

Stichting Centrum '45

Dirk Wepster: Over tegenoverdracht en empathie bij overlevingsschuld en overlevingsschaamte

Schaamte- en schuldgevoelens zijn elk mens bekend. Vele door oorlog en geweld getraumatiseerde cliënten zijn daarenboven vertrouwd geraakt met gevoelens van overlevingsschuld en overlevingsschaamte. Begripsbepalingen van deze gevoelens maken helder dat zij voortkomen uit een gemeenschappelijke bron, namelijk uit het besef tekortgeschoten te zijn. Centraal staat de vraag hoe behandelaars en de samenleving met gevoelens van overlevingsschuld en -schaamte als gevolg van de gebeurtenissen in de Tweede Wereldoorlog zijn omgegaan en hoe therapeuten als representanten van de maatschappij met deze gevoelens om zouden kunnen gaan. Confrontatie met psychotraumata van deze soort brengt bij therapeuten verschillende typen tegenoverdrachtreacties teweeg. Uiteengezet wordt dat de samenleving en behandelaars geneigd waren en nog zijn om ófwel te reageren met vermindering ófwel te versmelten met het verhaal van de oorlogsgetroffene, en dat daar in beide gevallen veelal een averechts effect mee bereikt wordt. Inzichtelijk wordt gemaakt wat in deze weerbarstige materie empathie met oorlogsgetroffenen werkelijk is. Het artikel is een pleidooi om te werken aan de ontwikkeling van een fijn ontwikkeld gehoor, oftewel hyperacusis, voor overlevingsschuld en -schaamte. Evident is dat analyse van de tegenoverdracht van therapeuten die werken met dit type door geweld getroffen cliënten een onontbeerlijk onderdeel zal behoren te zijn van leertherapieën, intervisies en supervisies.

Inleiding

Psychotherapeuten zijn geneigd om de verhalen van oorlogsoverlevenden, die vol zijn van het menselijke tekort, ofwel verre van zich te houden en te vermijden ofwel er zo mee te versmelten dat cliënten geen eigen verhaal meer overhouden. In beide gevallen moet de therapeut het binnendringende verhaal afweren. Het isolement van cliënten wordt hierdoor eerder verlengd dan bekort en hun beleving van overlevingsschuld en -schaamte wordt er des te ondraaglijker door.

In dit artikel beschrijf ik eerst de schuld- en schaamtegevoelens die oorlogsoverlevenden vaak met zich meedragen. De begrippen schuld, schaamte, overlevingsschuld en overlevingsschaamte worden nader gepreciseerd. Vervolgens zal ik aangeven bij welke groepen van door oorlog en geweld getroffen men in Nederland anno 2002 op het bestaan van voornoemde gevoelens bedacht moet zijn. Met drie voorbeelden zal ik de diepe inwerking op de beleving van cliënten/overlevenden duidelijk proberen te maken van de traumatiserende situaties, die in nabebelden en herbelevingen steeds weer aanleiding zijn voor gevoelens van overlevingsschuld en -schaamte.

De tegenoverdrachtproblemen van therapeuten komen hierna aan de orde. Ik zet uiteen wat in het algemeen onder tegenoverdracht verstaan wordt en welke typen tegenoverdrachtreacties bij het werken met psychotraumata te onderscheiden zijn. Ook breng ik met behulp van een passage uit het werk van Primo Levi de tegenoverdrachtreacties van 'omstanders' (Russische

bevrijders) bij de confrontatie met de toestand in Auschwitz in januari 1945 in herinnering. Deze passage kenschetst de historische en sociologische dimensie van de maatschappelijke problematiek hieromtrent. Voorts schets ik de naoorlogse interactie tussen omstanders/therapeuten en teruggekeerde getroffenen. Dramatisch duidelijk wordt daarin tot welke immense spraakverwarring deze 'materie' kon leiden en hoe complex de verwerking van de oorlog voor getroffenen en omstanders/therapeut/maatschappij werkelijk was en is. Tegelijkertijd wordt daarmee geïllustreerd welke valkuilen in overdracht en tegenoverdracht ontstonden.

De mogelijkheden van therapeuten om oorlogsgetroffenen met empathie tegemoet te treden worden hierna uiteengezet. Ik zal daarbij gebruik maken van verschillende denkbeelden over overlevingsproblemen:

1. De inzichten van de Amerikaanse psychiater Nederland over de zogenaamde hyperacusis to guilt, een begrip dat ik zal uitbreiden naar een hypergevoeligheid voor schaamte;
2. Een passage waaruit blijkt hoe de socioloog Bauman nut en noodzaak onderkent om een empathische positie te vinden ten opzichte van overlevingsschuld en -schaamte;
3. Het verhaal waarmee Vegh verheldert hoe moeizaam een oorlogswes en een geïnteresseerde lotgenote zo ver kwamen dat de een haar overlevingsschaamte wist te overwinnen en de ander deze kon erkennen.

Ter afsluiting beschrijf ik aan de hand van een voorbeeld uit eigen praktijk hoe lastig het voor mij is geweest om mijn eigen tegenoverdrachtreacties de baas te worden en hoe de verworven mogelijkheid om empathie te tonen gunstig uitwerkt. Tot slot formuleer ik enkele conclusies. Waar het besef van het menselijke tekort een zo wezenlijke rol speelt, kunnen behandelaars maar het beste hun tegenoverdrachtgevoelens onder ogen zien en doorwerken. Het is niet eenvoudig maar wel noodzakelijk om empathisch te reageren op gevoelens van overlevingsschuld en -schaamte van oorlogsgetroffenen. Tegenoverdrachtanalyse wordt aangemerkt als sleutel tot het ontstaan van empathie.

Schuld en schaamte

Allereerst nu een preciezer begripsbepaling van schaamte en schuld. Schaamte is een als negatief ervaren gevoel dat te maken heeft met een besef van falen, zo wordt kort en bondig geconcludeerd in een recent overzichtsartikel van Terwijn. Goudsblom citeert haar en wat zij onder schaamte vat als volgt: 'Een ellendig gevoel van onvolkomenheid en tekortschieten (...) met daaraan verbonden de angst door anderen niet te worden geaccepteerd, er niet meer bij te horen, eruit te liggen' ([Goudsblom, 1995, p. 334](#)). Schuld wordt in woordenboeken onder andere omschreven als de toestand dat men verantwoordelijk is voor een tekortkoming of verkeerde daad, soms daarbij met de verplichting deze toestand door boete, verontschuldiging, goede daden en dergelijke op te heffen.

Beschouwen wij nu deze omschrijvingen van schaamte en schuld tezamen, dan kunnen we zowel een overlap als een verschil in betekenis constateren. De overlap bestaat erin dat men zowel bij schaamte als bij schuld lijdt aan het bewustzijn van de eigen tekortkomingen of van verkeerde daden. Bij allebei kan een gevoel van spijt optreden. We spreken van schaamteberouw en

schuldbesef. Bij schaamte spelen meer dan bij schuld persoonlijke opvattingen over wat goed of fout is een rol, en dan vooral over wat eervol of schandelijk is. Bij beide begrippen staat het besef centraal tekortgeschoten te zijn.

Soms echter lijken de begrippen te verschillen. Wanneer gebruik je nu schuld en wanneer schaamte? Over dit probleem heeft [Van Dam \(1999\)](#) naar mijn mening een verhelderende systematiek bepleit. Zij heeft er in haar proefschrift op gewezen dat schuld en schaamte verschillen in de inhoud van de karakteristieke cognitieve evaluatie: 'Wanneer mensen schuldgevoelens hebben, waarden zij primair hun gedrag, hun handelwijze negatief; zij betreuren het feit dat zij zich op deze manier hebben gedragen. Wanneer mensen zich schamen, beoordelen ze primair hun eigen kwaliteiten of karakter negatief; zij zijn onaangenaam verrast nu blijkt dat er op een bepaald punt een discrepantie is tussen het beeld van degene die zij dachten te zijn en degene die zij feitelijk zijn' ([Van Dam, 1999, p. 124](#); cursiveringen in origineel).

Wij gebruiken schuld bij uitdrukkingen als: je schuld inlossen, een schuld delgen of vereffenen. Het gebruik duidt op een gerichtheid naar buiten en heeft betrekking op een verkeerde handelwijze in verband waarmee je bereid bent een vorm van boetedoening te accepteren. Schuld onthul je of beken je, terwijl je in schaamte meer geneigd bent te verhullen. Uitdrukkingen als weg willen kruipen van schaamte of je dood schamen, wijzen er immers op dat je niet gezien wilt worden. Schaamte is een naar binnen gericht bewustzijn van het aanwezig blijvende tekort in je eigen karakter. Schaamte ervaar je vooral ten opzichte van jezelf, terwijl schuld beleefd wordt in relatie tot de ander en de buitenwereld.

Overlevingsschuld en overlevingsschaamte

In het verlengde hiervan kan nu worden uitgewerkt wat onder de begrippen overlevingsschuld en overlevingsschaamte verstaan dient te worden. Overlevingsschuld wordt omschreven als het gevoel dat voortkomt uit het besef tekortgeschoten te zijn in (oorlogs)omstandigheden waarbij naasten het leven lieten en jij om onopgehelderde redenen bent blijven leven: je hebt nagelaten te handelen en niet getracht te voorkomen dat deze naasten vermoord werden of omkwamen. Hierover ontstaat een innerlijk conflict waarin onder meer de vooronderstelling zich laat voelen dat je geen recht meer hebt om verder te leven. Als gevolg hiervan ontbreekt elk toekomstperspectief en ontstaat er vaak een onvermogen om na de oorlog nog van het leven te genieten. Zo wordt ook viering van de bevrijding ervaren als verraad van de liefde voor de vermoorde naaste. Typerend voor mensen met overlevingsschuld is dat zij vaak bezig blijven met vragen als: Waarom is mij dit gebeurd? Wat had ik kunnen doen om het te voorkomen en waarom heb ik dat niet gedaan?

Mijn ervaringen en ideeën sluiten aan bij die van Nederland. Hij benadrukt het nauwe verband tussen overlevingsschuld en onopgeloste rouw over de vermoorde naasten. Hij vat uitspraken van door hem behandelde concentratiekampoverlevenden die blij gaven van overlevingsschuld als volgt samen: 'Ik hoor helemaal niet hier in uw spreekkamer te zitten, dokter. Ik hoor bij mijn ouders te zijn, bij mijn kinderen, mijn broers en mijn zusters.' En huilend zeggen ze verder: 'Ik hoor te zijn waar zij begraven liggen (...) als

ik maar wist waar dat is. Dan zou ik daarheen gaan' ([Niederland, 1981, p. 420](#)). Dit is een schuldbesef waaruit de ereplicht spreekt uitsluitend verder te leven vanuit de gedachte aan de vermoorde familie, als gebaar van ultieme loyaliteit aan de overledenen. In het verlengde van deze loyaliteit en onopgeloste rouw komt regelmatig naar voren dat de overlevenden de wijze waarop zij verder leven eigenlijk afhankelijk maken van de vermoorde naasten.

In de visie van Niederland op het overlevingssyndroom kwam overlevingsschuld meer en meer centraal te staan. Hij noemt overlevingsschuld bij voormalig concentratiekampgevangenen een gevolg van traumatiserende situaties die voortvloeien uit menselijk handelen (man-made disaster). Hij onderscheidt deze van de gevolgen van biologische aanleg. Eenduidig blijkt uit zijn uitspraak over deze man-made disaster dat in de kampen door het verlies van naasten, maar ook door de gruwelijke omstandigheden de eigen identiteit aangetast werd: 'Want alleen het verlies onder deze omstandigheden, die de identiteit verstoren, bewerkstelligt het schuldgevoel' ([Niederland, 1966, p. 468](#)). Ik wil die opvatting hier onderschrijven.

Overlevingsschaamte is door Elie Wiesel als begrip gemunt. Zij wordt diep doorgrond in zijn boek '[De Nacht](#)' (oorspronkelijk verschenen in 1958), waarin hij de situatie beschrijft in een barak van een concentratiekamp in 1945, als zijn vader hem aanroept en vraagt hem wat drinken te geven. Elie verkiest geen gehoor te geven aan het verzoek van zijn vader en zwijgt, omdat hij weet dat hij en zijn vader beiden bij het minste geluid een grote kans lopen te worden doodgeranseld door de aanwezige SS-ers. Hij blijft zijn vader antwoord schuldig; hij toont zich niet verantwoordelijk. Zijn vader overlijdt dezelfde nacht nog en Elie beseft dat hij onherroepelijk verzaakt heeft op zo'n belangrijk moment in hun beider leven.

De diepe schaamte over zichzelf en zijn menszijn stond aan het begin van een gewetensontwikkeling. Er groeide een besef van de discrepantie tussen wie hij dacht te zijn en wie hij werkelijk bleek te zijn. Hij had zijn vader naar zijn gevoel water behoren te brengen. Zo werd zijn overlevingsschaamte de keerzijde van zijn overlevingsschuld ten opzichte van zijn vader. In de ontwikkeling van zijn geweten vormde zich het besef dat beide begrippen kenmerkend zijn voor veel overlevenden, zoals hij er zelf een was.

Primo Levi beschrijft in 'De verdronkenen en de geredden' de toestand van overlevenden na Auschwitz: 'Dat velen (mijzelf inbegrepen) "schaamte" beleefden, dat betekent een gevoel van schuld gedurende en na de gevangenschap, is een uitgemaakte zaak bevestigd door talrijke getuigenissen. Het mag absurd lijken, maar het is een feit' ([Levi, 1991, p. 73](#)). Overlevingsschaamte en overlevingsschuld worden in dit artikel gedefinieerd als elkaar overlappende begrippen, met de aantekening dat schaamte gebruikt wordt in samenhang met kwaliteiten van het eigen karakter en schuld in relatie tot handelwijzen.

Groepen door oorlog en geweld getroffen in Nederland

Na de Tweede Wereldoorlog waren er ongeveer 250.000 Nederlandse oorlogsdoden te betreuren, die in Europa of in Azië gestorven waren. Zij werden omgebracht in vernietigingskampen, sneuvelden in de strijd,

bezweken aan honger, stierven van uitputting of door ziekte in interneringskampen of werden gebombardeerd, gemarteld of gefusilleerd. Verwanten of familie waren vaak aanwezig bij arrestatie, soms bij marteling, meestal bij bombardementen en altijd bij doodsberichten. De omstanders beseften vaak dat de dood ook hen had kunnen treffen. Bij hen dient men bedacht te zijn op problemen die met het eigen overleven samenhangen.

Wellicht treden overlevingsschaamte en -schuld nergens zo frequent en intensief aan de dag als in Centrum '45 te Oegstgeest, waar sinds 1973 verschillende groepen oorlogsgetroffenen behandeld worden. Er komen joodse oorlogsgetroffenen en onderduikkinderen, verzetsdeelnemers met joodse, Sinti, Nederlandse en Indische achtergrond, voormalige gevangenen uit de Europese concentratiekampen, geïnterneerden die in Indië tot aan de capitulatie van Japan gevangenen zaten en/of na 1945 in de Bersiapkampen 'beschermd' werden, burgeroorlogsslachtoffers uit Europa en Indië, veteranen uit Indië en dwangarbeiders uit Europa, Japan en Azië. De laatste jaren melden zich bij de hulpverlening ook veteranen van VN-missies en langer in Nederland verblijvende vluchtelingen, zoals Afghanen, Somaliërs, voormalige Joegoslaven, Iraniërs en Irakezen.

Bij velen van hen blijken gevoelens van schuld en schaamte over eigen overleven te bestaan. Veel nabestaanden en omstanders bij de gewelddaden in kampen of daarbuiten verwijten zichzelf in een soort herhalingsdrang niets of te weinig te hebben gedaan om de dood van hun naasten te voorkomen. Familieleden, vrienden en burens blijven voortdurend bezig met de typerende vraag wat zij nog hadden kunnen doen om het onherroepelijke te voorkomen. Ter illustratie enkele voorbeelden van het individueel besef van tekortgeschoten te zijn.

Joodse oorlogsgetroffenen

Primo Levi wenste zich noch met zijn ervaring uit de hel van Auschwitz te isoleren, noch door de maatschappij te laten buitensluiten. In zijn voor het eerst in 1947 verschenen boek 'Is dit een mens?' schrijft hij over zijn gevoel van schaamte. Hij beschrijft het moment - vlak voor de bevrijding van het kamp - waarop de initiatiefnemer van een opstand in het kamp opgehangen wordt, uitroepend: 'Ik ben de laatste!' Een grote apathische en lethargische groep gevangenen, onder wie Levi zelf, wordt gedwongen toe te kijken. Niemand reageert op de uitroep. Levi sluit deze passage af met de woorden 'en nu drukt ons de schaamte' ([Levi, 1987, p. 171](#)). Zij was een van de bronnen van zijn drang tot getuigen.

Iraanse politieke vervolging

In de Volkskrant stond op 21-11-1998 een interview van Jan Hoedeman met Farah Karimi (toen 38 jaar), gevlucht na politieke vervolging uit Iran en thans tweede-kamerlid van GroenLinks. Zij wil nu ontheemden een stem geven. 'Dat komt door haar verleden' luidde de kop in de Volkskrant. In de volgende passage blijkt zij terug op haar verzet in Iran en op wat haar ouders doorstonden in deze periode: 'Mijn ouders maakten zich vreselijke zorgen. Ze vreesden voor mijn leven, ik heb er grote ruzies over gehad. Het gevolg was dat mijn jongere zusje ontzettend werd beschermd, het leven werd haar bijna onmogelijk gemaakt. Mijn ouders wilden geen herhaling. Ze werd toch aangestoken door mijn politieke ideeën en ze werd ook actief. Na mijn vlucht is ze vermoord, we weten niet hoe. Er zijn wel geruchten geweest dat ze nog zou leven, maar dat geloof ik niet meer. Ik had moeten sterven, niet mijn zus.'

Mijn moeder heeft dat ook wel eens zo verwoord. Ik heb er een schuldgevoel over, het is het meest pijnlijke van alles wat ik heb meegemaakt. Voor al het andere geldt: dat was mijn keuze.' Duidelijk verwoordt Farah Karimi hierin haar gevoelens van overlevingsschuld.

Ruandese genocide

Yolande Mukagasana is een Ruandese vrouw die in 1994 haar hele familie verloor in de genocide, die 800.000 levens kostte. In de IKON-documentaire 'Het andere gezicht' ([L'Espoir, 1999](#)), uitgezonden op 19 oktober 1999, zegt zij het volgende: 'Ik voel mij vaak schuldig dat ik nog leef. Ik denk ook dat ik al dit werk (getuigen van de genocide door confrontatie met de moordenaars, DW) doe, omdat ik mij afvraag: waarom leef ik nog? Al die anderen zijn dood. Waarom ben ik dan niet dood? Wat kan ik doen? De enige reden waarom ik nog leef, is om daden te stellen. Daarom blijf ik niet passief. Het is mijn plicht om dit te doen.' Mukagasana vraagt aan haar interviewer: 'Zal ik dit voorlezen?', terwijl zij wijst op een brief van een moeder aan haar dode kinderen:

'Lieve kinderen, vergeef mij dat ik jullie in de steek laat.
Vergeef me dat ik jullie niet naar de volwassenheid heb kunnen leiden.
Vergeef me dat ik jullie zo jong heb laten sterven.
Vergeef me dat ik niet de moed heb gehad om met een kapmes jullie moordenaars op de vlucht te jagen.
Vergeef het mij. Ik ben de naam moeder niet waardig.
Ik laat jullie in de steek. Ik ga in een land wonen dat weinig tot niets afweet van jullie lijdensweg.
Straks lach ik tegen mensen die wellicht medeplichtig zijn aan jullie dood.
Ik ga bescherming zoeken bij mensen die jullie niet konden of wilden beschermen.
Ik ben laf. Nog laffer dan jullie moordenaars.
Ik heb jullie gedood.
Als ik gewild had, of meer geweten had, had ik jullie misschien kunnen redden.
Het is mijn schuld. Ik ben er verantwoordelijk voor.
Ik alleen ben verantwoordelijk voor jullie dood.
Ik denk al niet meer aan jullie.
Ik denk alleen nog aan de kleren die ik krijg in Bujumbura.
En aan 'n vliegreis naar een ander continent.
Ik heb al weer oog voor dat er naar mij wordt gelachen...
Door anderen dan jullie.
Vergeef het mij.'

Zie ik in deze brief identificatie met de agressor doorschemeren? Hoe dat ook zij, de moeder spreekt zelfs haar exclusieve schuld uit. Deze regressie tijdens de traumatisering wordt dramatisch duidelijk. Naar mijn opvatting kennen veel omstanders van genocide deze verschijnselen, méér dan wordt onderkend. Hoewel de realiteit van de schuld uiteraard nooit door ons anderen bevestigd kan en mag worden, is de realiteit van het schuldgevoel als gevolg van nalatigheid voor de getroffen een feit. Voortleven na oorlogsgeweld met overlevingsschuld en -schaamte is een verontrustende en complexe zaak. Voor zowel getroffen als omstanders en maatschappij is het niet eenvoudig met empathie te reageren op zulke gevoelens, zo zal in het volgende blijken.

Tegenoverdracht

Psychotherapeutische behandelingen van getraumatiseerde cliënten brengen, zo is al langer bekend, een empathische belasting voor de therapeut met zich mee. Iedere therapeut die wil meevoelen met zijn cliënt moet zich verhouden tot de lijdenslast die het doorgemaakte psychotrauma van de cliënt bewerkstelligt. De reactie van de therapeut op deze overgedragen lijdenslast wordt 'tegenoverdracht' genoemd. In het woordenboek van de psychoanalyse staat bij 'tegenoverdracht': 'Het samenstel van onbewuste reacties van de analyticus ten opzichte van de individuele analysant – in het bijzonder ten opzichte van de overdrachtsreacties van de analysant zelf' ([Laplanche & Pontalis, 1983, p. 92](#)). In het vervolg van dit artikel wordt het verschil tussen de onbewuste reactie van de therapeut zelf op de door geweld getroffen en zijn onbewuste reactie op de overdracht van de cliënt niet systematisch onderscheiden; dat zou in dit verband te ver voeren. Wel zal ik onderscheid maken tussen twee typen tegenoverdrachtreacties.

Vormen van empathische belasting

[Wilson, Lindy en Raphael \(1994\)](#) hebben tegenoverdracht in relatie met PTSS beschreven. Zij onderscheiden twee typen tegenoverdrachtreacties, waarvan ik de essentie zal beschrijven en die ik met een voorbeeld zal illustreren.

De type-1-reacties worden gekenmerkt door vermijding. De therapeut reageert counterfobisch en onthecht op het verhaal van de cliënt. Het effect van zo'n respons is dat de traumatische gebeurtenis in haar betekenis wordt geminimaliseerd. Bijvoorbeeld: de oorzaak van het huidige onbehagen van de cliënt wordt gezocht in (pretraumatische) gebeurtenissen uit zijn vroege jeugd en door de therapeut daaraan toegeschreven in plaats van aan de traumatisering. Soms ook worden de traumatische gebeurtenissen door de therapeut vervormd, in het ergste geval zodanig dat het bestaan van posttraumatische stress bij de cliënt wordt ontkend. Een andere variant van de type-1-reactie wordt ontwikkeld vanuit het idee 'de aanval is de beste verdediging' en mondt uit in het blameren van het slachtoffer. Een passievere vorm van ontkenning (of vermijding) van de specifieke traumatiseringscontext houdt in dat eenvoudigweg gesteld wordt dat kan worden volstaan met conventionele therapieën. Cliënten worden dan naar elders verwezen of zelfs rechtstreeks afgewezen en aldus vijandig tegemoet getreden.

Om de confrontatie met de angst van de cliënt en vooral ook met de eigen angst in reactie op het trauma te ontlopen kunnen blijkbaar allerhande ontwijkende strategieën ontwikkeld worden. Hier volgt een denkbeeldig gespreksfragment ter illustratie van een type-1-reactie. Een joodse cliënt schetst de kampsituatie in het laatste oorlogsjaar: 'De winter van 1944 was heel koud in Noord-Polen.' De therapeut onderbreekt hem met de beaming: 'Dat is waar, de winters in Polen zijn koud. Ook tegenwoordig hebben de mensen daar nog moeite om de vorst buiten de deur te houden.' De therapeut omzeilt het gevoel van schaamte of schuld dat hij zou moeten of kunnen hebben bij het beeld van Polen tijdens de winter van 1944; hij weert de ware betekenis van het verhaal af uit angst de gruwelverhalen niet te kunnen verdragen. En wellicht onbewust ziet hij zijn wens om te helpen verschrompelen bij zijn associaties met de vernietigingskampen en de

gaskamers. Het is lastig gedachten en gevoelens over zulke catastrofes te beleven, laat staan te laten weerklinken in een op de cliënt aansluitend antwoord. Natuurlijk is het wel voorstelbaar dat de therapeut weg zou willen bij die schaamtevolle associaties, maar daarmee valt zijn hier beschreven reactie van generalisering niet goed te praten.

Type-2-reacties worden juist gekenmerkt door versmelting, vaak als gevolg van overidentificatie. Op deze manier raken therapeuten verstrikt en zelfs pathologisch gebonden aan het vertelde. Reddersfantasieën bloeien op en het streven te willen helpen leidt tot afbrokkeling van de grenzen tussen therapeut en getraumatiseerde; schuld- en schaamtegevoelens van de therapeut zelf gaan meespelen en worden vermengd met die van de cliënt. En zo kan rolvervaging en zelfs rolverwisseling optreden. Een voorbeeld van een type-2-reactie: stel een therapeut is ooit zelf geconfronteerd met het abrupte verlies van een familielid en vervolgens niet goed bij machte geweest om zijn rouw volledig te doorleven. De kans is groot dat hij moeite heeft om in zijn rol van therapeut te blijven op het moment dat hij geconfronteerd wordt met rouwproblemen van cliënten. Zijn verlangen troost te bieden gaat met hem op de loop. De invloed van de verlieservaring op zijn eigen leven kan in een zelfonthullende respons extreem worden benadrukt. Hij zou van de weeromstuit de noodzaak om goed afscheid te nemen te veel gaan benadrukken. Hij loopt het gevaar alles te focussen op de rouwproblemen van zijn cliënt. De behandeling faalt als het trauma van de cliënt niet meer in het passende levensperspectief wordt geplaatst. De therapeut verliest overzicht en afstand en versmelt met de cliënt.

De onontkoombare tegenoverdrachtreactie in de naoorlogse maatschappij

Als geen ander heeft Primo Levi de werkelijkheid van het kamp voor de herinnering weten te bewaren. Het naoorlogse leven beschrijft hij naar mijn mening bijzonder lucide in de volgende passage uit zijn boek 'Het Spijnt'. Levi vertelt hoe de eerste Russische soldaten in januari 1945 Auschwitz binnenkwamen en hoe zij zich gedroegen toen zij bergen lijken en stervende gevangenen aantroffen: 'Ze groetten niet, ze glimlachten niet: behalve door medelijden leken ze bezwaard door een verward gevoel van schroom, dat hun lippen verzegelde en hun ogen gekluisterd hield aan het schouwspel van dood en verwoesting. Dat was de schaamte die ons na selecties (het eufemisme dat Levi gebruikt voor het aanwijzen van groepen joden om te worden vergast, DW) overmande en alle keren dat we een schandaal moesten bijwonen of ondergaan; de schaamte die de Duitsers niet kenden en die de gerechte voelt om het door een ander begane kwaad, omdat dat nu bestaat, onherroepelijk deel uitmaakt van de wereld van de bestaande dingen, en zijn goede wil nietig of ontoereikend is geweest en het niet heeft kunnen verhinderen' ([Levi, 1988, p. 10](#)). Deze passage mag van mij de geschiedenis ingaan als pars pro toto van de relatie tussen overlevingsschaamte en tegenoverdracht. Nergens ben ik een formulering tegengekomen die compacter verwoordt of met meer empathie en zelfinzicht beschrijft wat de psychodynamiek is van de immense schaamte die ontstond en overgedragen werd in de ontmoeting tussen omstanders en overlevenden in hun traumatiserende omgeving.

Sinds januari 1945 hebben de beelden en verhalen uit de vernietigingskampen schuld en schaamte in de westerse wereld opgewekt.

Pas 50 jaar later nam in Nederland de verdringing geleidelijk af. Vooral na de commotie eind jaren '90 over de Liro-archieven zag de regering zich genoodzaakt te onderzoeken hoe de oorlogsgetroffenen feitelijk in de maatschappij waren opgevangen. Naar aanleiding van het Soto-onderzoek zullen in de komende jaren nog een aantal boeken over de naoorlogse opvangproblematiek verschijnen. In ['De Meelstreep' \(2001\)](#) typeert onderzoeker Bossenbroek het emotionele klimaat in de Nederlandse samenleving van het laatste kwart van de 20e eeuw als volgt: 'Het bestaan van oorlogstrauma's werd wetenschappelijk onderbouwd en publiekelijk erkend. Nederland ging massaal de schaamte voorbij en oorlogsslachtoffers werden aangemoedigd niet langer te zwijgen, maar te spreken. De enige schaamte die overbleef en die tegen het einde van de 20e eeuw - en het begin van het nieuwe millennium - steeds sterker opspeelde, was de schaamte om de vroegere schaamte, het schuldgevoel dat zich meester maakte van de overheid en de samenleving over hetgeen de oorlogsslachtoffers tijdens en direct na de oorlog was aangedaan. Het was een collectief schuldgevoel dat uiteindelijk werd ingelost met een collectieve boetedoening, inclusief openbare schuldbekentenissen en spijtbetuigingen' ([Bossenbroek, 2001, p. 559](#)). Na 50 jaar kan geconcludeerd worden dat de samenleving nog steeds doende is om een positie zonder vermijding en zonder overidentificatie te vinden.

Tegenoverdracht in psychotherapieën van individuele getroffen

Om een specifiek beeld te schetsen van tegenoverdracht en overlevingsschuld in het therapeutische gesprek wil ik respectievelijk de psychiater en overlevende van kamp Buchenwald Andries Kaas en de socioloog en overlevende van Sachsenhausen Herman Milikowski aan het woord laten. Kaas zei, geciteerd door Milikowski ([1973, p. 109](#)): 'Na de oorlog heb ik dikwijls nagedacht over de drie gevoelens die ik in mijzelf waarnam en die later in boeken en artikelen over concentratiekampen en oud-concentrationairs telkens zouden worden beschreven. Vooral in de psychiatrische literatuur komen ze vrijwel als een vaste trias voor en worden zij in één adem genoemd: het gevoel van schuld, het gevoel van rancune en het gevoel van teleurstelling (...). Uit mijn leven van na 1945 is schuldgevoel niet weg te denken.'

Aan authentieke erkenning van eigen schuld door ex-kampgevangenen bestond veelal geen gebrek; wel ontbrak het aan de kant van de omstanders aan schuldbesef over hun eigen betrokkenheid in het oorlogsgebeuren. Milikowski zette zich met Kaas, juist mede vanwege de geconstateerde afweer van de betrokkenheid van de kant van de omstanders, af tegen de naoorlogse tendens om elke overlevende survival guilt toe te dichten. Naar zijn mening zou speciaal de burgerlijke psychiatrie die tendens vertonen. 'Wie moet nu eigenlijk een schuldgevoel hebben: degenen die in het kamp gezeten hebben omdat zij verzet hebben gepleegd, of degenen die niet in het kamp hebben gezeten, omdat zij geen verzet gepleegd hebben? Als ik zou praten volgens deze psychiatrische denkwijze zou ik zeggen dat diegenen die niet in het kamp kwamen omdat ze niet aan het verzet deelgenomen hebben, schuldgevoelens hebben en die op oud-verzetsmensen projecteren, wat ik mogelijk acht,' meent Milikowski ([1973, p. 109](#)). Onderzocht kan worden, zo stellen beiden, of er in de eigen kampgeschiedenis aanleiding is voor een dergelijk schuldgevoel. Pas als die er reëel geweest is, kan men spreken van survival guilt. Maar het geeft geen pas om elke voormalige kampbewoner overlevingsschuld toe te dichten, zo luidt hun nadrukkelijke waarschuwing.

Deze 'ervaringsdeskundigen' zijn beducht geraakt voor de projectiemogelijkheden van de buiten het verzet of kamp gebleven naoorlogse behandelaren; beducht voor het fenomeen dat behandelaren en in hun voetspoor de samenleving op de loop gaan met de overlevingsschuld en op die manier het eigen besef van onmacht en tekortschieten vermijden en wegwerken door de aandacht te richten op de overlevende. Uit bovenstaand voorbeeld kan worden opgemaakt hoe vermijding en/of versmelting door de therapeut een verwarrende rol in de verwerking kunnen spelen.

Ook de New Yorkse psychiater Nederland, die vele Shoah-getroffenen behandelde, heeft erop gewezen hoe moeilijk het is empathie te bewerkstelligen bij het werken met oorlogstraumata. Hij pleitte er al vanaf de jaren '60 voor dat de analytici die patiënten met oorlogstraumata behandelen bij zichzelf een hypergevoelig oor voor schuldgevoelens zouden moeten ontwikkelen. 'Om een vollediger begrip van het overleversyndroom te krijgen heb ik herhaaldelijk de noodzaak benadrukt om het alles doordrenkend schuldgevoel bij de analysant scherper in beeld te houden, evenals de noodzaak voor de analyticus om een hyperacusis to guilt (een verscherpt onderscheidingsvermogen voor gevoelens van schuld, DW) te ontwikkelen, want hij dient zich bewust te zijn van de moeilijkheden ten gevolge van verdringing en ingewikkelde vormen van afweer en ontkenning, waardoor die schuldgevoelens nogal eens worden verhuld' ([Nederland, 1968, p. 315](#)). Naast de hypergevoeligheid voor overlevingsschuld zouden we een zelfde hypergevoeligheid voor overlevingsschaamte moeten ontwikkelen. De naoorlogse ervaring van therapeuten leert dat bescheidenheid in pretenties en besef van eigen tekort waar het deze gevoelens betreft pas na lange jaren ontstaan, als zij al ontstaan. Mensen oordelen en veroordelen vaak gemakkelijker dan dat zij zich wijden aan zelfonderzoek. Projecties terugnemen blijkt voor niemand gemakkelijk, noch op het individuele niveau noch voor de maatschappij in haar geheel. Men denke ook aan de Srebrenica-discussie van april 2002 en de parlementaire enquête nadien.

Empathie

Empathie met de oorlogsgetroffene wordt in de psychotherapeutische literatuur meer en meer gezien als voorwaarde voor een succesvolle behandeling. Ook vanuit de psychoanalyse is de belangstelling voor empathie de laatste jaren gegroeid. 'Empathie is het vermogen van de analyticus om zich, in interactie met de patiënt, aanvoelend in diens belevingswereld te verplaatsen, waardoor hij in staat is die belevingswereld te kennen,' aldus Van Strien ([1999, p. 46](#)). In zijn proefschrift laat deze met name Schwaber aan het woord die een interactionele manier van luisteren voorstaat. In deze manier van luisteren 'wordt getracht het door beide participanten gecreëerde overdracht-tegenoverdrachtscenario aan te voelen en te begrijpen, inclusief de "rol" die de analyticus opgedrongen krijgt en ook zelf ervaart. Zonder overigens vanuit deze ervaring te interveniëren, hetgeen ageren vanuit de tegenoverdracht zou zijn, ofwel tegenoverdracht-enactment' en even verder 'Er is dan sprake van een outside listener (een term van Schwaber, DW), die probeert te objectiveren wat correct en reëel is; deze neemt als het ware voortdurend een oordelende houding aan, doet aan reality testing in plaats van het subjectieve gezichtspunt van de patiënt te accepteren en in zijn historische context te begrijpen' ([Van Strien, p. 21](#)). Daarnaast is er de inside listener, die het subjectieve gezichtspunt van de patiënt wel accepteert en in zijn historische context tracht te begrijpen. In de

analyse van de interactie tussen therapeut en cliënt ziet Schwaber verwantschap tussen het moeder-kindsysteem en het analytisch-analysantsysteem. Zij definieert tegenoverdracht 'als het zich terugtrekken, het zich afwenden door de analytisch van het zoeken naar het gezichtspunt van de patiënt, ten faveure van de veronderstelde "grotere waarheid" van de analytisch zelf' ([Van Strien, 1999, p. 22](#)).

Van Strien vat de discussie over de relatie tussen tegenoverdracht en empathie die in de psychoanalytische literatuur ontstond als volgt samen: 'Empathie had een significant positieve correlatie met het openstaan voor tegenoverdrachtgevoelens. (...) Zowel te veel emotional contagion als withdrawal of personal involvement kan gebaseerd zijn op tegenoverdracht. Men kan hier m.i. concluderen dat empathie juist preventief werkt tegen het optreden van tegenoverdracht, dat empathie het ontdekken van tegenoverdracht bevordert en dat tegenoverdracht empathie bemoeilijkt. Er lijkt dus wel sprake van beïnvloeding onderling tussen empathie en tegenoverdracht, maar het zijn wezenlijk verschillende fenomenen' ([Van Strien, 1999, p. 37](#)).

Empathie, hyperacusis en maatschappij

De socioloog Zygmunt Bauman heeft aan de ingewikkelde discussie over schuld en schaamte een belangrijke sociologische bijdrage geleverd. In zijn boek '[Modernity and the Holocaust](#)' (1989) geeft hij er blijk van hypergevoelig te zijn geworden voor de rol die de afweer in de vorm van rationalisaties in ons moderne leven speelt. De strekking van zijn betoog is dat de onderkenning van schaamte in een maatschappij die nog steeds niet in het reine is met haar oorlogsverleden louterend kan werken. Bauman adstrueert dat de erkenning van eigen schaamte en overlevings-schaamte door getroffen en door de maatschappij een voorwaarde is om mogelijkheden van verwerking van het oorlogsverleden zinvol te bespreken. Omstanders in de maatschappij van toen en tegenwoordig hebben dan ook redelijkerwijs gesproken geen grond zich in directe zin schuldig te voelen over de Shoah, maar voelen in confrontaties met de gebeurtenissen van toen toch schaamte en schuld. Het gevoel toen niets gedaan te hebben, te weinig te hebben getracht om massamoord te voorkomen, roept steeds weer schaamte op.

De zelfbezinning vanuit het gezegde 'Wie zonder zonde is, werpe de eerste steen' kristalliseerde zich bij Bauman als volgt uit. Hij beschrijft een viertal schrijnende dilemma's. Het vierde gaat over een oude Pool die zich herinnert hoe 'zijn familie onderduikgelegenheid wilde bieden aan een oude vriend, een jood met een Pools uiterlijk, die Pools sprak met het elegante accent van een edelman. Maar voor diens drie zusters, die er joods uitzagen en met een duidelijk joods accent spraken, weigerde de familie hetzelfde te doen. De vriend weigerde op zijn beurt om alléén onder te duiken' ([Bauman, 1991, p. 201-202](#)). De verteller - de oude Pool - rechtvaardigt de beslissing van zijn familie: 'Zou de keuze van mijn familie anders geweest zijn, negen tegen één kans dat we allemaal gefusilleerd waren (onder de nazi's gold in Polen de doodstraf voor het laten onderduiken of helpen van Joden, DW). En de kans dat onze vriend en zijn zusters het op die manier zouden overleven, was zo mogelijk nog kleiner.' ([Bauman, 1991, p. 202](#)).

In een empathische respons zou erkenning van de schaamte over de keuze van de familie op zijn plaats zijn. Enkele pagina's verder schrijft Bauman: 'Ik

weet nog niet zo zeker hoe mijn reactie zou zijn geweest als een vreemde bij me aanklopte met de vraag om voor het redden van zijn leven dat van mijzelf en mijn familie in de waagschaal te stellen. Zo'n dilemma is mij bespaard gebleven. Maar wat ik wel zeker weet, is dat ik, als ik hem onderdak had ontzegd, heel goed in staat zou zijn om zowel tegenover anderen als tegenover mijzelf te rechtvaardigen, dat afwijzing van de vreemde een heel redelijke keuze was als je afwoog hoeveel levens er gespaard dan wel verloren zouden zijn. Ook weet ik zeker dat ik dat onredelijke, onlogische, maar o zo menselijke gevoel van schaamte zou ervaren. En daarbij weet ik ook nog zeker dat, als ik mezelf dat schaamtegevoel niet zou toestaan, mijn keuze om de vreemde de deur te wijzen mij tot op mijn laatste dag zou blijven opbreken' ([Bauman, 1989, p. 205](#)). De schaamte zou - om een metafoor te gebruiken - 'ondergronds' gaan. Bauman pleit, zo mag geconcludeerd worden, voor erkenning van eigen schaamte. Zijn verworven zelfkennis is na lange jaren van overdenking tot stand gekomen. Met hem zie ik dit als de noodzakelijke voorwaarde om tot een werkelijk empathische respons te kunnen komen. Hieronder wordt toegelicht hoe belangrijk erkenning van eigen schaamte is om in individuele gevallen empathie te ontwikkelen.

De opgave voor de cliënt om 'de empathie met zichzelf te herstellen', zoals Tas het formuleert ([1993, p. 54](#)), is minstens zo groot als voor de therapeut om met empathie op het oorlogsverhaal te reageren. Daarom wil ik eerst een gesprek analyseren met een joodse oorlogswees, die tussen de regels door verhaalt van haar moeilijke, naoorlogse weg naar empathie met zichzelf. In het daarop volgende vignet komen mijn moeilijkheden als therapeut met het vinden van een empathische respons op traumatiserende gebeurtenissen van een joodse oorlogsgetroffene aan de orde. Overlevingsschuld en -schaamte zijn in de overdracht en tegenoverdracht in dit laatste geval volop aanwezig.

Oorlogswees na WO-II

Verwerking van overleving blijkt voor overlevenden altijd een langdurig proces. De Franse psychiater Vegh ([1983](#)) interviewde in het begin van de jaren '80 joodse lotgenoten over hun oorlogservaringen en hun naoorlogse identiteitsproblemen. Vegh laat Hélène aan het woord, die nog een kind was in de oorlog en die met haar zusje als enige van haar familie de Shoa overleefde. Na lange jaren niet over haar ouders nagedacht te hebben, zegt zij in het interview: 'Hun enige troost is zeker geweest, dat het hun gelukt was, ons (Hélène en haar zusje, DW) in veiligheid te brengen! Maar... ook als het schandelijk is, wat ik hier ga zeggen... Moesten wij tot elke prijs gered worden, om dan zonder ouders en met het gevoel te leven voor altijd verlaten te zijn...? Mijn God, ik heb niet het recht zo te denken... Mijn broertje heeft deze kans niet gekregen... Wat een waanzin! Waarom wij... en waarom hij niet? Mijn zoon draagt de naam van mijn broer' ([Vegh, 1983, p. 109](#)).

Het lijkt mij niet mogelijk om preciezer woorden te vinden voor wat onder overlevingsschuld begrepen kan worden, zoals die ook bij kinderen kan voortleven. Het is in een notendop uitgedrukt wat ik, met Nederland, zie als dat nauwe verband tussen onopgeloste rouw en overlevingsschuld/schaamte. Rouwgedachten over haar ouders en haar broertje kunnen door haar pas worden uitgesproken als het meisje van toen voelt dat je je als omstander werkelijk in haar gedachten kunt verplaatsen. Hoe kun je dat doen? Door als

gesprekspartner te laten blijken dat jij goed kan begrijpen waarom zij niet onomwonden haar dankbaarheid kan uitspreken overleefd te hebben.

In het citaat komt ook de vraag 'Waarom heb ik wel overleefd en hij niet?' aan de orde. De veelvuldige herhaling van juist deze vraag is opvallend. De eerder geciteerde Ruandese vrouw Yolande Mukagasana reageerde ook met zo'n vraag. De vraag dient voor getroffenen twee doelen. In de eerste plaats kan de vraag worden gezien als afweer van de angst om zichzelf in de regressie kwijt te raken. De Waarom-vragen lijken in behandelingen in het begin niet erg communicatief, maar zij dienen te worden begrepen als weerstandsfenomeen en dienen als zodanig te worden gerespecteerd. In de tweede plaats doet de Waarom-vraag ook dienst als cognitieve afweer van de schaamte over haar 'ondankbaarheid'. Als de therapeut niet zou ingaan op die vraag en de eigen schaamte zou vermijden, zou Hélène zich in haar isolement teruggeworpen hebben gevoeld. In het contact met Vegh blijkt Hélène uiteindelijk verder gekomen. Zij heeft haar schaamte doorleefd en kan zich in het interview uitspreken. Want voor het eerst blijkt zij haar conflict te hebben opgelost als zij zegt: 'Het is schandelijk wat ik nu ga zeggen maar...' En dan stelt zij de vraag 'Moet ik blij zijn met een bestaan dat eeuwig verdriet brengt en dat van alle ouderlijke liefde verstoken is?' (Vegh, 1983, p. 109). Hier is zij in congruentie met zichzelf en toont haar persoonlijke verdriet aan een welwillende lotgenote/psychiater, 30 jaar na dato. Doordat zij hyperacusis voor de overlevingsschuld en -schaamte had ontwikkeld, kon Vegh zich bewust worden van de eenzaamheid die zich in het opgroeiende meisje had gehuisvest. Door affirmatie van de woorden van Hélène markeerde Vegh mede de realiteit en rechtmatigheid van de gevoelens van overlevingsschuld en -schaamte.

Machteloze woede geëxternaliseerd

De volgende situatie is gebaseerd op mijn eigen werkervaring in Centrum '45. Halverwege de jaren '80 had ik contact met een halfjoodse child survivor. Zijn vader en moeder zaten gedurende WO-II in het verzet, totdat zij begin 1943 gearresteerd werden. Moeder zat jarenlang in Auschwitz, vader in Vught en cliënt op een onderduikadres. Cliënt worstelde, zo vertelde hij bij aanvang van de therapie, met zijn schaamte en woede over het feit dat zijn grootouders zich willoos naar de gaskamers hadden laten leiden. Ik probeerde hem ervan te overtuigen dat deze veronderstelling historisch gezien onwaarschijnlijk was en trachtte hem milder te stemmen tegenover zijn grootouders. Maar cliënt volhardde in zijn mening en het was mij een raadsel waarom hij deze mythe zo halsstarrig volhield. Pas later begreep ik dat hij zo zijn psychische kern van representatie in stand hield; zo voorkwam hij volledige decompensatie in ondraaglijke angstgevoelens. Zijn eigen angst externaliseerde hij naar zijn grootouders.

Die externalisatie van angst en woede door deze cliënt trof ook mij. Een lopende beroepsprocedure bij de Pensioen- en Uitkeringsraad had hem tot grote razernij gebracht. Ik wilde mij als behandelaar neutraal opstellen en mij niet in de procedure mengen, hoewel hij daarom verzocht. Toen richtte hij zijn woede op mij en noemde mij een lafaard en nog erger dan de Duitsers. 'Alles wat wij bereikt hebben, zet jij hiermee op het spel,' beet hij mij toe, waarop hij wegliep, de deur dichtkwakte en enige tijd niets meer van zich liet horen. Mijn tegenoverdrachtgevoelens liepen direct hoog op. Ik dacht: 'Ik pik dit niet. Dit is chantage. Ook ik heb mijn grens, ik kan dit niet verdragen. Alles goed en

wel, maar ik laat mij zo niet beledigen. Hoe goed de behandeling tot vóór de beroepsprocedure ook verliep - ik neem het niet meer.' Gelukkig maakte intervisie mij duidelijk hoe ik om moest gaan met deze situatie. Collegae verhelderden op empathische wijze mijn tegenoverdrachtgevoelens. Na een adempauze nodigde ik de cliënt schriftelijk - in neutrale bewoordingen - uit om een mogelijke voortzetting van de therapie te bespreken. Dit bleek voldoende te zijn om het contact te herstellen. Toen cliënt bij dat gesprek verscheen, zei hij geëmotioneerd: 'Uit mezelf was ik nooit meer teruggekomen.' Tot mijn verbazing deelde hij zijn diepe schaamtegevoelens met mij en vertelde me dat hij als enige kind weg had kunnen komen nadat de verblijfplaats van een groep kinderen verraden was. Zij werden verraden door een van de aanwezigen bij de arrestatie van zijn ouders, die bezweken was onder dreiging en intimidatie, zoals zo vaak gebeurde. Cliënt had veel later door onderzoek uit eigen beweging ontdekt dat al de kinderen omgebracht waren. Zijn schaamtegevoelens hierover waren heel groot en hij beleefde deze jarenlang in alle eenzaamheid. Waarom had hij de oorlog wel overleefd en die anderen niet? Waarom had hij niets gedaan om de dood van anderen te voorkomen? Deze vragen hielden hem tot de dag van vandaag bezig. Ik begon te begrijpen dat zijn schaamte- en woedegevoelens vastzaten aan een hele concrete gebeurtenis. Ik had daaraan voorbijgezien en hield hem daarmee in het isolement waarin hij al jaren zat.

Doordat ik zijn woede naar mij had kunnen ontcijferen, werden zijn schaamtegevoelens uit de oorlogstijd ook bespreekbaar. Er ontstond nu expliciet contact over in de therapie en cliënt viel in zijn dagelijkse leven veel minder ten prooi aan schaamterazernij dan daarvoor. Werd die razernij eerst als een karakterprobleem gezien, nu kwam die in een heel ander daglicht te staan. In dit verband kon ik de opvatting van de psychiater Tas plaatsen, dat 'Schaamte wordt gekenmerkt door een spanning, een conflict dat zowel defectueus als expressief wordt "opgelost"' ([Tas, 1993, p. 54](#)).

We konden de splitsing in de persoonlijkheidsstructuur van mijn cliënt onder de loep nemen en vervolgens op zoek gaan naar een constructievere manier om zijn eigenlijke woede over de 'joodse geschiedenis' te gebruiken in zijn omgang met anderen. Bovendien hielp mijn toegenomen gevoeligheid voor zijn schaamte zijn recht op een naoorlogs bestaan te bevestigen en een milder gevoel over zijn grootouders te verkrijgen. Hij beleefde zijn joods-zijn sedertdien aanzienlijk positiever en werd actief deelnemer aan de joodse gemeenschap. Mij, ten slotte, leerde het beter te luisteren naar de schaamtevolle belevingen van cliënten en het bracht me meer inzicht in mijn eigen schaamtegevoelens over wat zo velen in de Tweede Wereldoorlog is aangedaan.

Conclusie

Overlevingsschuld en overlevingsschaamte zijn gevoelens die te maken hebben met het besef tekortgeschoten te zijn in situaties met onherroepelijke gevolgen, zoals de dood van naasten. In confrontaties met door oorlog getraumatiseerde cliënten ontstaan bij de therapeuten tegenoverdrachtgevoelens die vaak leiden tot vermijden of versmelten. Het werken met posttraumatische stress brengt een bijzondere belasting met zich mee. Slaagt de therapeut erin aansluiting te vinden bij de belevingswereld van de getraumatiseerde, dan mogen wij spreken van een empathische respons.

In gesprekken met overlevenden blijken tegenoverdrachtgevoelens, zowel bij omstanders in de maatschappij als bij therapeuten, aanzienlijk bijgedragen te hebben tot een haast onontwarbare discussie over schuld en schaamte. Een maatschappij die haar verleden verdringt, verloochent, verdonkeremaant of overbelicht, heeft alle kans het zicht op haar oorlogsgetroffenen te verliezen. Als we de gebeurtenissen uit de Tweede Wereldoorlog blijven vermijden of ontkennen, dan wel versmelten of ons overidentificeren met de verhalen van oorlogsgetroffenen, dan zal het ons steeds weer aan een empathische reactie ontbreken en zal de respons vooral uit vormen van tegenoverdracht bestaan. De les van het verleden is dat erkenning van de eigen gevoelens van schaamte en schuld een voorwaarde is voor een wezenlijke ontmoeting met oorlogsgetroffenen. Ipso facto geldt deze les ook voor onze reactie op cliënten die recenter door geweld zijn getroffen.

Summary

On countertransference and empathy in cases of survival guilt and survival shame. Guilt and shame are feelings experienced by everybody. Furthermore, survival guilt and survival shame are common feelings among most clients traumatized by war and atrocities. After definition and clarification these feelings can be traced to a single source: the awareness of having failed, resulting in a victim's isolation and the bystanders' incomprehension. Since the Second World War psychotraumata of this kind confront therapists with various types of countertransference. Many therapists were and still are inclined either to adopt attitudes of avoidance or to dissolve in the stories of war victims. Usually both therapeutic approaches simply are counter-productive. How then can real empathy be achieved here? This article argues in favour of a therapist's thorough analysis of his countertransference and the development of the subtle capacity (hyperacusic) to discern survival guilt and survival shame.

Dit artikel werd eerder gepubliceerd in Tijdschrift voor Psychotherapie, 2, maart 2003

Over de auteur

[Drs. D. Wepster](#) is als psychotherapeut werkzaam bij de Stichting Centrum '45 te Oegstgeest. Hij is leertherapeut en supervisor van de Vereniging voor Cliëntgerichte Psychotherapie.

Literatuur

- **Bauman, Z.** (1991). *Modernity and the Holocaust*. Cambridge: Polity Press.
- **Bossenbroek, M.** (2001). *De Meelstreep*. Amsterdam: Bert Bakker.
- **Dam van, F.E.** (1999). *Schuldgevoel, schaamte en morele opvoeding*. Enschede: Ipskamp.
- **Goudsblom, J.** (1995). De functies van Schaamte. *De Gids*, 158, 333-339.
- **Hoedeman, J.** (1998). Dat komt door haar verleden. Interview met F. Karimi. *De Volkskrant*, 21 november 1998.
- **Laplanche, J., & Pontalis, J.-B.** (1983). *The Language of Psycho-Analysis*. Londen: The Hogarth Press and The Institute of Psycho-Analysis.
- **L'Espoir, A.** (1999, 19 oktober). Het andere gezicht [televisieuitzending]. Hilversum: IKON.

- **Levi, P.** (1987). *Is dit een mens*. Amsterdam: Meulenhoff.
- **Levi, P.** (1988). *Het Respijt*. Amsterdam: Meulenhoff.
- **Levi, P.** (1991). *De verdrinkenen en de geredden*. Amsterdam: Meulenhoff.
- **Milikowski, H.** (1973). *Sociologie als verzet*. Amsterdam: Van Genneep.
- **Niederland, W.G.** (1968). Clinical observations on the 'Survivor Syndrome'. *International Journal of Psycho-Analysis*, 49, 313-315.
- **Niederland, W.G.** (1981). The survivor syndrome: Further observations and dimensions, *Journal American Psychoanalytic Association*, 29, 413-425.
- **Niederland, W.G.** (1966). Ein Blick in die Tiefen der unbewältigten Vergangenheit und Gegenwart. *Psyche*, 20, 466-476.
- **Strien, A.P.M. van** (1999). *Empathie. Een kwaliteitsaspect van de psychoanalytische praktijk?* Amsterdam: Thela Thesis.
- **Tas, L.M.** (1993). Van 'body- gloss' naar schaamte. *Psychoanalytisch Forum*, 11, 32-70.
- **Vegh, C.** (1983). *Ich habe ihnen nicht auf Wiedersehen gesagt*. München: DTV.
- **Wiesel, E.** (1961). *De Nacht*. Amsterdam: Querido.
- **Wilson, J.P., Lindy J.D., & Raphael, B.** (1994). Empathic strain and therapist defense: Type I and II CTRs. In J. Wilson & J.P. Lindy (Eds.), *Countertransference in the treatment of PTSD* (pp. 31-61). New York: Guilford Press.

© Dirk Wepster

Centrum '45

Website: <http://www.centrum45.nl>

Rijnzichtweg 35

2342 AX Oegstgeest

Tel: 071-5191500

E-mail: mail@centrum45.nl
