

Professor Berthold Gersons over fases na de ramp, zoals desillusie

Uit *Faro: de ramp na de ramp* (2002)

Het relaas in dit boek [*Faro: de ramp na de ramp*] beschrijft een periode van tien jaar. De auteur is verbaasd en verontwaardigd over het gebrek aan kennis van de langdurige gevolgen bij de vele hoogopgeleiden, die zijn pad kruisten. Het deed mij denken aan de kennis over het rouwproces. Overlijden is helaas iets heel gewoons en men zou verwachten, dat daar wel alles over bekend is. Rouw is iets waar mensen met behulp van naasten doorheen moeten zien te komen. Verwerken wordt het ook wel genoemd. Dat rouw het totale functioneren van mensen ontregelt en zelfs tot een soort stoornis kan leiden, is veel minder bekend. De psychiater Lindemann beschreef in 1944 voor het eerst de rouw ten gevolge van een nachtclubbrand in Boston. Daar waren 500 mensen bij omgekomen. Op basis van zijn observaties schatte hij de duur van de rouw op zes weken. Pas de psychiater Parkes, die onderzoek deed bij weduwen, beschreef dat de gevolgen meestal bijna vijf jaar in beslag namen. Hoe komt dit? Hoe is dit te verklaren? Eigenlijk is het antwoord heel simpel. We vinden het naar om te horen dat het slecht gaat met mensen. Eerst hebben we wel veel aandacht voor hen, maar leuk wordt het alsnog niet. We gaan de bezoeken aan de weduwes mijden en de drukte van alledag vormt daarvoor een welkom excuus.

Dit patroon herkennen we ook na rampen. Direct in aansluiting aan een ramp is er gedurende 24-36 uur sprake van *verbijstering*. Iets vreselijks is gebeurd, maar het is nog niet te bevatten. Iemand vertelde, die in het gebied ten tijde van de vuurwerkexplosie in Enschede aanwezig was, dat ze niet wist of ze nu dood was of toch leefde. Alles had een hoog gehalte van onwerkelijkheid, alsof men in een nachtmerrie rondwandelt. Overal bloedende mensen en puin, terwijl het toch even daarvoor gewoon een aangename zonnige zaterdagmiddag was. Na de verbijstering komen heftige emoties op gang van woede en verdriet, vaak vermengd met schuldgevoelens over het overleven. Echter kenmerkend is ook dat er massaal aandacht bestaat voor de getroffen middels hulpverlening, vrijwilligers en media. Men voelt zich zeer verbonden, haast vriendschappelijk. Rangen en standen maken even niets uit. Autoriteiten en ook de koningin komen de getroffen bezoeken, en hun gezichten stralen afschuw over het gebeurde en medeleven met de getroffen uit.

Gebruikelijk is ook dat er uitspraken gedaan worden, zoals 'niemand mag hier minder van worden' en 'alles zal gecompenseerd worden'. Er wordt onafhankelijk onderzoek toegezegd en justitie zal uitzoeken of schuldigen kunnen worden aangewezen en vervolgd. Dat alles bepaalt dat er juist na de extreem machteloos makende ervaring, een krachtig vertoon van steun, solidariteit, rechtvaardigheid en herstel van veiligheid vertoond wordt. De getroffen voelen zich al of niet gewenst het middelpunt van de aandacht. Dit wordt afgerond met de gebruikelijke herdenkingstochten en -bijeenkomsten. Bij de Bijlmerramp namen 10.000 mensen deel aan de tocht. In Enschede waren dit er 300.000. Deze massale tekenen van medeleven worden zeer op prijs gesteld, hoewel de getroffen soms zo wegvallen tegenover zo vele niet getroffen. Deze fase wordt de '*honeymoon*' genoemd vanwege het intense gevoel van verbondenheid. Getroffen hebben dan ook in alle verwarrende emoties van verlies, soms rouw en verdriet, ook een gevoel van dankbaarheid. Het moet wel weer goed komen, zo lijkt de boodschap in deze fase.

Professor Berthold Gersons over fases na de ramp, zoals desillusie

Uit *Faro: de ramp na de ramp* (2002)

Gewoonlijk zo'n drie weken later echter begint de fase van *desillusie*. De massale aandacht is verdrongen door de dingen van alledag en nieuwe bedreigingen eisen de publieke aandacht op. De getroffen en ook de met hen verbonden hulpverleners voelen zich dan vaak in de steek gelaten. Dit wordt ook bevorderd door de enorme vermoeidheid, die voelbaar geworden is en kan verlammen. Alle toezeggingen worden betwijfeld. Het wantrouwen neemt toe en men is gemakkelijk te winnen voor allerlei complottheorieën. De boosheid komt los en men heeft er weinig zin in ook nog dankbaarheid te tonen, juist nu men zich steeds meer realiseert hoeveel verloren is gegaan. Dit maakt het moeilijk met de getroffen tot financiële regelingen te komen. Er zijn tekenen die er op wijzen dat een deel van de mensen geneigd zijn om 'maar akkoord' te gaan uit een soort verslagenheid en ongeloof dat er 'echt' iets gedaan zal worden. Anderen worden woedend bij ieder voorstel, omdat het hen juist zo confronteert met hoe onherstelbaar alles geworden is. De onmacht van de getroffen kan dan botsen op de onmacht van de hulpverlener die met de emoties geen raad weet en die vaak onbekend is met de psychologie van deze fase.

De enige verdediging van de hulpverlener - die klem komt te zitten tussen de regels van de instanties en de woede van de getroffen - is van zich af te bijten. Dit fenomeen is al heel lang bekend rond het thema 'trauma'. In de Duitse literatuur wordt sinds de Eerste Wereldoorlog vaak gesproken over de 'traumatische neurose'. Dit is oorspronkelijk door Freud geïntroduceerd om te verklaren waarom mensen zo'n moeite hebben zich te schikken. Met betrekking tot de soldaten uit deze oorlog sprak Freud over de narcistische krenking als gevolg van de door de oorlog beleefde intense machteloosheid. Deze zou haaks staan op het gewenste zelfbeeld van de soldaat als 'held'. Fenichel (1945) werkte dit thema verder uit, waarbij de traumatische neurose zich vooral zou kenmerken door het proberen te verwerven van 'secundaire winst' - ziekte winst - uit de situatie. We herkennen hierin de intense woede van de getroffen die zijn situatie (nog) niet wil en kan accepteren. De hulpverlener kan reageren met 'dan maar niet' of beschuldigt de getroffen van onredelijkheid.

In de sociaal-psychologische literatuur wordt dit fenomeen *secundaire* victimisatie genoemd. Men is niet alleen slachtoffer van de ramp, maar men wordt nu ook nog als een onaangenaam mens beleefd. Bij secundaire victimisatie past dat het slachtoffer op deelaspecten de schuld krijgt van het gebeuren of het er mee omgaan. 'U had ook...' en 'Als u...'. Daarmee kan de hulpverlener de verantwoordelijkheid voor het niet slagen van een regeling 'afschuiven' op de getroffen.