

Paul Custers: 'Aafje' En dan grijpt ze, na heel veel jaren, toch die moedige kans op een eigen leven. Uitgeverij Boekenplan i.s.m. Landelijke stichting Zelfbeschadiging, Maastricht 2013. ISBN 9789086663132 (Zelfbeschadiging/Automutilatie/ Seksueel misbruik/ Incest//Ontkenning/Suicide/Post traumatische Stress Stoornis/ /Stemmen/Dissociaties/Confrontatie/ Eenzaamheid/Stigma/ Schuldgevoel/PO)

Soort boek/Ziekte stijl: Het door Paul Custers opgeschreven waargebeurde verhaal van Aafje, een vrouw van inmiddels 51 jaar, die na de geboorte van haar dochter, het vierde kind, zichzelf gaat beschadigen. Aafje kon na deze geboorte niet meer om haar traumatische jeugd heen, waarin ze seksueel werd misbruikt door haar vader en haar broer. De hulpverlening leverde gedurende lange tijd, zestien jaar, niet veel op, Aafje werd ook niet geloofd. Ze ging zichzelf snijden, deed suïcidepogingen. Ze werd onvriendelijke bejegend gedurende behandelingen in de psychiatrie en op de spoedeisende hulp.

Gedurende zes maanden spraken Custers en Aafje over haar jeugd, eenzaamheid, kilte, wreedheid, machteloosheid, veerkracht, loslaten en verder gaan. Daarnaast bekeek hij oude dossiers en probeerde hij - meestal tevergeefs - in contact te komen met voormalige behandelaren van Aafje.

Tenslotte wordt duidelijk dat er wel goede hulp kan zijn. Die moet aansluiten bij de wereld van Aafje, serieus nemen wat Aafje zegt, ook als het verschillende personen zijn die in het hoofd van Aafje zitten. Katharina, een ambulante therapeute, kan dat. Ze luistert naar haar, stelt vragen en kan haar een spiegel voorzetten. Daardoor krijgt Aafje krijgt weer de regie over zichzelf en haar leven. Gelijkwaardigheid en een intensieve aanpak zijn daarvoor noodzakelijk. Aafje krijgt haar leven, na dertien jaar psychiatrie en suïcide pogingen op de rails, heeft een nieuwe partner, werkt als overblijfmoeder op een school en doet de opleiding pedagogische hulpverlening. Boek van 193 pagina's met zwart-wit foto's.

<http://www.zelfbeschadiging.nl/pagina/249/> : 'De Landelijke Stichting Zelfbeschadiging wil inzicht geven, begrip vergroten en aanzetten tot effectievere hulpverlening voor volwassenen met langdurend vroegkinderlijk trauma die zichzelf op latere volwassen leeftijd beschadigen. Dit wil de stichting doen door de uitgave van het door journalist Paul Custers geschreven boek 'Aafje', gekoppeld aan trainingen en voorlichting. De stichting vindt het van belang dat ander mensen kennis nemen van de ervaringen van Aafje en hoe zij grip kreeg op haar verleden en toekomst. Het boek komt tot stand met behulp van subsidie van Fonds Psychische Gezondheid.'

Over de schrijver:

Paul Custers (1951) is journalist, studeerde journalistiek, Communicatie en Voorlichting en Sociale Wetenschappen in Utrecht. Hij werkte vele jaren in verschillende banen, onder andere bij het Limburgs dagblad en organisaties in de gezondheidszorg. Hij werkte als Hoofd Voorlichting en Communicatiespecialist onder andere voor Het Landelijk Vormingswerk Jong Volwassenen, het Humanistisch Verbond en het Gemeentelijk Vervoerbedrijf Utrecht. Hij was persvoorlichter, woordvoerder en communicatiespecialist, lobbyist en persoonlijk woordvoerder van de burgemeester van Utrecht.

Sinds 2008 werkt hij als ZZP' er vanuit zijn bedrijfje Alibe communications. Paul Custers is getrouwd, heeft twee dochters en is opa van Boaz.

Custers (<http://www.alibe.nl/communicatie/>) 'Mijn inzet is om zo snel mogelijk te

doorgronden wat de opdrachtgever wil, welke toegevoegde waarde vanuit (een zo breed mogelijke) communicatie daaraan geleverd kan worden en hoe dat dan met optimaal effect kan worden ingezet. Mijn kracht zit 'm in no nonsense aanpak, resultaatgerichtheid en een constructief-kritische advisering. Ik heb een goede intuïtie als het gaat om kansen en bedreigingen. Ik kan snel de schakeling maken van analyse naar implementatie.'

Bespreking;

Custers begint het boek met een korte introductie over het leven van Aafje, hoe dat is gelopen om vervolgens een verslag te geven van een interview waarbij hij vroeg naar foto's. Zo komt hij gedurende het hele boek terug op zijn rol als journalist en onderzoeker, terwijl het verhaal van Aafje zich ontrolt. We lezen ondertussen hoe Aafje opgroeide, zij als heel jong kind (drie jaar) door haar vader misbruikt werd en vanaf haar twaalfde, toen haar vader ermee gestopt was, door een broer. Haar vader terroriseerde het gezin, was agressief, sloeg. Aafje hield van haar moeder, maar dat deze kon niet tegen haar vader op. Aafjes moeder stierf toen zijn 22 was.

Aafje trouwt met een man die ze vertelt wat er aan de hand is geweest. Hij staat achter haar, probeert haar vader te laten bekennen, maar dat lukt niet. Zij starten een eigen bedrijf, kopen een oude boerderij en gaan die opknappen. Ze krijgen drie zonen en als laatste kind een dochter. Na de bevalling van haar dochter komen bij Aafje traumatische herinneringen terug waar ze niet mee om kan gaan. Een gang door de gezondheidszorg die jarenlang duurt verwoest haar leven: ze wordt psychiatrische patiënt, wordt regelmatig in de isoleer gezet, niet geloofd, niet gezien. Ze krijgt last van stemmen, wanen, pleegt suïcide pogingen, gaat zichzelf snijden. Deze periode duurt jaren. Aafje klaagt haar vader aan, maar kan in de rechtszaal niet over haar incest verleden spreken. Ze moet dan details en data noemen, hoe de verkrachtingen plaatsvonden, waar, en dat kan ze niet. Ondertussen gaat haar huwelijk kapot en mag ze haar kinderen maar af en toe nog zien.

Pas als ze Katharina, een ambulante therapeute, tegenkomt en contact krijgt met de Landelijke Stichting Zelfbeschadiging komt er langzaam maar zeker verbetering.

Aafje kan de knop omzetten, ze gaat op zichzelf wonen, ontmoet een nieuwe vriend, doet vrijwilligerswerk en een studie: ze krijgt haar leven weer op de rails.

Wat viel op:

-Hoezeer het leven van Aafje gedurende jaren wordt verpest door wat zij in haar jeugd heeft meegemaakt.

-Dat het lang duurt voor Aafje de juiste hulpverlening vindt. Dan is ze al talloze keren opgenomen geweest en is haar gezinsleven verwoest. Goed, dat de LSZ aan dit boek trainingen en voorlichting koppelt.

-Custers schrijft naast de interviews met Aafje ook over zijn zoektocht naar informatie, hoe vaak hulpverleners en behandelend artsen weigeren om een gesprek met hem aan te gaan. Daarmee wordt nog meer getoond hoeveel taboes en stigmatisering incest en seksueel misbruik met zich mee brengt. Hij schrijft ook over hoe de gesprekken zijn verlopen en hoe moeizaam de eerste gesprekken verliepen, hoe serieus hij haar verhaal neemt en met de aanvullende informatie laat zien hoezeer Aafje moet bewijzen dat zij slachtoffer is, terwijl de dader niets hoeft te doen.

-Wat het boek maken voor Aafje heeft betekent.

- De lijst met opnames en consulten vanaf 1998-2013 (pag.184-185), en de lijst met diverse soorten medicijnen (186-187) die Aafje heeft moeten slikken gedurende vele jaren.

-Een verhelderend boek dat ook vele hulpverleners moeten lezen en serieus nemen.

Citaten:

Pag.7-8: 'Een tweede categorie foto's bestaat uit verscheurde en verknipte afbeeldingen. Haar vader is overal minutieus verwijderd. De eerste is een halve trouwfoto.(...) "Kijk, hier heb ik mijn vader afgeknipt en hier en hier ook. Ik heb de foto's van hem alleen eerst verscheurd en daarna verbrand. Ik weet dat je dat overdreven vindt, maar het is mijn manier om echt met hem af te rekenen, om hem niet meer aanwezig te laten zijn in mijn leven."

Pag.64-65: 'In mij zitten stemmen die zeggen dat ik moet snijden.(...) Aafje gaat van paviljoen naar paviljoen. De hulpverleners voelen zich machteloos en in toenemende mate lukt het hen niet om hun boosheid te verbergen achter professionele hulpverlening.'

Pag.76: 'Ik kan het niet. Ik kan in de rechtszaal niet alle details vertellen Er zijn allerlei mensen bij en ik vind het echt te moeilijk.'

Pag.89: 'De kinderen mogen mij maar heel beperkt bezoeken. En als ze komen, dan is mijn man erbij.'

Pag. 106: 'Een rotleven, het is oorlog in mijn hoofd, de hulpverlening is een nieuw trauma, wie haalt me hieruit, wie...?'

Pag.180:" Dit boek is voort Aafje een bevrijding. Het is een nieuwe stap in de onthechting van het verleden. Het is het losmaken van de zwijgzame ketting. Het doorbreken van een allesverwoestende cirkel. Maar bovenal is het voor haar heel belangrijk dat mensen in nood kunnen zien dat er eigenlijk nooit iets helemaal verloren is. Het is belangrijk dat iedereen aan wie ze dat had willen vertellen, het nu kan lezen. De woorden zijn terug.'

Pag.191: (Journalist Custers) 'De gesprekken met Aafje hebben voor mij de vraag opgeroepen of de hulpverlening in staat is zich te bezinnen op betere hulp, meer empathie en het verder 'neerdalen' uit de ivoren toren van procedures, clichés en de onterechte3 ongelijkheid tussen hulpvrager en hulpverlener.'

Extra:

<http://www.youtube.com/watch?v=OVZEf6GZVso>

<http://www.zelfbeschadiging.nl/pagina/254/>

'Vroegkinderlijke chronische traumatisering, waaronder seksueel misbruik, fysieke en emotionele verwaarlozing en geweld, is een maatschappelijk probleem. Jaarlijks worden zo'n 110.000 kinderen langdurig mishandeld. Meer dan 1 miljoen volwassenen lijden onder de gevolgen. Vroegkinderlijk trauma kan onder andere leiden tot zelfbeschadiging, het horen van stemmen en suïcide.'

(...) Naar aanleiding van het boek 'Aafje' verzorgt de LSZ bijeenkomsten voor ggz instellingen en andere geïnteresseerden. Voor een impressie van de bijeenkomst in Dijk en Duin op 3 oktober jl. lees verder. “