

Door toneelspelen met theatergroep DeGasten voelen getraumatiseerde vluchtelingen zich weer veilig

Theatergroep DeGasten werkt voor de derde keer samen met groep patiënten uit de geestelijke gezondheidszorg. ‘Wij zijn niet bezig met wat voor hen helend is, dit is geen therapie.’

Djuna Kramer 5 mei 2019, 22:16

Het is donker in zaal 4 van het Amsterdamse theater Frascati, op een paar spots na. Daarin staan vijf spelers, half in het donker, half in het licht. Ze voeren een choreografie uit met hun handen: wrijven, de vingers in elkaar laten grijpen, hard met de vuist op de platte hand slaan.

Wat die handen hebben meegemaakt, is een van de leidraden van *Let there be light*, een voorstelling waarvoor Theatergroep DeGasten met een groep patiënten van Arq Psychotrauma Expert Groep werkt. De dertien spelers zijn getraumatiseerde vluchtelingen en asielzoekers, een deel is slachtoffer geworden van mensenhandel.



Repetitie van *Let*

there be light van DeGasten in theater Frascati in Amsterdam. Beeld Katja Poelwijk

Waarom kiest een GGZ-instelling ervoor samen te werken met theatermakers? Jetske van Heemstra, onderzoeker en psycholoog bij Arq: 'Ik merkte dat we in de behandeling vooral erg bezig waren met de dingen die we níét meer in het leven van onze patiënten wilden hebben, zoals hun traumaklachten. Dus ging ik op zoek naar een manier om ook aandacht te besteden aan de dingen die je wél voor ze wilt: een dagelijks leven buiten de instelling, gemeenschap, iets te doen. Daarbij dacht ik meteen aan het theater, ook omdat ik vaak de prachtigste verhalen in mijn spreekkamer hoor, die het verdienen verteld te worden.'

ADVERTISING

[inRead](#) invented by Teads

Let there be light is te zien op 8, 9 en 10/5 in [Frascati Theater, Amsterdam](#) en wordt geproduceerd door Frascati Producties in samenwerking met Arq Psychotrauma Expert Groep en DeGasten. Op 11/5 organiseert Frascati met Arq en The Refugee Academy een symposium over de betekenis van verhalen voor vluchtelingen.

Zo kwam Van Heemstra terecht bij Frascati, dat Arq koppelde aan DeGasten, een gezelschap dat normaal gesproken werkt met jongeren. Uit de samenwerking ontstonden de voorstellingen [To be or not to be](#), [We will be](#) en [My Name Before Naomi](#), waarin een jonge vrouw uit

Oeganda vertelde hoe ze na haar vlucht naar Nederland in de handen viel van mensenhandelaren. In *Let there be light*, de derde voorstelling van DeGasten met Arq, geven de spelers met zang, dans en muziek uitdrukking aan wat hen is overkomen.

Van Heemstra en haar collega Louke Brands begeleiden het maakproces, maar proberen hun patiënten niet te dicht op de huid te zitten. 'Dit is echt tussen de theatermakers en hen. We willen dat ze zich hier aangesproken voelen als persoon en als speler, niet als patiënt.' Soms betekent dat dat ze zich moeten verbijten. 'Ik hoorde regisseur Elike Roovers laatst tegen de groep roepen: 'Concentreer jullie!', zegt Van Heemstra. 'Terwijl wij weten dat concentratieklachten bij de posttraumatische stressstoornis van onze patiënten horen. Daar hebben we het dan na de repetities pas over.'

Door de strenge protocollen van Arq kennen regisseurs Rutger Esajas en Elike Roovers de precieze medische achtergrond van hun spelers niet. 'Dat is voor ons verder ook niet van belang', zegt Esajas. 'Wij zijn niet bezig met wat voor hen helend is, dit is geen therapie. Wij willen iets maken dat het publiek aanspreekt. We zijn ook niet bang om de grenzen van onze spelers op te zoeken.'

Toch voelen ze zich hier veilig, vertellen spelers Annabelle en Anaïs (niet hun echte namen). 'Zo hartelijk opgenomen worden in een groep, samen bewegen en dansen, dat heeft me veel geholpen', zegt Annabelle. Ook het bewegen met haar handen is goed voor haar, zegt ze. Haar rechterhand hield ze voorheen altijd verstopt, omdat hij voor haar samenhangt met nare gebeurtenissen. Anaïs is erg bang in het donker, vertelt ze. 'Als het licht in de theaterzaal uitgaat, slaat mijn hart op hol. Maar tegelijk weet ik dat ik hier veilig ben.'

Met dit soort angsten wordt rekening gehouden, vertelt Berthe Spoelstra, dramaturg van Frascati. 'We vragen de technici niet zomaar met

rinkelende sleutelbossen naar binnen te stampen en het licht niet onverwachts aan en uit te doen. Verder zijn de lijntjes tussen ons, de makers en Arq heel kort, zodat er snel gereageerd kan worden, mocht er iets misgaan.'

Toch moeten we niet vergeten dat we hier niet met kwetsbare zieltjes te maken hebben, zegt Roovers. 'Dit zijn krachtige mensen, die dingen meegemaakt hebben waarvan jij en ik waarschijnlijk huilend in een hoekje zouden zijn gaan liggen. Vanuit hun cultuur, waarin gemeenschap en samen verhalen maken vaak veel belangrijker worden gevonden dan hier, kunnen ze ons nog heel wat leren.'

PSYCHIATRIE EN THEATER

De samenwerking van Arq met theatermakers past in een bredere trend binnen de psychiatrie, zegt Pim Scholte, psychiater en oprichter van Equator Foundation, de organisatie binnen Arq die zich bezighoudt met getraumatiseerde vluchtelingen en asielzoekers. 'Lang concentreerden behandelaars zich alleen op de symptomen van een patiënt en de bijbehorende behandelmethodes, maar dat blijkt niet genoeg. Iemands omgeving, zijn geschiedenis, de relaties die hij heeft; dat moet allemaal óók meegenomen worden. Op het voorjaarscongres van de Nederlandse Vereniging van de Psychiatrie was dit een van de thema's. Je merkte daar dat veel van mijn collega's op zoek zijn naar manieren om een vollediger beeld van patiënten te krijgen en ook de verbinding met andere disciplines opzoeken.

'Je verhaal doen in het theater is natuurlijk geen beproefde therapie, maar het kan wel bijdragen. Traumatische gebeurtenissen kunnen vaak niet normaal worden opgeslagen in het geheugen. Door het vertellen van het levensverhaal met die gebeurtenissen erin, kan de patiënt ze beter incorporeren in zijn geschiedenis. Daarnaast kan het samenzijn met een publiek helpen tegen de eenzaamheid, vervreemding en schaamte die bij een trauma horen.'

DE (ON)VERTELDE STAD

In hun programmajijn [De \(On\)vertelde Stad](#) wil Frascati verhalen uit Amsterdam vertellen die normaal gesproken geen podium krijgen. Daarvoor koppelen zij theatermakers aan instellingen als Milieudefensie, Veteraneninstituut Nederland, Politie Amsterdam en De Bascule, een instelling voor kinder- en jeugdpsychiatrie. Met meisjes die onder behandeling zijn bij De Bascule maakte Alexandra Broeder [The Well](#) en [The Tree](#). In samenwerking met woningstichting Rochdale vertelt Hanna Timmers in [Radio Van Deysse](#) verhalen uit de Lodewijk van Deyssebuurt. De vierde aflevering zal te zien zijn vanaf 31/5.