

Bespreking: Guus van der Veer

Kitty van der Heijden: ‘Trauma ervaringen’ Verhalen van mensen met PTSS en hun naasten. Uitgeverij Hogrefe Uitgevers, Amsterdam 2011, ISBN 9789078729524 (PTSS (Post- Traumatische Stress Stoornis)/Geestelijke gezondheidszorg/AG/1) Zie ook: www.hogrefe.nl

Soort boek/ziekte/stijl: Het boek, dat 152 pagina's telt, geeft, op basis van interviews met twaalf mensen die last hebben van een posttraumatische stress stoornis (PTSS), drie betrokken gezinsleden en vier deskundigen, systematisch geordende informatie over psychotrauma, de PTSS en enkele van de behandelingsmogelijkheden.

Over de schrijfster: Kitty van der Heijden studeerde arbeids- en organisatie-psychologie en communicatiewetenschap aan de Universiteit van Amsterdam. Ze is werkzaam als freelance arbeids- en organisatiepsycholoog, gespecialiseerd in testontwikkeling en assessmentinterviews.

Korte beschrijving: Het boek bevat, na een korte introductie van alle geïnterviewden, thematische hoofdstukken. Ze gaan over psychotrauma en PTSS, traumaklachten, de gevolgen van PTSS voor het individu, de gevolgen van PTSS voor relatie en gezin, de behandeling van PTSS, verwerkte trauma's en betekenisgeving, tips voor mensen met PTSS en tips voor betrokkenen. Uit de interviews zijn fragmenten geselecteerd die de betreffende hoofdstukken illustreren. Daarnaast komen de verhalen van twee geïnterviewden, een politieagente en een in zijn kinderjaren seksueel misbruikte man, in aparte hoofdstukken wat uitvoeriger aan de orde.

Wat viel op: Opvallend is dat alle geïnterviewden in Nederland geboren en getogen Nederlanders zijn, geen allochtonen of asielzoekers. Het is dan ook de vraag in hoeverre die lezersgroep zich in de interviews zullen herkennen. Ook viel op dat de psychotherapeutische behandelingsvormen die in het boek besproken worden, exposure of EMDR behandelingen zijn. Dat zijn twee behandelingsvormen waarin de cliënt werkt met pijnlijke herinneringen en de daarmee verbonden emoties. Andere behandelingsvormen, bijvoorbeeld gericht op in het hier en nu actief omgaan met symptomen, bijvoorbeeld door adem oefeningen of cognitieve gedragstherapie worden in dit boek niet beschreven.

Citaten: Pag. 26: “De symptomen. Traumaklachten kunnen zich op allerlei manieren uiten. Sommige mensen hebben dagelijks last van intense herbelevingen waarin ze het trauma opnieuw meemaken. Bij anderen staat de hyperalertheid op de voorgrond, waardoor ze elke situatie scannen op potentieel gevaar. De symptomen van PTSS zijn ingedeeld in drie groepen, en mensen met de diagnose PTSS hebben last van een of meer klachten uit elke groep symptomen”.

Pag. 49: *Yentl*: ‘Ik ben altijd heel onrustig in mijn hoofd. Al zo lang ik mij kan herinneren slaap ik heel slecht. Ik ben hyperalert. Vaak hoor ik dingen veel eerder dan anderen. Mijn voelsprieten staan 2 uur per dag op scherp. Dat is dodelijk vermoeiend, van mij mogen die sprieten best eens een dagje “uit”staan. Ik kan heel heftig schrikken, soms val ik zelfs flauw. Het meest schrik ik van een onverwachte aanraking. Een goed bedoeld schouderklopje kan een ander zo een gebroken kaak opleveren.’

Pag. 79: *Aalderik*: 'Mijn PTSS-klachten zijn een zware belasting voor ons gezin. Mijn vrouw heeft eigenlijk niet twee kinderen, maar drie. Zij moet er steeds weer voor zorgen dat ik rustig word na een paniekaanval. Ze bemiddelt als mijn zoon en ik weer eens botsen. (..) Als de kinderen schreeuwen ben ik in gedachten weer terug in het vluchtelingenkamp in Bosnië.'