

Marianne Louwerse & Joanne Gomperts

Drs. M. Louwerse en drs. J. Gomperts zijn beiden psycholoog en verbonden als MST-CAN-therapeut aan GGZ-instelling de Viersprong in Amsterdam.

De namen van de personen in deze column zijn geanonimiseerd.



Als het rugzakje opengaat

Op een zomerdag spreid ik mijn handdoek om op het strand te gaan liggen. Net als ik een beetje begin weg te doezelen, hoor ik een bekend geluid: de crisistelefoon gaat. Ik spring op en ren met handdoek en al de duinen in voor beter bereik. Vijf minuten later ben ik in mijn auto onderweg naar Amsterdam-Noord. Op een bankje in het park wacht moeder Olga op me; dit hebben we zo afgesproken. Haar make-up is uitgelopen en komt onder haar zonnebril vandaan. Olga snikt dat het helemaal is misgegaan. Ze is ontzettend kwaad geworden en heeft haar dochter geslagen, terwijl ze haar aan haar haren vasthield. Onno, haar man, is ruw tussenbeide gekomen, waardoor Olga pijnlijk is gevallen. Bezorgd had ik haar dochter al gebeld. Zij was overstuur, maar niet gewond en is met vader samen een wandelingetje gaan maken om bij te komen. Ik herinner mij het begin van de behandeling van deze vrouw. Zij vertelde altijd moe te zijn door de zware rugzak met heel nare herinneringen die zij met zich meedraagt. En dat die rugzak dicht moet blijven, zodat zij geen vervelende dingen doet. Kon ik helpen het rugzakje goed dicht te houden? We hebben uitgebreide veilig-

heidsplannen gemaakt, samen met het hele gezin. Hoe zijn de eerste tekenen van zo'n gevaarlijke situatie te herkennen? En hoe kan er vroegtijdig worden ingegrepen? De wekelijkse mishandeling was gestopt en het was al vijf maanden veilig in het gezin. Tot vandaag. Vandaag was het flink fout gegaan. Twee weken geleden zijn we met imaginaire exposure gestart. We zijn het rugzakje juist gaan openen om de gevoelens op een veilige manier te doorstaan, zonder ernaar te handelen. Ik was onder de indruk hoe fanatiek Olga haar huiswerk deed. Nadat de veiligheid op die dag is hersteld, open ik het spoedberaad op maandag. De moed is in mijn schoenen gezonken: kunnen wij de situatie wel voldoende veilig houden voor dit meisje? De goede bedoelingen van Olga en de grove mishandeling hadden mij aangegrepen. Het team begrijpt dit, maar heeft vertrouwen in de lijn van de behandeling. Bij het bestuderen van de sequentie komen we tot de conclusie dat Olga bij emoties haar lichamelijke signalen slecht herkent. Samen met moeder maak ik een thermometer waarin staat bij welke lichamelijke signalen zij het veiligheidsplan moet laten

ingaan. Moeder gaat de komende weken nergens naartoe zonder de thermometer. We pakken de traumabehandeling weer op en meermaals weet Olga nu op tijd in te grijpen als zij dreigt te kwaad te worden. In de loop van de weken wordt Olga rustiger. Het effect van de traumabehandeling is groot. De relatie met Onno wordt kalmer, er komt meer wederzijds begrip en haar dochter voelt zich veiliger. Ze zegt dat Olga beter naar haar luistert als ze iets vertelt en dat ze vaker leuke dingen samen ondernemen. Wanneer de behandeling wordt afgerond, heb ik gemengde gevoelens. Door het openen van het rugzakje van moeder heeft het meisje flinke klappen gehad. Had ik dit kunnen voorkomen? Dan begint het meisje te vertellen. Ze zegt dat zij sinds MST-CAN kwam nog één keer mishandeld is en dat het niets was in vergelijking met de mishandeling die daarvoor wekelijks plaatsvond. Een eyeopener voor mij. Ineens voel ik opluchting. Wat heeft dit gezin hard gewerkt en in negen maanden tijd veel bereikt! Het is veilig. Alles is veel luchtiger en moeder geeft aan haar rugzakje te hebben geleegd en niet bang meer te zijn voor de inhoud. ●

