd erbij te blijven, niet weg te drijven op hun eigen herinneringen. Deze *exposure* geeft veel groepscohesie. Gevoelens van angst, verlaten en woede komen terug in groepsinteracties, of kunnen van uitageren omgezet worden naar doorleving (Ganzarain, 1989).

Dit is mogelijk door de extra aandacht voor de holding in de groep en inspanning onzerzijds tot empathie, tot doorvragen waarmee groepsleden leerden zich te uiten in plaats van uit te ageren. Het gedrag van de Kosovaarse vrouw die zich van de Servokroatische tolk afwendde kon benoemd en doorgewerkt worden als begrijpelijke overdracht. Zij kon haar agressie en angst uiten. Haar lichaamstaal, de toegekeerde rug, maar ook een onbewust schoppen leerde ze emotioneel te uiten.

'Mijn leven is helemaal kapot, hoe kunnen mijn kinderen mij nog zien als moeder?'
Ze vertelt dat haar hele familie overvallen is, waarna zij meerdere keren verkracht is voor de ogen van haar eigen kinderen en haar man. Ze ervaart extreme woede, en veel angst. Ze durft haar kinderen niet op schoolkamp te doen. Kamp heeft voor haar een andere betekenis. Groepsleden, onder wie Servokroatische, steunen haar, begrijpen haar angst, maar herinneren haar aan haar taak als moeder: ze is een goede moeder als ze haar dochter toch laat

gaan. Ze doet hiermee een corrigerende ervaring op. Later herhaalt zich dit als het gaat om verwijzing naar een bijzondere school voor de kinderen. In samenwerking met een collega van Jeugdzorg lukt het om hier geen dwang toe te passen, maar een geleidelijk proces van vertrouwen op te bouwen.

Naast woede zijn verlies, rouw en heimwee belangrijke thema's. De vrouwen in de groep hebben een heleboel verloren: veiligheid, vertrouwen, zelfwaardering.

Sommigen hebben hun partner of familieleden verloren, anderen verkeren in onzekerheid over vermiste dochter, of broers.

In deze fase blijkt de groep ook een goed effect te hebben op het systeem van de cliënten;

Gezinsleden op de achtergrond zijn blij dat hun moeder of partner een plek heeft, het geeft hen kennelijk ook weer houvast en perspectief. Het herstel van verbinding dat de vrouwen ervaren in de groep werkt kennelijk door naar de gezinsleden en naar de school van de kinderen (Beuker en Buwalda, 2005). Er is weer een beetje vertrouwen in hulpverlening en samenleving. Maar soms lijken we weer terug bij af te zijn.

L. is afkomstig uit Kirgistan. Haar dochter is vermist geraakt door toedoen van haar ex-man die overgestapt was naar de islamitische militie. Zelf was zij gevangen gezet en in een kelder met een kap over haar hoofd verkracht. Nadat ze dit alles met veel moeite had verteld kwam zij heel langzaam

uit een forse depressie en trok zij zich zichtbaar minder terug in de groep. Ze wordt, door een fout van de IND, nog tijdens haar procedure opgepakt en gevangengezet, als laatste stap naar onvrijwillige uitzetting naar haar land. De herhaling van het gevangen gezet worden dreigde de hele groep te verlammen met machteloosheid. Na een paar weken durfde niemand meer naar haar te vragen. Gelukkig lukte het de advocaat haar weer vrij te krijgen.

Toen ze na weer een periode van depressie en moeheid in de groep terugkeerde, vertelde ze tot onze verbazing dat ze zich sterk gevoeld had in de gevangenis en dat ze door haar ervaring in de groep om zich te uiten andere gevangenen had kunnen helpen. Ze had, ondanks haar enorme angst voor uitzetting en weer gevangenneming in haar eigen land, onderscheid kunnen maken tussen de gevangenis nu en de traumatische ervaring in haar land.

Toen ze kort daarna positieve beslissing kreeg over haar verblijfsvergunning, klaarde ze op en gebruikte ze al haar energie om de zoekprocedure naar haar kind te starten en om in te burgeren.

Hoop en wanhoop wisselden elkaar snel af, verblijfsvergunning voor de een en een negatieve beslissing voor de ander. Opvallend was de verbondenheid in de groep, het delen van lief en leed. De tegenoverdracht bij ons als therapeuten was er ook: boosheid en een verloren gevoel naar autoriteiten die ons tegenwerkten. Dit werd nog versterkt door achteraf onnodige administratieve tegenwerking van de instelling,

toen de onverzekerde groepsleden rekeningen thuisgestuurd kregen. Wij voelden ons verleid om nog meer brieven te schrijven naar advocaten – iets waarvan we overigens vonden dat dit bij de veilige context van een behandeling hoort. En ‘pogingen om wettelijke en administratieve belemmeringen van de situatie van asielzoekers te beïnvloeden zijn evenzeer onderdeel van psychotherapie’ (Emminghaus, 2003). Binnen de beroepsmatige grenzen kan de therapeut als getuige deskundigdesgevraagd invloed hebben die de veiligheid bevordert, is ons standpunt in deze discussie.

Het generaal pardon gaf vanzelfsprekend een enorme duw in de goede richting. Plotseling waren ook alle cliënten verzekerd. De groep voelde de behoefte aan goed nieuws, de mogelijkheid om straks ‘leuke zorgen’ te hebben en iets te kunnen opbouwen. Men wilde iets met de verworvenheden van de verwerking kunnen gaan doen: kortom de groep gleed naar een fase van nieuwe identiteit.

Beëindigingfase

Gaandeweg komt er meer positieve energie vrij en zelfs de vrouw die zei helemaal kapot te zijn, begint bij de evaluatie te glimlachen: misschien komt het toch nog goed, en niet alleen maar Inch Allah.

Maar er komen vele taken op hen af, zoals huisvesting, Nederlands leren, een stage doen in de hoop werk te vinden. Voor sommigen komt het generaal pardon op een moment dat de verwerking grotendeels achter de rug is en sluiten de taken aan bij

taken van integratie in de eindfase van de groep. Zij zijn blij straks weer hun eigen weg te gaan en hebben haast geen tijd meer voor de groep, een gezond teken. Anderen hebben de groep nog nodig om hun terugkerende angsten te uiten en los te gaan laten.

Het bezit van een verblijfsvergunning is overigens ook niet alles, dat hadden we al gemerkt aan groepsleden die deze al wel hadden.

Er komt meer gevoel van veiligheid en perspectief, maar ook wordt het verlies definitief. De deelnemers benoemen een onbestemd neerslachtig gevoel. Het gevoel dat ze al die jaren niet kunnen inhalen dringt door.

O. verwoordt gevoelens van de groep over dit definitieve verlies met een beeld van haar kristallen servies, dat ze achter moest laten en hetgeen schril afsteekt tegen wat ze zich nu kan veroorloven.

Ch. vertelt dat ze, in haar toegewezen woning gezeten, denkt: ik zou nu wel eens naar huis willen.

We evalueerden vanaf het begin van de groep ieder half jaar met een soort ritueel, we maakten het dan gezellig, bedankten de tolken expliciet voor hun inspanning. De evaluaties van de bereikte doelen van de groepsleden waren steeds verrassend positief.

Altijd werden bij afscheid de namen genoemd van eerdere groepsleden, een teken dat men zich verbonden bleef voelen, belangrijk voor de vrouwen die zoveel

mensen verloren hadden; herstel van verbinding was immers doel van de groep.

Twee keer kwam het voor dat groepsleden ondanks verhuizing door overplaatsing naar een andere opvang toch naar de groep bleven komen; we deden dan soms een oog dicht als ze het niet altijd konden opbrengen om de lange reis wekelijks te maken. Ze gaven duidelijk te kennen zich betrokken te voelen en werkten hard.

Ons viel op dat vakanties van de groepstherapeuten gemakkelijk verdragen werden. Soms riep het ook een gezonde jaloezie op, vakantie was iets wat ze jaren niet gehad hadden en bij hun gewone leven van vroeger hoorde. We overwonnen onze gevoelens van tegenoverdracht van luxe en schuldgevoel en merkten dat zij juist door onze ruimte en ontspanning hoop kregen.

Een bijzonder moment was het afscheid van de Servokroatische tolk die niet meer nodig was. Het werd een corrigerende ervaring voor het groepslid die moeite met haar had gezien haar ervaring met Serviërs als ouders. Deze kon bij dit afscheid zeggen: 'Je bent een goed mens.' We waardeerden het bijzonder dat de tolk haar gedrag had kunnen verdragen.

Een enkeling lukte het zelfs aan de gebeurtenissen betekenis te geven. S. (27 jaar) die door haar vader was uitgestoten, kon verwoorden dat het geen verloren tijd voor haar was geweest. Ze had al die tijd uit nood zwart gewerkt, Nederlands geleerd, en zich losgemaakt van haar ouders. Behalve haar trauma had ze dus ook de levenstaken vervuld die bij haar leeftijd pasten. Andere, oudere groepsleden hadden meer moeite:

voor hen was het een breuk midden in hun leven. Er wordt desondanks driftig gezocht naar mogelijkheden om actief te zijn in hun oude beroep.

Toen het O. lukte om in haar oude beroep in de bibliotheek een stage te vinden, was ze intens blij en kon ze het laatste restje wantrouwen overwinnen naar ons land dat haar zo lang in onzekerheid had gelaten: 'Eindelijk is Nederland goed.' Ze voelt zich thuis in haar nieuwe land, zelfs zonder haar kristallen servies.

Momenten van verlies en herstel van verbondenheid en vertrouwen wisselen elkaar af.

Bij het beëindigen van dit artikel bezoeken we op initiatief van een Iraans groepslid samen de film *De Vliegeraar*, die speelt in Afghanistan. Groepsleden durven na alles wat ze meegemaakt hebben, toch weer hun vlieger op te laten.

Conclusies en aanbevelingen

Het bleek mogelijk de groepsfasen te herkennen en te verbinden met fasen van traumaverwerking. Niet alles liep volgens het boekje door de vele variabele factoren in de context van deze vluchtelingen.

De parallelfase duurde langer dan in de ons vertrouwde groepen: er was veel afweer die te maken had met geschonden vertrouwen, de autoriteitsfase was heftiger in de negatieve overdracht naar autoriteiten, naar ons therapeuten. Achteraf zou je ook het incident met de tolk kunnen zien in dit licht.

De wederkerigheidsfase was soms dieper,

minder neurotisch gekleurd. De deelnemers waren sterke vrouwen die veel *exposure* konden verdragen. Het trauma heeft plaatsgevonden nadat de persoonlijkheid al was gevormd. Het waren vrouwen die nooit eerder psychische problemen hadden gekend en alleen vanwege het geweldstrauma behandeling behoefden.

Om te voorkomen dat het een destructieve groep werd, was veel regie en holding nodig om de vrijgekomen gevoelens te kanaliseren in de gezonde richting.

De keuze voor *exposure* gaf wederkerigheid en verdieping. Het hielp ook om kwesties als etniciteit, geweld en religie te overbruggen naar empathie tussen groepsleden en uit de hokjes van de etnische identiteiten naar verbinding te komen.

De fase van beëindiging en afscheid verliep anders, chaotischer soms door invloed van buitenaf zoals een plotselinge verhuizing of het generaal pardon. Hoewel het een doorgaande groep is, liep de instroom van groepsleden toch terug en was de uitstroom van groepsleden groter doordat ze overvoerd werden met nieuwe taken na het generaal pardon. Anderzijds verliep het afscheid hierdoor nuchterder, was er minder afhankelijkheid.

Als de volwassen taken weer opgepakt kunnen worden, is de groep minder nodig.

De gestelde doelen aan het begin lijken bereikt; er is herstel van verbinding (wat in de groep zichtbaar wordt, maar ook blijkt uit het sociale netwerk van groepsleden buiten de groep), het isolement is doorbroken, de klachten zijn sterk afgenomen en er is zeker sprake van verwerking van de

meest traumatische gebeurtenissen. Het trauma neemt minder ruimte in beslag, er is gerouwd, en er is plaats voor nieuw perspectief.

Tot slot kan genoemd worden dat het werken met tolken extra zorgvuldigheid en afstemming vraagt. Het bewaken van grenzen van elkaars professionaliteit was een wederkerig proces. Parallel aan het werken met vluchtelingen was ook het werken met tolken op deze manier voor ons een verrijkende ervaring.

Literatuur

- Beuker, I. & Buwalda, H. (2005). Armeense vrouwengroep: een ambulante groep voor Armeens sprekende vrouwen In: Rohlof, H. & Haans, T. (red.) *Groepstherapie met vluchtelingen*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Bossers, M.P.I. (2003). Heling van het zelfgevoel in een vrouwengroep. *Groepspsychotherapie*, 36, 3, 24-34.
- Bot, J. & Hest, F. van, (2008). Meertalige groepstherapie met tolken. Deel 2. *Groepen, tijdschrift voor groepsdynamica en groepspsychotherapie*. 3, 2, 21-36.
- Drozdek, B. (2002). De hele wereld in je spreekkamer! *Groepspsychotherapie*, 36, 3, 141-150.
- Emminghaus, W. (2005). Groepstherapie met asielzoekers in Duitsland. In: Rohlof, H & Haans, T. (red.). *Groepstherapie met vluchtelingen*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Herman, J. (1993) *Trauma en Herstel*. Amsterdam: Wereldbibliotheek.
- Hest, F. van & Bot, J (2007). Meertalige groepstherapie met tolken. Deel I. *Groepen, tijdschrift voor groepsdynamica en groepspsychotherapie*, 2, 2, 9-26.
- Lely, J. (2005), Een nieuwe bedding. Groepsbehandeling van getraumatiseerde vluchtelingen. *Groepspsychotherapie*, 39, 2, 6-16.
- Levine, B. (1979). *Groepspsychotherapie Praktijk en ontwikkeling*. Houten: Van Loghum Slaterus.
- Nicolai, N. (2003). Fasen, beslismomenten en valkuilen bij psychotherapie na seksueel misbruik. *Handboek psychotherapie na seksueel misbruik*. Utrecht: De Tijdstroom.
- Rohlof, H. (2001). Groepstherapie met getraumatiseerde vluchtelingen. *Handboek groepspsychotherapie*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Rohlof, H & Haans, T. (red.) (2005). *Groepstherapie met vluchtelingen*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Santini, I. en Marsal, C. (1999). De deur van de hoop. *Integrale multidimensionele groepstherapie voor vluchtelingen*. Utrecht: Stichting Pharos.