

## **KINDERWERELD**

### **Jonah who lived in the whale** **regie: Roberto Faenza**

8 en 15 maart 2006, in het kader van de cyclus: 'Door de ogen van het kind'

Inleiding door Annelies Verheugt-Pleiter

De film, die u vanavond gaat zien 'Jonah who lived in the whale' is gebaseerd op het boek 'Kinderjaren' van Jona Oberski, geschreven in 1978. Een prachtig en aangrijpend boek over de belevingen van een joods jongetje tijdens de tweede wereldoorlog. Het boek maakt vooral zo'n indruk omdat het helemaal geschreven is vanuit het perspectief van het kind. Het gaat over zijn belevingen, meest in een concentratiekamp vanaf ongeveer zijn vierde tot zijn achtste jaar. Het boek is in 18 talen vertaald en talloze malen herdrukt. Helaas is het op dit moment niet meer te krijgen.

Ik heb ervoor gekozen om even stil te staan bij de vraag: Wat is er voor nodig wil een kind zich beschermd voelen door zijn ouders, ook in oorlogsomstandigheden? Er zijn natuurlijk nog veel meer elementen te bespreken, maar een kind van 4 is nog zo volledig op zijn ouders aangewezen. Dat nodigde mij in ieder geval uit om na te denken over de vraag: in hoeverre is een kind te beschermen tegen psychische pijn? En heeft de kwaliteit van de ouder-kind relatie invloed op het vermogen van het kind om te rouwen en trauma's te verwerken?

Velen van u zullen de film 'La vita è bella' gezien hebben, waarin Roberto Benigni, die samen met zijn zoon van ongeveer 4 in een concentratiekamp belandt, hem probeert te beschermen door een fantasieverhaal te vertellen over een spel dat gespeeld wordt met de Duitsers en een tank die te winnen is, als het kind zich aan de regels houdt. In de film lijkt de strategie van deze ouder te werken. Het kind gelooft het meestal en houdt zich staande. Maar ik vraag me af wat er na de oorlog gebeurt, als zijn vader opeens dood is en hij zich gaat realiseren dat zijn vader hem niet de realiteit verteld heeft. Heeft hij geleerd om met angst en verdriet om te gaan? Kan hij rouwen om de dood van zijn vader? Of geeft de enorme inzet en liefde van de vader als zodanig een bescherming, waar hij na de oorlog op kan teren?

Uit onderzoek is gebleken dat jongere overlevenden minder te lijden hadden onder posttraumatische stress dan oudere overlevenden (Sigal en Weinfeld 1989). Rien van IJzendoorn, een bekende onderzoeker van gehechtheidsrelaties, heeft een overzicht gemaakt van alle studies over overlevenden van de holocaust en er zelf onderzoek naar gedaan (Drie generaties holocaust? Over gehechtheid, trauma en veerkracht, Tijdschrift voor psychotherapie 2002, 28, pp. 183-204). Hij concludeert dat er een opmerkelijke veerkracht bestaat bij veel kinderen, die de meest verschrikkelijke trauma's meemaakten, maar er toch in geslaagd zijn om hun eigen kinderen af te schermen van hun dramatische ervaringen. Dat geldt niet voor iedereen, maar het is waarschijnlijk dat sommige getraumatiseerden minder problemen overgedragen hebben aan hun kinderen juist omdat deze groep van de eerste generatie een vertrouwen in hun eigen ouders bleef koesteren, dat onaangetast bleef. Zij waren veilig gehecht aan hun ouders. Om die reden zouden zij hun kinderen ondanks hun eigen traumatisering toch voldoende veiligheid hebben kunnen bieden. Het persoonlijk getuige zijn van wrede daden heeft wel veel impact en ook de timing van scheiding en verlies van ouderfiguren is een doorslaggevende factor in de traumatisering.

Wat maakt nu dat kinderen door hun ouders beschermd kunnen worden tegen traumatisering?

Eerst iets over de normale ontwikkeling:

Alle kinderen ondervinden angst en verdriet en andere lastige gevoelens bij het groter worden en ieder kind ontwikkelt zijn eigen strategieën om daarmee om te gaan. Normaal gesproken leert het kind zodanig met zijn gevoelens omgaan, dat hij op een bepaald moment los van zijn ouders kan functioneren, leert delen, vrienden maken, etcetera.

De mate waarin het opgroeiende kind zich veilig genoeg voelt om de wereld om zich heen open en met vertrouwen tegemoet te treden, zijn horizon durft te verbreden, verlies kan verwerken, blijkt allemaal samen te hangen met de kwaliteit van de gehechtheidsrelatie met de ouderfiguren.

Het kind 'leert' als de relatie veilig is van zijn ouders hoe hij met spanning, angst en verdriet om kan gaan. Een eenvoudig voorbeeld uit een boek van Margot Waddel (*Inside lives, psychoanalysis and the growth of the personality* 1998 Londen): Een jong kind van een jaar of 2 is bezig een puzzel te maken en het lukt hem niet. Hij ziet niet waar het puzzelstukje moet passen en raakt toenemend gespannen en geïrriteerd. Er zijn dan verschillende reacties van een ouder mogelijk. De ouder kan zelf wat geïrriteerd of angstig worden van het feit dat het kind dat nog niet kan. Het kind voelt dat aan waardoor de spanning oploopt en hij barst in tranen uit. Hij leert nu niet alleen dat hij het zelf niet kan, maar ook dat ouders hulpeloos zijn. Een ander ouder zal misschien het stukje pakken en het op zijn plaats zetten en denken dat daarmee het probleem is opgelost. Goede kans dat het kind alsnog gaat huilen of het passief ondergaat. Een derde ouder zou eens aandachtig kunnen kijken en het kind suggereren om het nog eens te proberen. Het feit dat de ouder emotioneel beschikbaar is en betrokken op de reden van de stressfactor kan al verlichting geven. Als het toch nog niet lukt, ziet de ouder dat het kind te gestresst is om na te denken. Ze draait de puzzel een beetje zodat de vorm van het stukje beter correspondeert met het lege vakje dat hij moet vullen. Opgelucht legt het kind het stukje op zijn plaats. In deze interactie gebeurt iets waardoor het kind zich begrepen voelt. Het kind kan door deze interventie van de ouder zichzelf toch waarderen en hij leert iets over omgaan met iets dat niet meteen lukt.

Belangrijk hier is dat de ouderfiguur de angst en spanning van het kind kan 'containen'. Containen is een belangrijk begrip in de psychoanalyse. Het gaat om het feit dat een veilige ander de ruwe, nog ongevormde ervaringen van het jonge kind kan ontvangen, in zich opnemen, er een betekenis aan toekennen en er gedachten over ontwikkelen. Het kind met de puzzel maakt met behulp van de ouder mee dat een toestand van spanning en iets niet kunnen toch over kan gaan in plezier en succes. Zo leert hij beter om frustraties te verdragen en krijgt hij ruimte om daarover te denken. Belevingen van pijn en andere onlustgevoelens van het jonge kind worden door de containende verzorgers van hun ondraaglijke kwaliteit ontdaan en omgezet in een verteerbare vorm, waardoor pijnlijke en angstige belevingen psychisch verwerkt kunnen worden door denken en fantaseren.

Dit proces van 'containen' vindt plaats in een veilige ouder-kind relatie. Het kind leert het denken over dingen als angst en verdriet door de manier waarop de ouder dat voor hem heeft kunnen doen.

Kunnen denken over innerlijke ervaringen van spanning angst, verdriet blijkt iets te zijn dat niet ieder kind zomaar ontwikkelt. Het is echt afhankelijk van de kwaliteit van de ouder-kind relatie of dat ontstaat. Veel ouder-kind relaties zo blijkt uit onderzoek zijn echter onveilig of chaotisch. Deze kinderen zijn dan onveilig of gedesorganiseerd gehecht.

Een voorbeeld (Siegel & Hartzell, 2004, Parenting from the inside out, New York: Penguin). Stel dat een kind van 3 ½ met zijn moeder in de speeltuin is. En hij geniet van het samen daar zijn en het spelen. Ze zegt dan dat het tijd is om te gaan, net als hij het klimrek op klimt. Dan komt een vriendin van haar langs en ze beginnen te praten. Na een aantal keren op en af het klimrek te zijn geweest, praat ze nog steeds en hij klimt op een ander rek en zwaait vanaf de top trots naar zijn moeder. Ze kijkt naar hem en dan naar haar horloge en wordt boos. Ze schreeuwt: kom meteen naar beneden. Het kind begrijpt het boze gezicht niet en vraagt zich af waar de moeder gebleven is die zo fijn met hem aan het spelen was. Hij wil geen contact maken met deze moeder en verstopt zich in een tunneltje. Moeder trekt hem er met geweld uit. Ze is nu erg boos en zegt steeds dat hij moet luisteren. Het kind begint te huilen en duwt haar weg. Het is duidelijk dat de reactie van de moeder met haar eigen sores te maken had: zij heeft misschien een probleem met grenzen stellen. Ouders met onopgeloste problemen kunnen beangstigend zijn voor hun kinderen. Het kind komt dan in een stressvolle paradox, die niet op te lossen is. Degene waar je heen wilt om getroost te worden, is nu de bron van angst. Als dit soort situaties maar vaak genoeg plaatsvinden ontwikkelt het kind dus geen goede strategieën om met innerlijke onrust en spanning om te gaan. Hij gaat zich afsluiten of laat zaken escaleren. Dit even afgezien van het feit, dat geen enkele ouder altijd emotioneel beschikbaar kan zijn, misverstanden zijn onvermijdelijk, en normaal gesproken repareerbaar.

In situaties van onveiligheid leren kinderen dus geen goede strategieën om met lastige innerlijke ervaringen om te gaan, omdat er niet of onvoldoende containment plaatsvindt van hun belevingswereld. Ze ontwijken het denken over moeilijke dingen of ze krijgen claimend en dwingend gedrag omdat ze de ander willen dwingen om moeilijkheden op te lossen. In al deze situaties zijn kinderen dus extreem weerloos tegenover trauma's als fysiek geweld, oorlogsgruwelen of verlies van ouders of broers en zussen, omdat ze onvoldoende psychische verwerkingscapaciteit ontwikkelen.

In het genoemde onderzoek van IJzendoorn bleek ook dat de timing van scheiding en verlies van ouderfiguren doorslaggevend is voor de gevolgen ervan. De kans op een redelijke verwerking van verlieservaringen werd kleiner naarmate het kind jonger was. Dat heeft ook met de cognitieve mogelijkheden te maken.

In de normale ontwikkeling met ouders die emotioneel beschikbaar zijn kan een kind van 4 à 5 jaar zichzelf al redelijk containen, dat wil zeggen dat hij verschil kan maken tussen fantasie en realiteit en dat hij wat meer snapt van de gevoelens die hij heeft. Hij begrijpt dat anderen zich anders kunnen voelen dan hij. Hij kan wat empathie voelen voor een ander en voor zichzelf. Een kind van 2,3 neemt veel emotionerende gebeurtenissen nog letterlijk. Hij kan nog heel angstig worden als zijn vader leeuw speelt. Een kind van 5 begrijpt dat het dezelfde vader is en dat hij doet alsof. Hij griezelt wel, maar neemt het niet meer zo letterlijk. Een ernstige ziekte is voor een kind van 3 veel traumatischer dan voor een kind van 5. Het kind van 5 begrijpt meer wat een ziekte is. Een kind van 3 voelt zich aangevallen door zijn ouders en dat is veel moeilijker te verwerken.

Deze ontwikkelingsverschillen bestaan ook als het gaat om beseft van de dood. Een kind van drie heeft geen echt beseft van de dood. Tussen de 3 en 6 jaar weten kinderen wel het verschil tussen leven en dood. Ze spelen het ook, maar ze weten niet precies wat het is. Ze denken nog magisch en concreet. Vaak zien ze dood als iets tijdelijks, een soort slaap, waarbij de dode niet meer kan zien en bewegen. Langzaam komt het beseft dat de dood definitief is en dat dood en verdriet met elkaar te maken hebben en dat de dood een afscheid voor altijd is.

Kinderen van 6 tot 9 gaan begrijpen dat de dood onomkeerbaar is, maar vinden het moeilijk te snappen dat het echt onvermijdelijk is, dat iedereen een keer dood gaat. Ze kunnen akelig nuchtere vragen stellen. Maar kunnen ook erg angstig worden om alleen gelaten te worden.

Rouwen is voor kinderen anders dan bij volwassenen. Omgaan met verlies van ouders uit zich bij kinderen vaak in gedragsproblemen, omdat het om zulke complexe gevoelens gaat, die nog zo moeilijk te communiceren zijn, zeker als de ouder waar zij zich veilig bij voelen er niet meer is.

Kinderen zijn ook minder goed in staat om pijn en verdriet wat langer te verdragen. Ze laten zich sneller afleiden en leven meer in het hier en nu. Een kind kan op het ene moment heel verdrietig zijn en op het andere heel vrolijk.. Een kind neemt niet zoals een volwassene een time-out om te rouwen (zie I.Gerritsma (1997), Kinderen en de dood (red. A.Ladan & H.Groen-Prakken) Meppel: van Gorcum). En bij kinderen in een concentratiekamp is veel energie nodig om het dagelijks leven aan te kunnen. Het is dus waarschijnlijk dat het rouwen wordt uitgesteld en pas later aan bod komt, zoals ook bij veel volwassenen uit de kampen gebeurd is.

De leeftijd waarop een kind een ernstig verlies meemaakt is dus van belang, waar ook de mate waarin het geleerd heeft om over innerlijke ervaringen te praten. Als het kind in zijn eerste levensjaren containment heeft meegemaakt door een emotioneel beschikbare ouder, heeft het in principe geleerd om over moeilijke gevoelens te communiceren. Deze vaardigheid biedt op den duur de beste bescherming tegen traumatisering, omdat het kind in staat is tot verwerking.

De eerste zin in het boek van Jona Oberski wordt gesproken door de stem van zijn moeder: "Niet schrikken, alles is goed, ik ben bij je". En daarna beschrijft hij hoe zijn moeder hem tegen zich aantrok en op zijn niveau ging uitleggen wat er aan de hand was, toen hij wakker werd in een trein op weg naar een kamp.

Naar mijn gevoel voelt het kind zich hier erg beschermd door zijn moeder. Zijn moeder containt zijn gevoelens.

In de film wordt geopend met iets soortgelijks. De moeder van Jona zegt: "Jona wist uit de walvis te komen, denk aan hem als je bang bent!". De moeder weet van de angsten en geeft hem hoop en moed met deze zin.

Het oudtestamentische verhaal van Jonas in de walvis betreft de man Jona die in zee wordt geworpen om God milder te stemmen. Diezelfde God stuurt een walvis die hem opslokt. Na vier dagen in de ingewanden van de vis vertoeft te hebben spuugt de vis hem uit op het strand. Hij overleeft een afschuwelijke ervaring, lichamelijk. Maar wellicht ook psychisch met behulp van de woorden van zijn moeder.

Ik wens u een boeiende avond met de film "Jonah who lived in the whale". Misschien kunt u de vraag meenemen over de containment:

Denkt u dat dit jongetje zich beschermd weet door zijn ouders?

En wat is de invloed van de gruwelijke werkelijkheid van het nazi-regiem op het vermogen van ouders om te containen?