

2018

Omgaan met oorlogs- en geweldsgetroffenen in hun laatste levensfase

Workshop 'Sterven met de oorlog'
- en andere traumatische gebeurtenissen -
in hospices en in de palliatieve terminale
(thuis)zorg



In de palliatieve terminale zorg krijgen vrijwilligers en medewerkers te maken met mensen met een traumatisch en (deels) onverwerkt oorlogsverleden. Vaak is dit verborgen problematiek die moeilijk te herkennen is, omdat het verband met vroegere trauma's lang niet altijd duidelijk is.

Oud met de oorlog

Veel mensen hebben in de Tweede Wereldoorlog ingrijpende gebeurtenissen meegemaakt. Daarbij kan gedacht worden aan bijvoorbeeld Joodse overlevenden van concentratiekampen, veteranen, mensen uit het voormalig Nederlands-Indië, burgers getroffen door bombardementen.

Oorlogservaringen grijpen diep in een leven in. Sommige mensen hebben een leven lang last van traumatische oorlogservaringen. Anderen echter slagen erin de herinneringen van de ingrijpende oorlogsgebeurtenissen heel goed 'weg te stoppen'. Zij zijn erin geslaagd een nieuw leven op te bouwen, zijn getrouwd, kregen kinderen en hebben carrière gemaakt. Daardoor kwamen deze herinneringen en de daarbij horende gevoelens niet aan de oppervlakte, behalve soms in nachtmerries.

Ook andere schokkende gebeurtenissen zoals bv. incest, huiselijk geweld, kunnen net zo diep ingrijpen in iemands leven.

Met het stijgen der jaren neemt de energie af die nodig is voor dit 'wegstoppen'. Normale levensgebeurtenissen ('life-events') roepen herinneringen op aan traumatische gebeurtenissen en de daarbij behorende gevoelens van toen.

Sterven met de oorlog

Het naderende levenseinde betekent voor mensen die zoveel doodsdreiging hebben ondergaan soms (onbewust) dat ze toch nog ingehaald worden door de dood. Loslaten van het leven kan daarmee een moeilijk, pijnlijk en langdurig proces worden. De existentiële angst voor de naderende dood raakt aan de angst ten tijde van de traumatische gebeurtenis(sen). Angst om overgeleverd te zijn aan de omgeving en aan de ongewisse dingen die komen, doet oude onmachtgevoelens herleven. Ook cognitieve achteruitgang en bewustzijnsvermindering dragen bij aan herbelevingen van traumatische ervaringen uit het verleden.

Triggers

Er kunnen veel prikkels in de omgeving van een stervende zijn die oude traumatische ervaringen doen herleven. Allerlei situaties en gebeurtenissen kunnen de aanleiding vormen voor veel spanning, onrust, verdriet, angst en woede. Enkele voorbeelden van mogelijke triggers zijn plotselinge of harde geluiden (bv. de sirene op de eerste maandag van de maand) of geuren (bv. schoonmaakmiddel). Omdat deze triggers vaak persoonsgebonden zijn en zich onverwacht voordoen, is het moeilijk daarop te anticiperen. Toch is het goed voor de vrijwilliger of medewerker om zich bewust te zijn van de mogelijke aanwezigheid hiervan. In het kennismakingsgesprek en in het contact met de familie naderhand is het raadzaam om te bespreken op welke zaken gelet moet worden. Ook met betrokkene zelf.

Familie

Traumatische oorlogservaringen trekken niet alleen een zware wissel op de getroffene zelf, ook de partner en kinderen leven soms jarenlang met het moeilijke en vaak niet te begrijpen gedrag van hun door de oorlog getroffen ouder of partner. Voor de partner is het een grote belasting om dit gedrag zodanig op te vangen dat de kinderen er niet te veel last van hebben. Naast het feit dat traumatische oorlogservaringen de betrokkene zelf veel schade doet, snijdt het soms ook diep in het leven van de kinderen. Het is goed om als vrijwilliger of medewerker hier begrip voor te tonen.

Helpende reacties

In hospices en VPTZ-instellingen geven vrijwilligers en medewerkers een liefdevolle, warme en deskundige begeleiding aan stervenden. Signaleren van problematiek die de laatste levensfase van iemand bemoeilijkt en het bieden van verlichting horen daarbij. In de workshop wordt daarom ook aandacht besteed aan mogelijke adequate reacties die je kunt hanteren bij getraumatiseerde mensen. Daarbij kan gedacht worden aan bijvoorbeeld hoe jij reageert op herbelevingen, heftige emoties en verhalen over de oorlog.

Workshop

Voor vrijwilligers en medewerkers in hospices en terminale zorgverlening (VPTZ) en voor hulpverleners in de palliatieve zorg worden workshops op locatie georganiseerd. U leert welke invloed oorlogs- en geweldservaringen kunnen hebben op de laatste levensfase en het stervensproces. Centrale vragen daarbij zijn: hoe herken ik oorlogs- en geweldsproblematiek en hoe kan ik daar adequaat mee omgaan in de zorgverlening? Ook is er veel aandacht voor de partner, de kinderen en gezinsdynamiek. Een belangrijk onderdeel is de zelfzorg voor de vrijwilliger/medewerker.

Tijdstip

Deze workshop (voor 12-25 deelnemers) duurt 3 uur. De datum wordt in overleg bepaald.

Locatie

De workshop wordt uitgevoerd op uw locatie.

Kosten

De kosten bedragen € 200,- voor de workshop plus reiskosten.

Meer informatie?

Kijk op onze website onder 'Workshops en presentaties' <http://www.oorlog.arq.org/home> of neem contact op met Josée Netten, telefoon 088-33 05 172, email: j.netten@arq.org (ma t/m wo).



**Arq Kenniscentrum Oorlog,
Vervolging en Geweld (was
voorheen Stichting Cogis)**

**Nienoord 5
1112 XE Diemen
Tel: 088 33 05 190**