

Trauma en weerbaarheid

Pien van der Hoeven

De Griekse oorlogsheld Ajax raakte volgens Homeros tijdens de tienjarige Trojaanse Oorlog in geen enkel duel of slag gewond. Zoals de Grieken zeiden: hij keerde zonder τραῦμα (trauma) terug van het slagveld. Maar thuisgekomen was hij zichzelf niet meer. Zijn vrouw en zoon herkenden hem nauwelijks, zo gesloten, bedroefd en opvliegend gedroeg hij zich. Sofokles beschrijft in zijn tragedie *Ajax* hoe de titelheld op een dag in een roes een kudde schapen afslacht die hij voor de vijand aanziet. Eenmaal ontwaakt, komt Ajax tot de ontdekking welk bloedbad hij heeft aangericht en stort hij zich uit schaamte op zijn zwaard.

Dit verhaal van Ajax is het uitgangspunt van het essay waarmee de jonge, aanstormende historicus Arjen van Lil afgelopen najaar de Elise Mathilde Essayprijs heeft gewonnen.¹ Van Lil stelt dat we tegenwoordig in het gedrag van de Griekse oorlogsheld posttraumatische stressstoornis (PTSS)

herkennen. Ajax die volgens de Grieken zonder trauma van Troje huiswaarts keerde, was naar onze huidige maatstaven een getraumatiseerde man. De verklaring voor deze discrepantie ligt in de betekenisverschuiving van het woord trauma. Wij ontleen dit woord aan het oud-Grieks, waar het de betekenis van een *fysieke* wond had. En nog steeds is dit een van de betekenissen van het woord. Toen ik vorig jaar ten val kwam op een Italiaanse berghelling, werd ik met mijn gebroken schouder afgevoerd naar de traumakliniek. Hier werden de kleren van mijn lijf geknipt en kreeg ik een oversized T-shirt aan met daarop in joekels van blauwe letters het woord 'trauma'. Over het algemeen wordt tegenwoordig met trauma echter niet meer naar een fysieke wond verwezen, maar naar *psychisch* leed dat iemand kan overhouden aan een schokkende ervaring.

Het essay van Van Lil is even rijk als vindingrijk; het meandert door heden en verleden, langs psychiatrie en geschiedenis en legt originele verbanden. Toch becroop mij onder het lezen een toenemende wrevel, niet met het essay, maar met de tijdgeest. We zijn geobse-



¹ Arjen van Lil, *Diagnose: verleden tijd*. Elise Mathilde Essayprijs 2024, Koninklijk Nederlands Historisch Genootschap. Zie: https://knhg.nl/wp-content/uploads/2024/10/Essay_Arjen_van_Lil_Diagnose_verleden_tijd.pdf.

deerd door trauma en leven in de waan dat we voor alle ellende die ons treft, kunnen en moeten worden gecompenseerd. Neem de toeslagenaffaire. Die begon met de bestrijding van nog geen 10 miljoen euro aan fraude. Die fraudebestrijding vloog door discriminatie uit de bocht en de aanpak daarvan is vervolgens ontaard in een politiek van angst om mensen hun trauma te ontkennen. De compensatie van de 'brede gevolgen' van de fraudebestrijding gaat de staat – ons allemaal dus – meer dan 10 miljard euro kosten. Een deel van de afwikkeling van de gevolgen is neergelegd bij dezelfde instelling waar Van Lil als onderzoeker werkt: ARQ Nationaal Psychotrauma Centrum.

Dit instituut – of althans een voorloper ervan – is oorspronkelijk opgericht voor de behandeling van Nederlanders die in de Tweede Wereldoorlog getraumatiseerd waren geraakt. Aanvankelijk werden deze overlevenden van de concentratiekampen behandeld voor het KZ-syndroom, totdat PTSS uit de Verenigde Staten kwam overwaaien. Die stoornis werd onder invloed van de lobby van Amerikaanse Vietnamveteranen in 1980 officieel erkend als psychiatrische aandoening. Met PTSS werd het traumabegrip ook in Nederland losgemaakt van de verschrikkingen van de Tweede Wereldoorlog. Psychotrauma kon volgens deze leer ontstaan door allerlei externe stressors: een verkeersongeluk, bankoverval of brand. De medische erkenning van PTSS betekende dat overheid en verzekeraars over de brug moesten komen met financiële compensatie. Trauma werd een verdienmodel. Er kwamen instituten, tijdschriften, trainingen, hoogleraren. Had de mens vroeger de neiging zich te schamen over onheil dat hem of haar overkwam, nu streefde iedereen juist naar de erkenning, en compensatie, van het psychische leed. 'Slachtofferitis' noemde socioloog J.A.A. van Doorn dat treffend.²

Een andere socioloog, Jolande Withuis, schreef aan het begin van deze eeuw een goed boek over de naoorlogse ontwikkeling van het zwijgen en verdringen van trauma tijdens de Wederopbouw, in de jaren van gebrek, naar het praten en navelstaren in de jaren van overvloed, die daarop volgden. Withuis veronderstelde dat deze

maatschappelijke ontsporing al tot een climax was gekomen.³ Maar meer dan twintig jaar later kunnen we vaststellen dat de maatschappij op dit gebied nog verder uit de rails is gelopen. De obsessie met trauma is een onwenselijk bijproduct van de naoorlogse welvaart en 75 jaar vrede. Een teken van een decadente maatschappij.

En zo zitten we hier in Europa in een behoorlijk schizofrene situatie: aan de ene kant zijn er de weekdieren zoals wij met hun wisselvallige trauma's en aan de andere kant staan mensen op hun tandvles in loopgraven hun land te verdedigen en werkelijke trauma's op te doen. De tegenwoordige manier van oorlogvoering roept ook meer trauma's op, omdat soldaten veel vaker en langer blootstaan aan geweld.⁴ Het probleem aan de fronten in Oekraïne is: het gaat maar door. Ajax maakte tijdens de tienjarige Trojaanse Oorlog veldslagen, belegeringen en hinderlagen mee, hij duelleerde, maar met flinke tussenpozen, niet aan één stuk door.

Dat we sinds de jaren zeventig van de vorige eeuw zijn gaan praten over emoties is winst. Laat daar geen misverstand over bestaan. Ook de toegenomen compassie is een groot goed. En het is beter om trauma's te verwerken dan ze te verdringen. Maar zijn we niet doorgeslagen? We koesteren de illusie dat het leven een ideaal kan benaderen en dat alles wat ons overkomt dat niet met dat ideaal strookt compensabel is. Ooit, in de verre of nabije toekomst, zullen ook wij weer in een oorlog betrokken raken en we kunnen het ons niet permitteren om dan nog naar onze navel te staren. Hoe kun je in zo'n cultuur nog weerbaar zijn? ■

2 J.A.A. van Doorn, *HP/de Tijd*, 12 maart 1999.

3 Jolande Withuis, *Erkenning. Van oorlogstrauma naar klaagcultuur* (Amsterdam, De Bezige Bij, 2002).

4 Gwynne Dyer, *The shortest history of war* (Exeter, Old Street Publishing, 2022) 31.