

Bedankt voor het downloaden van dit artikel. De artikelen uit de (online)tijdschriften van Uitgeverij Boom zijn auteursrechtelijk beschermd. U kunt er natuurlijk uit citeren (voorzien van een bronvermelding) maar voor reproductie in welke vorm dan ook moet toestemming aan de uitgever worden gevraagd.

# Boom

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikelen 16h t/m 16m Auteurswet 1912 jo. Besluit van 27 november 2002, Stb 575, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoeding te voldoen aan de Stichting Reprorecht te Hoofddorp (postbus 3060, 2130 KB, [www.reprorecht.nl](http://www.reprorecht.nl)) of contact op te nemen met de uitgever voor het treffen van een rechtstreekse regeling in de zin van art. 16l, vijfde lid, Auteurswet 1912.

Voor het overnemen van (een) gedeelte(n) uit deze uitgave in bijvoorbeeld een (digitale) leeromgeving of een reader in het onderwijs (op grond van artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot Stichting Uitgeversorganisatie voor Onderwijslicenties (Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, [www.stichting-uvo.nl](http://www.stichting-uvo.nl)).

*No part of this book may be reproduced in any way whatsoever without the written permission of the publisher.*

[info@bua.nl](mailto:info@bua.nl)  
[www.boomuitgeversamsterdam.nl](http://www.boomuitgeversamsterdam.nl)

*'Hoe Solvej de draak wist te verslaan' – een relationele kijk op trauma*

**'Hoe Solvej de draak wist te verslaan'  
– een relationele kijk op trauma**

Studiedag georganiseerd door Rapunzel  
[Leuven, 14 oktober 2022]

**Linne De Loof**

De laatste jaren krijgt trauma steeds meer plek in het hulpverleningslandschap en het maatschappelijk discours. Een goede zaak dat er expliciet ruimte en zorg komt voor dit rauwe gegeven waar generaties lang zo weinig oog voor was. Zoveel overspoelend leed in de schaduw. Ik denk spontaan aan mijn grootvader die als achttienjarige tijdens de oorlog in een werkkamp belandde waar hij verschillende jaren verbleef en uiteindelijk ternauwernood aan een executie ontsnapte. We kenden als kleinkinderen het verhaal, maar niet het trauma. Dat kreeg geen ruimte, geen taal. En daarmee ontstond nieuw leed.

Dat er nu zoveel aandacht naar dit thema gaat, kan ik dus alleen maar toejuichen. Dat had ik mijn grootvader graag toegewenst. Tegelijk werd op de studiedag verwoord wat ik ook ervaar: hoe de veelheid aan studiedagen, boeken, websites en behandelingen mensen soms doet verdwalen. Men stelde terecht de vraag of deze explosie voor een verrijking of een verarming zorgt, aangezien de aandacht voor het thema tegenwoordig vaak uitmondt in een vermarkting ervan: een opbod aan behandelingen, de ene al individueler en korter dan de andere. Het maakte me benieuwd hoe de ploeg van Therapiecentrum Rapunzel hier op haar eigen manier een rode draad in zou weven, hoe ze een focus zou bieden in de verbrokkeling van trauma en de hulpverlening hier rond. Die rode draad kregen we zeker mee.

De aankondiging van de studiedag bracht ons al bij de kern van het verhaal: de systemisch-narratieve keuze om trauma als

relationeel gegeven te benaderen. Een relatie en een systeem die beschadigd raakten vragen van de therapeut een focus die gericht is op herstel van die beschadigingen in de relatie met anderen en met wat belangrijk is voor de gekwetste personen.

Jasmina Sermijn (systeemtherapeut bij Hestia, opleider en supervisor bij Rapunzel) leidde de dag in met een stukje documentaire over het 'berustingssyndroom', een comateuze slaap die wordt waargenomen bij jonge vluchtelingen voor wie na een vlucht van onveiligheid de onzekerheid van de asielpcedure de druppel te veel is voor het stresssysteem. Een diepe slaap lijkt het enige verzet wanneer alle regie uit het leven van een gezin wegsijpelt. Bijna wonderlijk was het om te zien hoe deze kinderen na maanden ontwaken wanneer er terug veiligheid en hoop opleeft bij de ouders op het moment dat de verblijfsvergunning goedgekeurd is. Het toont ons hoe rekening houden met en betrekken van de context een meer dan logische keuze is.

Greet Springaer (gezinsterapeut, opleider, supervisor en coördinator bij Rapunzel) bouwde voort op die boodschap met haar lezing over het eco-systemische en ontwikkelingsperspectief op trauma. Het zou geen congres van Rapunzel zijn als er geen wijsheid van sprookjes in zou verschijnen. Dit keer vertelde Solvej ons hoe we de gepantserde draak die trauma zo vaak is, best benaderen met de nodige handvatten en bescherming. Niet omdat we het lijden niet nabij willen zijn, maar omdat de vaak stekelige, overspoelende buitenlaag van trauma vraagt dat we overeind blijven terwijl we samen met cliënten de draak laag per laag ontbolsteren tot we bij de rauwe pijn in het hart aankomen. Dat gekwetste hart van het trauma vraagt dat we een veilige niche creëren, een dragende binnen- (ruime familiale context) en buitencirkel (hulpverleningsnetwerk). Van daaruit komen we in

---

*'Hoe Solvej de draak wist te verslaan' – een relationele kijk op trauma*

een proces van co-regulatie van stress tot integratie van de traumatische ervaring in een Zelf en in relaties. De slotwoorden van deze lezing bleven nazinderen: het gebeurt maar zelden dat we net als Solvej van boze draken mooie prinsesjes kunnen maken, maar de beweging van het ontbolsteren is altijd de moeite. Het vraagt van therapeuten passende hoop.

Onverwachts verscheen mijn grootvader opnieuw toen Gerrit Loots (emeritus hoogleraar VUB, opleider systeemtherapie) zijn lezing startte met beelden van terugkerende vrouwen en kinderen van Syrië-strijders. De gruwel van de oorlog en de nasleep ervan bleven kleven op mijn netvlies. Het maakte het thema van deze dag tastbaar: het overspoelende karakter van trauma, woorden die tekortschieten om de rauwheid te beschrijven. Een uitspraak van een van de moeders die Loots na haar terugkeer uit Syrië in de gevangenis begeleidt, sprak boekdelen: 'Ik weet niet wie ik ben. Ik ben net als Raqqa (toevoeging van de auteur: de hoofdstad van het kalifaat van IS in Syrië) totaal verwoest.' Zijn antwoord hierop evenzeer: 'We hoeven de puinhoop niet weg te werken. Laat ons zoeken naar scheuten en twijgen van leven die te midden van de puinhoop groeien.' De moedige keuze van een narratief therapeut die weet waar hij over spreekt.

Het was enorm inspirerend te horen hoe Loots radicaal kiest om als mens tegenover het hart van trauma te verschijnen. Hij wil de mensen erachter ontmoeten. Een gewone therapeutische relatie is daarbij niet voldoende. Dit soort verscheurende ervaringen vraagt dat we uit onze vertrouwde kaders en kamers stappen. Loots nam ons heel concreet mee in het narratief-geografisch perspectief om aan traumaverwerking te doen. Er zijn verhalen nodig om dit leed te kunnen dragen en delen. Om die verteld te krijgen, vertrekt

hij van een visuele representatie van het levensverhaal en verdiept hij via tekeningen de plaatsen waar mensen waren en zijn. Zo worden traumatische ervaringen stippen op een levenskaart van mensen en worden mensen tegelijk meer dan deze ervaringen. Ze raken herverbonden met elkaar en met de krachten die ze in zich meedragen om de gruwel te overleven.

'Ik leerde zelf het meest van te kijken naar therapeuten aan het werk, dus wil ik hetzelfde bieden aan anderen.' Met die woorden dook Peter Adriaenssens (kinderen jeugdpsychiater, emeritus hoogleraar KU Leuven) in de praktijk met een live-sessie met een vrouw met een traumatische voorgeschiedenis. Een moedige keuze waarbij ik zijn woorden kan bijtreden: zo leerzaam om iemand rechtstreeks aan het werk te zien rond dit thema. Omgaan met trauma vraagt volgens hem een zoekende relatie, net zoals hechting dat vraagt. Dat demonstreerde hij. De rust en creativiteit waarmee hij tegelijk sturend (procesmatig) en open (inhoudelijk) met deze vrouw aan het werk ging inspireerden me. Er volgde een proces dat hij beschreef als een destabilisatie die ruimte geeft aan een herorganisatie in het systeem of aan een nieuwe manier om zich te verbinden met zichzelf en anderen. Het trauma raakte ingeschreven op een manier die doet lijden. Dominante invloeden en boodschappen kaapten het denken en voelen. Adriaenssens begon deze boodschappen letterlijk en figuurlijk te verschuiven. 'Wie heeft beslist hoe het voelen over het trauma zich moet voelen?' En wat later: 'Ah, Verantwoordelijkheid is binnengeslopen en heeft je gevoel gekaapt...' Hij ging in gesprek met verschillende delen van het trauma. De stoelen bewogen over het podium en daarmee begon iets te bewegen in deze vrouw. Adriaenssens sloot de sessie af door iedereen een warme boodschap te

---

*'Hoe Solvej de draak wist te verslaan' – een relationele kijk op trauma*

laten schrijven aan de traumastukken in het lichaam van de vrouw die zo moedig was om haar verhaal te delen met tweehonderd vreemden. Allemaal druppels in het proces van herverbinding dat trauma vraagt.

In de veelheid van informatie over en behandelingen voor trauma kiezen deze systeemtherapeuten voor vertrouwen in de relatie als hefboom om trauma te bewerken. De een noemt het passende hoop, de ander een radicale therapeutische verhouding, nog een ander een zoekende relatie. Allen op zoek naar een manier om de rauwe buitenkant van trauma te ontbolsteren om dan samen een meer verbonden

den verhaal te creëren. Dat brengt me terug bij mijn grootvader: wat had ik hem graag deze warme verbondenheid toegewenst. Het had hem niet veranderd in een prins, maar het zou hem veel leed in het duister bespaard hebben en het had mij op een andere manier met hem kunnen verbinden. Over de grenzen van de dood heen stuur ik hem een vleugje Rapunzel toe.

**Linne De Loof** is klinisch psycholoog, contextueel systeemtherapeut en EFT-therapeut. Ze heeft een eigen praktijk voor relatie- en gezinstherapie en werkt als opleider en leertherapeut bij Leren over Leven. E-mail: [linne\\_dl@yahoo.com](mailto:linne_dl@yahoo.com).