

Aram Hasan

‘De psychische problemen zijn vaak groter dan je denkt’

Vijftien jaar geleden vluchtte Aram Hasan naar Nederland. Hij studeerde geneeskunde in Oekraïne. De Syrische politie pakte hem tijdens een familiebezoek op omdat hij betrokken was bij een Koerdische mensenrechtenorganisatie.

In Nederland rondde hij zijn studie geneeskunde af. Hij werd psychiater, gespecialiseerd in het verwerken van oorlogstrauma's bij vluchtelingen. Hij werkt bij Centrum '45, dat is gespecialiseerd in psychotraumatische klachten, en hij heeft een eigen team waarmee hij andere professionals ondersteunt.

‘Vluchtelingen die uit een oorlogsgebied vluchten, hebben al veel mogelijk traumatische dingen meegemaakt voordat ze op de vlucht slaan. Oorlog. Bombardementen. Doodsbedreigingen aan henzelf of hun naasten. En vaak vinden deze bedreigende situaties over een lange periode plaats. Soms duurt het jaren voordat mensen hun land verlaten. Soms kan de reisroute ook nog bijdragen aan het trauma.’

‘Gelukkig krijgt niet elke vluchteling klachten die horen bij een posttraumatische stressstoornis (PTSS). Zo'n stoornis uit zich op verschillende manieren: mensen gaan gebeurtenissen herbeleven, met bijbehorende lichamelijke sensaties; ze ontwikkelen negatieve gedachten over zichzelf en hun omgeving; ze krijgen te maken met angsten; hun vertrouwen in anderen verdwijnt. Dit alles zorgt ervoor dat mensen in een isolement



ARAM HASAN (1973)

In 1997 vanuit Syrië gevlucht naar Nederland. Psychiater bij Stichting Centrum '45.

terecht kunnen komen, omdat ze vermijndend gedrag gaan vertonen. Zeventig procent van de vluchtelingen met PTSS heeft depressieve klachten. Tel daarbij op dat er vaak ook nog sprake is van een persoonlijkheidsproblematiek die zich ontwikkelt, en je hebt te maken met een zeer complex trauma.’

‘Behalve oorlogstrauma's kunnen mensen ook andere psychische klachten krijgen. Die hebben vaak te maken met psychosociale problemen. Mensen zijn bijvoorbeeld al

leen gevlucht, hun familie is uiteengerukt, ze komen terecht in een groep in een land dat ze niet kennen. In een land dat, in het geval van Nederland, verdeeld is over de komst van vluchtelingen. Dat is ingewikkeld. De problemen zijn vaak groter dan je denkt.'

'In het land van herkomst en onderweg, op de vlucht, hebben mensen meestal nog geen last van het trauma. Het is een kwestie van overleven en vooruitkijken naar de toekomst. Want vluchtelingen moeten leven met de gedachte dat achter hen geen leven is. Het trauma uit zich pas als mensen min of meer tot rust komen.'

* * *

'Het is daarom belangrijk om vluchtelingen goed te observeren als ze in een opvang terecht komen. Want hoe langer je wacht met behandelen, hoe ingewikkelder en complexer het wordt.'

'Mensen in een asielzoekerscentrum worden vaak in beslag genomen door de procedures rond hun asielaanvraag en verblijf. Voor de buitenwereld lijkt het alsof ze zich daarnaast druk maken om heel kleine dingen, zoals de kleur van de gordijnen. Maar als je je bedenkt dat deze mensen misschien wel een oorlogstrauma hebben, is het heel begrijpelijk gedrag. Ze proberen de werkelijkheid te ontlopen en dat doen ze onder meer door zich druk te maken om iets kleins.'

'Het is van groot belang dat vluchtelingen weten waar ze aan toe zijn. Ze moeten duidelijke informatie krijgen over de gang van zaken. Mensen hebben bepaalde verwachtingen van Nederland. We moeten hen daarom goed informeren, ook als hun verwachtingen niet helemaal waargemaakt kunnen worden. Onwetendheid versterkt de onzekerheid, en dat moeten we niet willen.'

'Voor vluchtelingen met psychische problemen is het belangrijk dat ze begrijpen waarom een behandeling nodig is. Soms vinden ze het namelijk helemaal niet nodig om psychische hulp te krijgen. Het is de taak van de hulpverleners om ze te overtuigen van de noodzaak.'

* * *

'Er zijn in Nederland voldoende hulpverleners die mensen psychisch kunnen bijstaan. Soms hebben ze wel wat bijscholing nodig; ik doe dat zelf bijvoorbeeld met een team dat ik heb opgezet. Die bijscholing is nodig omdat niet iedereen altijd kennis heeft van alle aspecten van de problematiek. Het is een combinatie van oorlogstrauma's, de vlucht uit een ander land én een andere culturele achtergrond. Ik kan mensen daarbij helpen omdat ik op alle terreinen expert en ervaringsdeskundige ben.'

'De meeste trauma's kunnen goed behandeld worden. Een professional moet kijken op welke manier mensen beschadigd zijn en hoe ze behandeld moeten worden. Soms duurt zo'n behandeling heel lang, maar net zo vaak hoeft het helemaal niet zo lang te duren.'

'Het belangrijkste is dat mensen leren om te gaan met hun verlies. Verlies van hun thuis. Verlies van familie en vrienden. En verlies van hun toekomstdromen. Dat verdriet moet een plek krijgen. Ze moeten weer vertrouwen krijgen in zichzelf, in de ander en in de samenleving. Dat is goed voor iedereen: in de eerste plaats natuurlijk voor de vluchteling zelf, maar ook voor de samenleving. Het leven gaat door, ook voor vluchtelingen met een oorlogstrauma.'

door Marjolijn van der Stel