

## **Ver-zwijgen en ver-werken**

### **Niet-praten als symptoom of als copingstrategie**

Peter Ventevogel

Waarom wordt er in het district Mbarara massaal gezwegen over de geweldservaringen van de afgelopen decennia? Tankink zoekt het antwoord in de vernietigde socio-culturele instituties en betoogt dat zwijgen het meest verstandige is wat de mensen kunnen doen. Om te kunnen spreken over de pijn uit het verleden, om het onzegbare onder woorden te brengen is een gevoel van veiligheid en acceptatie nodig. Tankink onderscheidt hiertoe een 'publieke ruimte' en een 'luisterend publiek'. Deze twee begrippen lijken conceptueel sterk verweven en worden in het artikel niet uit elkaar gehaald. Denkelijk gaat het hierbij om twee aspecten van hetzelfde fenomeen. De Banyankore in het district Mbarara ontberen voor wat betreft het spreken over het doorstane leed een publieke ruimte en een luisterend publiek. Zwijgen is in deze omstandigheden beter dan spreken. Tankink somt acht factoren op die kunnen verklaren waarom de voorwaarden ontbreken om te kunnen spreken over pijn en verdriet. Er wordt gezwegen vanwege:

- 1 wantrouwen ten opzichte van de overheid;
- 2 wantrouwen ten opzichte van medeburgers;
- 3 de wens om zichzelf en dierbaren pijn te besparen;
- 4 de notie dat het uiten van emoties tot vermeerdering van pijn en dus tot ziekte leidt;
- 5 de noodzaak om alle aandacht aan economische zaken te besteden;
- 6 het stilzwijgen van de overheid;
- 7 het zwijgen van de spraakmakende elite (journalisten en kunstenaars);<sup>1</sup>
- 8 te grote heftigheid van de emoties, omdat nu de tijd nog niet rijp is.

Er valt mijns inziens weinig tegen deze factoren in te brengen. Ze zijn niet onjuist, maar de verklaringskracht is ook niet optimaal. Sommige factoren zijn niet werkelijk een verklaring. De mensen zwijgen, omdat de kunstenaars en journalisten zwijgen. Maar waarom zwijgen die dan? Welnu, ik heb geen betere verklaring, maar mogelijk biedt de volgende uitweiding een aanzet daartoe.

Naar mijn idee zijn er twee vormen van zwijgen, die duidelijk verschillend van karakter zijn, hoewel ze elkaar niet uitsluiten. De eerste vorm is zwijgen als vermijding, als symptoom van traumatisering. Ik noem dit 'ver-zwijgen'. De tweede vorm is zwijgen als een min of meer effectieve manier om de gevolgen van geweld te mini-

maliseren. Dit is zwijgen als coping-strategie, zwijgen als een manier om trauma te ‘ver-werken’.

### **Zwijgen als ver-zwijgen**

Zwijgen kan een vorm van vermijden zijn, een uit de weg gaan van herinneringen die te pijnlijk zijn. In deze betekenis is zwijgen een symptoom, een teken van ziekte. In de psychiatrische nosologie wordt de symptomatologie van de posttraumatische stressstoornis (PTSS) ingedeeld in drie clusters van verschijnselen: ten eerste de indringende, gefragmenteerde herbelevingen van aspecten van de schokkende gebeurtenis; ten tweede voortdurende pogingen om herinneringen aan het trauma te vermijden en het afstompen van gevoel en ten derde verschijnselen van verhoogde prikkelbaarheid.

Wanneer het gaat om de behandeling van een patiënt met een posttraumatische stressstoornis zijn psychotherapeuten, variërend van psychoanalytici tot cognitief-gedragstherapeuten het er inderdaad over eens dat de emotionele verwerking van schokkende ervaringen gefaciliteerd wordt door het onder woorden brengen van traumagerelateerde emoties. Ook bij mensen die schokkende gebeurtenissen hebben meegemaakt en daarop niet een stoornis (PTSS) hebben ontwikkeld, wordt verondersteld dat het verwoorden van traumatische ervaringen “weldadig voor de individuele gezondheid” is en het geheimhouden van een trauma “het subjectieve welbevinden [kan] verminderen” (Kleber & Mittendorff 2000: 899). De rationale hierachter is dat het in woorden omzetten van de ervaring impliceert dat de ervaring wordt geëxternaliseerd.

Nu is het duidelijk dat Tankink niet spreekt over individuele ‘PTSS-patiënten’, maar over een collectief-getraumatiseerde bevolking, waarbij niet zozeer (of niet alleen) het individuele zelf is beschadigd, maar ook het sociale weefsel en de culturele instituties. Ook dan kan er mijns inziens sprake zijn van vermijding, waarbij collectief gezwegen wordt, omdat spreken te pijnlijk is en wonden openrijt.

### **Zwijgen als manier van ver-werken**

Verzwijgen maakt verwerken onmogelijk. Maar verwerken kan meer inhouden dan alleen ‘doorwerken’ van traumatische ervaringen in een praattherapie. Zeker, binnen de Nederlandse hulpverlening heeft verbale verwerking (nog) het primaat.<sup>2</sup> Maar dat betekent niet dat emotionele verwerking van meegemaakte traumata noodzakelijkerwijze op verbale wijze zou moeten gebeuren. Traumaverwerking behoeft niet altijd op een westers-psychologische manier te gebeuren. Het kan ook op andere manieren, waarbij aan non-verbale therapie gedacht kan worden, maar ook aan bevorderen van sociale heelwording door middel van sociale activiteiten, religieuze genezingspraktijken en helende rituelen. De antropoloog Englund wijst erop dat de vooronderstellingen van ‘discursieve’ therapie, gebaseerd op geverbaliseerde expressie van ervaringen, zich niet verdraagt met de concepten van Ngoni vluchtelingen uit Mozambique omtrent het

omgaan met stressvolle gebeurtenissen. "Among this population traumatic experiences are ameliorated through complex rituals of non-discursive practices" (Englund 1998: 1172). Daarmee doelt hij op uitgebreide begrafenisrituelen en geestesuitdrijvingen. Ook Reynolds (1990) benadrukt het grote belang van traditionele genezers bij het herstellen en reconstrueren van sociale relaties die door oorlog en geweld zijn vernietigd. In het etnografisch werk van Zarowski (2000) wordt beschreven hoe etnische Somali in Ethiopië geweld en verlies ervaren als bedreigingen van de relationele netwerken door welke zij toegang hebben tot materiële, sociale en politieke hulpbronnen die hen in staat stellen te overleven. Aandacht voor persoonlijk lijden wordt in deze context ontmoedigd, omdat dat het risico in zich draagt van nog verdere fragmentatie van de sociale wereld waarop persoonlijk overleven is gebaseerd. Deze analyse heeft raakvlakken met wat de mensen in Mbarara zeggen: dat ze het zich niet kunnen veroorloven uitgebreid stil te blijven staan bij geweldservaringen.

Bracken et al. (1995: 1979) schrijven over verkrachte vrouwen in de Luwero-Driehoek in Oeganda dat:

the mending of social relations is the most important aspect of the healing process for the women in Luwero. Their response, once they felt it legitimate to talk about rape was to organize themselves into meeting groups that focused on development projects and not specifically in their experience of rape or post-traumatic symptoms.

In dit verband gaat het duidelijk niet meer om verzwijgen, deelnemen aan de 'conspiracy of silence', maar om verwerken in de letterlijke zin van het woord: het opbouwen van een nieuw bestaan, waarbij beschadigde sociale verbanden worden gerepareerd of versterkt. In Mozambique bleken voormalige vluchtelingen het grootste belang te hechten aan daadwerkelijke wederopbouw: bouwen van huizen en het weer kunnen bewerken van het land (Summerfield 2000). Sociale actie en 'empowerment' zijn hierbij cruciaal, waarschijnlijk belangrijker dan welke psychologische interventie dan ook. En, net als Tankink, citeer ook ik met instemming Summerfield:

The major thrust of humanitarian interventions must be towards the war-weakened social fabric of survivor populations, for herein lie the sources of psychological resilience and capacity for recovery for all. Survivors first seek to regain a measure of dignity and control over their environment and then to reconstitute the cultural, social, and economic conditions and activities that make sense to them (2000: 234).

Dat alles laat onverlet dat in het geval van verzwijgen het van belang is de stilte te doorbreken, en ruimte te creëren waar getuigenis kan worden afgelegd en waar de onvertelde verhalen kunnen worden gehoord. Hierbij kan psychotherapie (maar dan niet in engere zin) een rol spelen.<sup>3</sup> De Britse maatschappelijk werker Brett (1996) beschrijft hoe ze in Oeganda tientallen getuigenissen optekende van hoe oorlog en geweld in het leven van mensen had doorgewerkt. Ze beschrijft haar activiteit als "listen and to provide people with the space to bear witness". Brinkman (2000) vond bij haar onderzoek naar de recente geschiedenis van de oorlog in Angola een sterke wens onder de Angolese vluchtelingen in Namibië om over het ondergane geweld te getuigen, al werd die bereidheid te getuigen vergezeld van angst. De vluchtelingen hoopten door het

vertellen van de gebeurtenissen een extern luisterend publiek aan te boren in de vorm van de internationale gemeenschap of transnationale instituties:

from a foreign guest, an outsider, they had least to fear and through me, it was hoped, their plight might reach new audiences (Brinkman 2000: 2).

Ook het instellen van internationale onderzoekstribunalen of waarheidscommissies kan een rol spelen bij het doorbreken van de stilte. Overigens is die rol soms slechts bescheiden. Foxen (2000) beschrijft hoe veel K'iche Maya van het Guatemalteekse hoogland zich in de negentiger jaren in stilzwijgen hulden en niet meewerkten aan het onderzoeksrapport van de VN-waarheidscommissie CEH (Comisión para Esclarecimiento Histórico) die na de vredesakkoorden was ingesteld. Hoewel de commissie in staat was achtduizend getuigenissen te verzamelen (op grond waarvan een gedetailleerd en voor het Guatemalteekse leger uiterst kritisch rapport werd geschreven) bleven veel mensen stil. De CEH veronderstelt dat dit uit angst voor represailles gebeurde. "A large number of people continue to remain silent about their past and present suffering, while the internalization of traumas prevent the healing of their wounds" (CEH-rapport, geciteerd in Foxen 2000: 358). Hoewel de K'iche Maya in de eerste plaats een sterk wantrouwen koesterden jegens buitenstaanders vanwege mogelijke partijdigheid met één van de participanten in het conflict (mensenrechtenactivisten werden ingedeeld in het kamp van de guerrilla's), waren er ook mensen bij wie niet wantrouwen de voornaamste reden voor het zwijgen was, maar veeleer een ongelooft in de zin van het oprakelen van het verleden: "Others simply did not believe in the usefulness of revisiting the past: such memory projects could not bring back their loved ones, could not bring to 'justice' those responsible and could only bring back the memory of profound suffering and pain" (ibidem). In samenlevingen die jarenlang hebben blootgestaan aan structureel geweld ontbreekt de mogelijkheid om een collectieve 'social memory' te construeren en op te nemen in een coherent narratief van het heden. In de context van extreme fragmentatie en vernietiging van culturele instituties en collectieve identiteit zoals het geval is bij de K'iche Maya,

the goal of producing a collective story of the past, and of creating a public, or shared representation of violence may not be possible (idem: 363).

Als het socioculturele weefsel ernstig geschonden is, kan het proces van herinneren geen plaats krijgen.<sup>4</sup> Zwijgen is hier een symptoom van traumatisering. Voor heelwording dient dat zwijgen te worden doorbroken. Middelen daartoe zijn het versterken van sociale verbanden, en niet zozeer op het individu gerichte therapie.<sup>5</sup> Somasundaram et al. spreken aangaande de Cambodjaanse situatie over 'cultural bereavement' en ze pleiten ervoor om naar de gemeenschap als geheel te kijken, waarbij aandacht is voor zowel versterking van coping op gemeenschapsniveau, als voor betekenisgeving. "It may be more beneficial to consider strengthening and rebuilding the family and village structures and to encourage rural development, as well as finding a common meaning for the immense suffering. (Somasundaram et al. 1999: 1041). Aan dat laatste ontbreekt het blijkbaar in het district Mbarara nog. Het is mijn overtuiging dat de gevolgen van geweld en de vernietiging van socio-culturele structuren pas werkelijk overwon-

nen zijn als ook op het niveau van betekenisgeving verwerking heeft plaatsgevonden, en als geweld op een of andere manier een plaats heeft gekregen in het doorlopende collectieve verhaal. Ik vrees dat de stilte van de Banyakore over de oorlog niet louter een vorm van ver-werken is, maar ook van ver-zwijgen.

## Noten

Peter Ventevogel (pventevogel@cs.com) is cultureel antropoloog en arts in opleiding tot psychiater. Hij heeft in 1991/92 onderzoek gedaan naar traditionele genezers in Ghana. Hij is momenteel verbonden aan Centrum '45/De Vonk in Noordwijkerhout.

- 1 Overigens was het ook in Oeganda niet geheel stil rondom de gruwelen uit het verleden. In 1977 publiceerde Henry Kyemba, een gevlucht minister in het kabinet van Idi Amin, een gedetailleerd verslag van de wreedheden die door het regime Amin werden gepleegd. Hoewel duidelijk het verslag van een carrièrepoliticus en deels bedoeld ter zelfrechtvaardiging en beïnvloeding van de internationale politieke opinie, is het ook een aangrijpend persoonlijk verslag van de rechtsverkrachtingen in zijn land. Het boek is opgedragen aan honderd met name genoemde intellectuelen, allen bekenden van de auteur die door het regime Amin werden vermoord. Dit boek is in 1997 heruitgegeven door een Oegandese uitgeverij en was in de zomer van 1999 in diverse boekhandels in Kampala te koop, naast andere publicaties waarin de moordpartijen van Amin in woord en beeld waren vervat.
- 2 De aandacht voor non-verbale therapievormen neemt toe. Bij Centrum '45, locatie De Vonk, waar getraumatiseerde vluchtelingen worden behandeld, neemt op traumaverwerking gerichte psychotherapie-in-engere-zin een relatief bescheiden plaats in in het therapeutisch arsenaal.
- 3 Er is binnen de psychotherapie toenemende belangstelling voor het creëren van mogelijkheden voor het afleggen van getuigenis over persoonlijke ervaringen met geweld tegen de achtergrond van de historische, politieke en sociale context. Zie onder andere het werk van Weine over 'testimony-therapy' bij met Bosnische vluchtelingen (Weine 1999; Weine & Laub 1995).
- 4 Dit overigens zonder te suggereren dat herinneringen statische, coherente representaties van het verleden zouden zijn. Herinneringen zijn geworteld in actuele (en vaak verschuivende) politieke en sociale ruimtes en ook in toekomstperspectief (Foxen 2000; Brinkman 2000). Antze en Lambek (1996: vii): "memories are never simply records of the past but interpretative reconstructions that bear the imprint of local narrative conventions, cultural assumptions, discursive formations, and practices, and social contexts of recall and commemoration."
- 5 In de woorden van Bracken et al. (1995: 1078): "community cohesiveness and political solidarity determine to a large extent how the traumas of war are experienced and coped with".

## Literatuur

Anzte, P. & M. Lambek (eds.)

1996 *Tense past: cultural essays in trauma and memory*. New York: Routledge.

- Bracken, P.J., J.E. Giller & D. Summerfield  
 1995 Psychological responses to war and atrocity: the limitations of current concepts. *Social Science & Medicine* 40: 1073-82.
- Brett, A.  
 1996 Testimonies of war trauma in Uganda. In: T. Allen (ed.), *In search of cool ground, war flight and homecoming in Northeast Africa*. Geneva: UNRISD, 278-92.
- Brinkman, I.  
 2000 Ways of death: Accounts of terror from Angolan refugees in Namibia. *Africa* 70: 1-24.
- Englund, H.  
 1998 Death, trauma and ritual. Mozambican refugees in Malawi. *Social Science & Medicine* 46: 1165-74.
- Foxen, P.  
 2000 Cacaphony of voices: A K'iche Mayan narrative of remembrance and forgetting. *Transcultural Psychiatry* 37: 355-81.
- Kleber, R.J. & C. Mittendorf  
 2000 Opvang na schokkende gebeurtenissen. Stand van zaken in het wetenschappelijk onderzoek. *Maandblad Geestelijke Volksgezondheid* 55: 889-904.
- Kyemba, H.  
 1997 *A state of blood: the inside story of Idi Amin*. Kampala: Fountain Publishers [oorspronkelijk 1977].
- Reynolds, P.  
 1990 Children of tribulation: The need to heal and the means to heal war trauma. *Africa* 60: 1-38.
- Somasundaram, D.J., W.A.C.M. van de Put, M. Eisenbruch & J.T.V.M. de Jong  
 1999 Starting mental health services in Cambodia. *Social Science & Medicine* 48: 1029-46.
- Summerfield, D.  
 2000 War and mental health: a brief overview. *British Medical Journal* 321: 232-35.
- Weine, S.M.  
 1999 *When history is a nightmare. Lives and memories of ethnic cleansing in Bosnia-Herzegovina*. New Brunswick: Rutgers University Press.
- Weine, S. & D. Laub  
 1995 Narrative constructions of historical realities in testimony with Bosnian survivors of 'ethnic cleansing'. *Psychiatry* 58: 246-60.
- Zarowski, C.  
 2000 Trauma stories: violence, emotion and politics in Somali Ethiopia. *Transcultural Psychiatry* 37: 383-402.