

## **Masterclass Psychodrama Avans**

Op 1 oktober jl. vond de Masterclass Psychodrama en intiem geweld plaats, verzorgd door Peter John Schouten en Loes Stolker, op uitnodiging van het lectoraat huiselijk geweld en hulpverlening in de keten. Deze middag werd ook afscheid genomen van Wil Verhoeven die zes jaar betrokken was in de kenniskring van het lectoraat. Peter John en Loes zijn zeer ervaren maatschappelijk werkers en psychotherapeuten: ze hebben jarenlange ervaring in het werken met groepen mensen die geweld in de thuissituatie hebben meegemaakt. Edith en Sietske leerden Loes en Peter-John bij de FIOM kennen toen zij onderzoek deden naar hun groepsmaatschappelijk werk van volwassenen die als kind mishandeld waren. In 1997 verscheen het boekje *Oud zeer in beweging. Groepshulpverlening aan volwassenen die als kind mishandeld zijn*.

Tijdens deze interactieve workshop ervaren de deelnemers aan den lijve wat psychodrama inhoudt en teweeg kan brengen. Zelf beschrijven Peter John en Loes psychodrama als volgt:

*'Psychodrama is samengesteld uit twee woorden: psyche (ziel, bezieling) en drama (handeling). Door middel van een psychodrama proberen we in contact te komen met onze beweegredenen, met wat ons bezielt in wat wij doen.*

*Psychodrama is een methode om deze menselijke processen zichtbaar te maken en is ontwikkeld door Jacob Levi Moreno in de jaren twintig van de vorige eeuw. Het heeft intussen vele toepassingen in de sociologie, psychologie en psychotherapie. Het is een mooie, snelle manier om door ervarend leren belangrijke inzichten te verwerven.'*

### **Over de lijn**

Geweld roept hoe dan ook een reactie op; het doet wat met je. In plaats van een kennismakingsrondje over wie je bent en wat je doet (in woorden), starten Peter-John en Loes met 'Over de lijn' – psychodrama ten top, aldus Peter-John. Hij legt een lint dwars door het lokaal en nodigt de deelnemers uit om aan de andere kant van de lijn te gaan staan en de zin : Ik denk dat ik de enige ben die... aan te vullen. De overige deelnemers kunnen daarop reageren door ook over de lijn te stappen of aan deze kant van de lijn te blijven staan.

Wat er gebeurt, is ook daadwerkelijk psychodrama ten top: er wordt gelopen, er komen emoties over tafel, er ontstaat bezieling. Het is een eerste kennismaking met elkaar, en er ontstaat in no-time een heel intieme sfeer. Deelnemers uiten verbazing: 'Goh, ik dacht echt dat ik de enige was die dit of dat heeft meegemaakt'. En: 'Ik wist wel dat ik niet de enige was, maar dat er zoveel mensen zijn...'

### **Ervaringen delen en verdelen**

Door het 'spel' ontstaat verbinding tussen deelnemers door (deels) gedeelde ervaringen of herkenning doordat een naaste die ervaring heeft. Daarnaast ontstaat ook afstand en afstandelijkheid: ervaringen van slachtoffers komen tegenover die van plegers (PJ spreekt stevast over daders – omdat het over 'een daad van geweld' gaat), ervaringen in de familie die tegenover elkaar komen te liggen. 'Nee, daar voel ik me niet mee verbonden', 'Het voelt als verraad om aan

dezelfde kant van de lijn te staan als jij', 'Ik distantieer me van jouw ervaring'. Of: 'Maar wat jij hebt meegemaakt is veel erger, daaraan kan ik mijn ervaring niet meten, daarmee mag ik me niet verbinden'. Wat deze kennismaking daarmee ook duidelijk maakt: geweld verbindt, maar splitst ook.

Na een korte pauze gaan Peter-John en Loes verder in op dat laatste punt: geweld splitst. Het splitst tussen mensen onderling, zoals 'Over de lijn' duidelijk maakte. Het splitst ook in mensen zelf. Het is voelbaar dat geweld binnenkomt en 'iets' doet in je lichaam: 'iets' wordt geraakt en 'iets' vraagt om beweging. Zoals ze in de uitnodiging zeggen: we verkennen voorzichtig wat (seksueel) geweld doet met mensen en welke schade het aanricht op persoonlijk- en gezinsniveau.

Maar wat is dat 'iets' dan? PJ en Loes geven dit gevoelige en kwetsbare onderwerp liefdevol en voorzichtig vorm. Op lichtvoetige toon nodigen zij deelnemers uit 'op het podium' een rollenspel te spelen.

### **Slachtoffers en plegers, ook in onszelf**

Twee deelnemers vertolken het slachtoffer, twee deelnemers de pleger. Zij beelden een handeling van geweld uit: de pleger mishandelt het slachtoffer. Wat we zien gebeuren op het podium, gebeurt ook in de persoon in kwestie: er zijn meerdere reacties tegelijkertijd. In versimpelde vorm weergegeven, gaat dat ongeveer als volgt. Een deel in het slachtoffer weert zich af: 'Blijf van me af, ga weg'. Een ander deel reageert met angst en trekt zich terug. Een nieuw deel staat op: omdat vechten en vluchten geen reacties zijn die je de hele dag en in elke situatie kunt volhouden, ontstaat in het slachtoffer een derde deel, dat het gezicht naar buiten wordt. Maar dat is nog niet alles: er komt ook een deel van de dader in het slachtoffer: de overtuigingen, de stem, de handelingen van de dader vormen een apart deel in de slachtoffer. Een deel dat tussen de afgesplitste delen en het gezicht naar buiten komt te staan. Zeker in geval van seksueel geweld eigent de dader zich een deel van de persoonlijkheid van het slachtoffer toe, legt Peter-John uit.

### **Het innerlijke strijdtoneel in beweging brengen**

Met vier mensen op het 'podium' maken Peter-John en Loes dit heel inzichtelijk: 1 persoon staat voor (het gezicht naar buiten), 1 gezicht staat daar vlak achter (het geïnternaliseerde 'daderdeel' dat zegt: 'Ik hou jou in de gaten', 'het is ons geheim', 'jij deugt niet', 'het is jouw schuld', '...') en 2 delen daar weer achter (het deel dat angstig is, niemand vertrouwt, in elkaar duikt en het deel dat wil vechten, zich wil laten gelden, vindt dat je niet zo moet zeuren, ...). Het maakt zichtbaar dat het een drukte van belang is in het hoofd en het lijf van een slachtoffer. En het maakt het voelbaar hoe ingewikkeld het is te werken met zo'n 'samengesteld' persoon.

Dit slachtoffer treedt in contact met de buitenwereld. Wat heel ingewikkeld kan zijn, omdat het niet altijd duidelijk is, ook voor de persoon zelf niet, welk deel reageert. Er is behoefte aan erkenning – 'Zie je mij?' – maar er is ook wantrouwen – 'Wie ben jij, wat wil jij van mij?'. Of als iemand zegt: 'Ik vind jou aardig', gelooft het plegerdeel dat niet – want de overtuiging 'jij bent slecht, je deugt niet...' heeft postgevat in het systeem van het slachtoffer.

En zeker als een (potentiële) liefdespartner zelf bagage heeft (en wie heeft dat niet?) kunnen er heel ingewikkelde processen ontstaan: welk deel spreekt welk deel aan?

### **Herstelwerk en erkennen**

Hoe lossen we dit op?, vraagt Peter-John. De neiging is vaak om een hulpverlener het plegerdeel ertussenuit te halen en de delen met elkaar in gesprek te laten gaan en weer samen 1 te worden. Maar dat gaat niet zomaar: de overtuigingen van de pleger zijn vaak hardnekkig, de overige delen van het slachtoffer blijven ontredderd achter als het plegerdeel er plotseling tussenuit gaat: het is een onderdeel van de persoon, het is bekend, het beschermt ook. Bovendien kunnen de andere delen niet 'zomaar' weer met elkaar geïntegreerd worden. Er ontstaat een interne strijd: waar was je toen ik je nodig had? Jij dook weg. Jij hebt het erger gemaakt, jij had het kunnen voorkomen, ... Ook in de hulpverlener en in de omstanders brengt dit rollenspel van alles teweeg: herkenning, gevoelens van verbinding, maar ook angst, agressie, machteloosheid.

Om ervoor te zorgen dat de verschillende delen toch weer met elkaar gaan samenwerken en weer een geheel kunnen gaan vormen is een lange adem nodig, aldus Peter John en Loes. Veel aandacht en geduld is nodig voor de afzonderlijke delen en de daarbij behorende emoties en stemmen om uiteindelijk afscheid te kunnen nemen van de verschillende delen.

### **Afscheid nemen van oude patronen**

Ook van het daderdeel moet het slachtoffer afscheid kunnen nemen. Dat deel heeft namelijk verschillende functies en betekenissen in het slachtoffer, waarvan afstand moet worden gedaan om verder te kunnen. De dader staat voor de traumatische gebeurtenis op zichzelf, maar ook voor loyaliteit, ook fijne herinneringen en is rolmodel. Afscheid nemen is dus veelomvattend. Peter John besluit de bijeenkomst door te zeggen dat het meest helend voor het slachtoffer is als de dader zelf een rol kan spelen: door tenminste te erkennen dat het geweld heeft plaatsgevonden en in het ideale geval excuses te maken. Daarmee neemt de dader als het ware het daderdeel terug.

### **Vakmanschap en vaardig handelen**

Al met al was het een bijzondere bijeenkomst waarin Peter-John en Loes hun rol als liefdevolle doch stevige begeleiders in optima forma gestalte hebben gegeven: ze maken inzichtelijk en invoelbaar wat geweld doet met mensen, bewaken de veiligheid van de individuele deelnemers en de groep in zijn geheel en stroomlijnen het proces. Peter John verplaatst eens iemand, vraagt door: wat gebeurt er met je? Wat heb je nodig? Wie kan hier helpen? En Loes overziet het geheel, vult aan en stimuleert: ga jij daar maar staan, help hem maar. Het soort begeleiders dat elk slachtoffer van intiem geweld verdient.

Edith Geurts, inhoudsdeskundige kindermishandeling en huiselijk geweld, The next page.