

Psychologen op school ofwel Psychoman in action I

Peter J. van Koppen

Ik ben één keer op Sri Lanka geweest. Ik kwam met mijn gezin aan op 25 december 2004. Op tweede Kerstdag hebben we voor ons leven gerend, daarna anderhalve dag in een vluchtelingenkamp gezeten en nog een dag op het vliegveld gehangen. We gingen met het eerste vliegtuig terug naar Amsterdam. Wat wij meemaakten is *peanuts* vergeleken met wat veel anderen daar meemaakten. Wij waren er alle vijf nog, bijvoorbeeld. Maar ik had er wel last van, aanzienlijk meer dan mijn vrouw en kinderen. Ik beschouw mijzelf als iemand die redelijk sterk in de schoenen staat, maar ik ben zeker twee maanden behoorlijk van slag geweest. Gelukkig, zou je zeggen, werd er veel hulp aangeboden door Psychoman en zijn consorten. Dat begon al in het vliegtuig terug waarin elf hulpverleners van allerlei slag meevlogen om passagiers bij te staan. Later ging het aanbod door. Gelukkig heb ik er geen gebruik van gemaakt. Wellicht zat ik dan nu in de wao.

Het was niet alleen een angstige – en in zekere zin bijzondere – ervaring. We hadden daarna een groot schuldgevoel. Mijn vrouw nu weer meer dan ik. Wij waren zo snel mogelijk vertrokken naar uiterst veilige Hollandse oorden zonder dat wij onze handen uit de mouwen hadden gestoken. Ik had mensen psychisch bij kunnen staan en de rest van mijn gezin had altijd nog stenen kunnen sjouwen. Dat deden we niet.

Die drang om te helpen is bij ons psychologen een soort aangeleerd oergevoel. Overal waar psychisch leed dreigt, willen wij de lijdenden direct bijstaan. Dan komt Psychoman met wapperende mantel aanvliegen, de grote 'P' op zijn buik schitterend in de zon. Dat gebeurt vooral als het leed spectaculair is. Soms brengen bijvoorbeeld ouders hun kinderen om het leven en dan kunnen alle kinderen op de school waar de slachtoffers zaten, rekenen op psychologische bijstand. En niet alleen zij, maar ook broertjes, zusjes en ouders.

Bij dit soort optreden moet je altijd twee vragen stellen: helpt het en doet het geen kwaad? Over het antwoord op de eerste vraag kunnen we debatteren. Er is inmiddels een groeiende literatuur – die is te vinden onder het trefwoord *resilience* – die laat zien dat het overgrote deel van de mensen bij het overgrote deel van de nare ervaringen na enige tijd zonder enig blijvend probleem is. Het nuttig effect van het werk van psychologen zal dus in ieder geval beperkt blijven tot een gering aantal minder veerkrachtige mensen.

Maar ook bij dat beperkte deel van de mensen moet men zich afvragen of Psychoman wel helpt. Mijn Tilburgse collega Frans-Willem Winkel – die van nare ervaringen en hun gevolgen veel meer weet dan ik – leerde mij dat het ontwikkelen van zoiets als posttraumatische

stresstoornis slechts voor een gering deel afhangt van de ernst van de nare ervaring. U ziet, ik probeer zorgvuldig het woord 'trauma' te vermijden. Psychologen hebben die term van artsen gejat en die bedoelen er echt iets anders mee, namelijk iets dat zichtbaar bestaat en nogal levensbedreigend kan zijn. De psychologen confisqueerden die term voor van alles en nog wat, voor nare ervaringen van wisselend allooi.

De gevolgen van erg nare ervaringen hangen zeker even sterk samen met de predispositie van de betrokken persoon. Sommigen ontwikkelen veel eenvoudiger een PTSD dan anderen. Ook daarin zitten weer allerlei variaties. Er zijn mensen die gewoon niet erg sterk in hun schoenen staan en door een nare ervaring meer van slag raken dan anderen. Maar er zijn ook mensen die aan de nare ervaring ziektevoordeel behalen. In extremo: 'Ik ben niet uit mijzelf gek, maar ik ben gek gemaakt door wat ik meemaakte.'

Als Psychoman komt invliegen, betekent dat vanzelf een soort benadering van deze mensen die wel eens het ontwikkelen van stoornissen als PTSD zou kunnen bevorderen. De hulp van een psycholoog benadrukt de ernst van de ervaring; het benadrukt juist niet de *resilience*, de veerkracht van de mensen. Sommige mensen hebben gewoon een schop onder hun kont nodig en moeten verder niet zeuren. Daarmee worden zij meer geholpen dan met een empathische blik. Maar dat doe je natuurlijk niet midden in de storm die de dood

van het kind op een school heeft veroorzaakt.

Ondertussen moet Psychoman zich serieus afvragen wat hij na bijzondere gebeurtenissen op sommige scholen te zoeken heeft. Wellicht moet hij wel komen in Hogerheide waar Jesse Dingemans op de school in zijn eigen klaslokaal om het leven werd gebracht door Juliën C. Als het op school is gebeurd, is het natuurlijk nogal bedreigend voor de kinderen. Maar het is niet direct nodig als een kind thuis om het leven is gebracht om niet alleen de klas waar dat kind in zat in behandeling te nemen, maar ook nog alle belendende klassen.

Aan het optreden van Psychoman op deze manier zit nog een andere kant die mij niet zint. Is het nu echt nodig om bij iedereen altijd en onder alle omstandigheden het handje vast te houden? Als er echte problemen zijn, vinden de mensen heus wel de weg naar de RIAGG of naar andere hulp. Vroegtijdig optreden zou er wel eens voor kunnen zorgen dat psychologen mensen in de wao helpen.

Volgende keer heb ik het over nog meer schade die Psychoman aanricht op scholen.



pvan Koppen@nscr.nl