

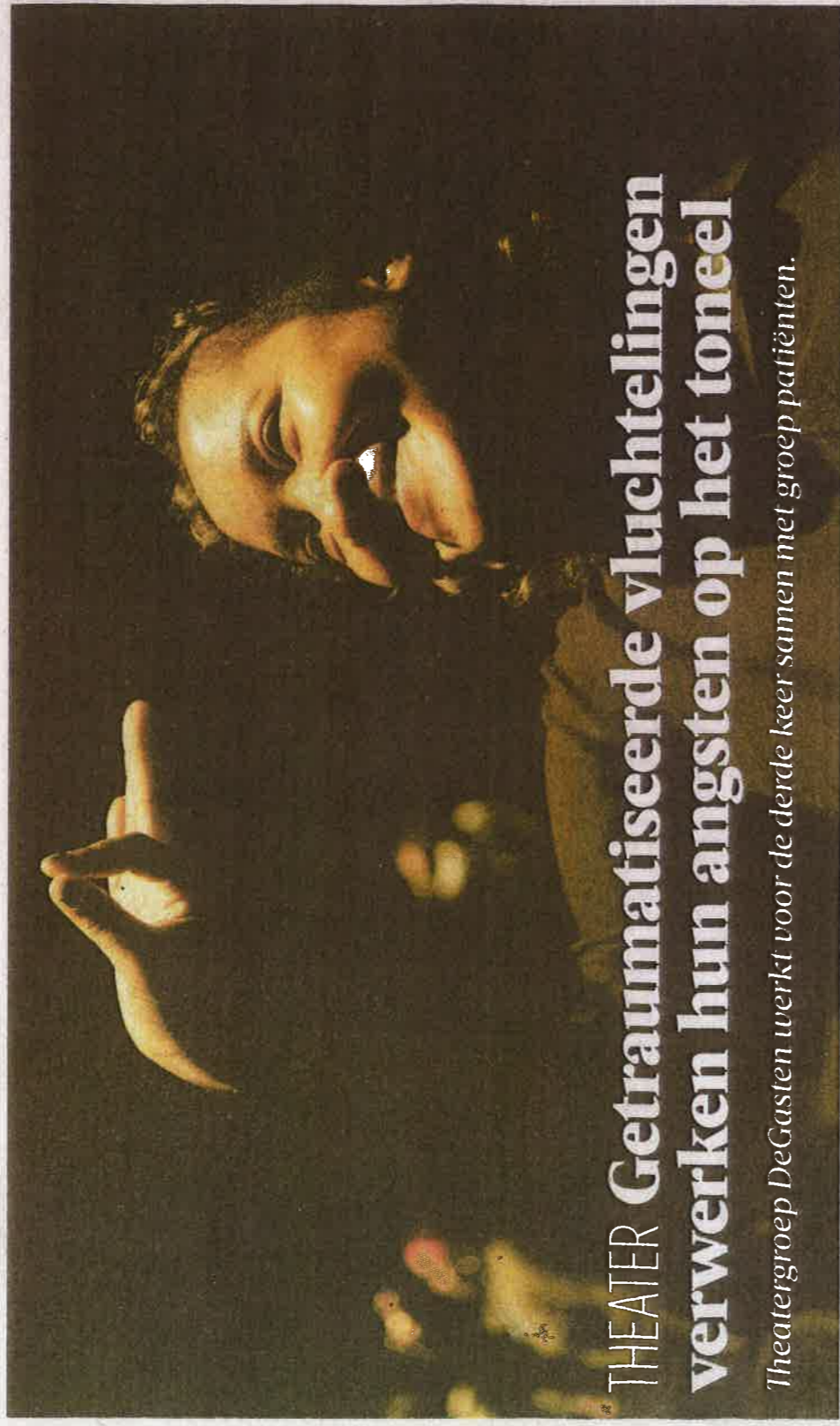
De (on)vertelde stad

In hun programmalijs *De (on)vertelde stad* vertelt Frascati verhalen uit Amsterdam die normaal gesproken geen podium krijgen. Daarvoor koppelen zij theatermakers aan instellingen als Milieudefensie, Veteraneninstituut Nederland en

De Bascule, een instelling voor kinder- en jeugdpsychiatrie. In samenwerking met woningstichting Rochdale vertelt Hanna Timmers in *Radio van Deyssel* verhalen uit de Lodewijk van Deysselbuurt. De vierde aflevering is te zien vanaf 31/5.

DE VOLKSKRANT
MAANDAG 6 MEI 2019

V3



THEATER Getraumatiseerde vluchtelingen verwerken hun angsten op het toneel

Theatergroep DeGasten werkt voor de derde keer samen met groep patiënten.

Repetitie van *Let there be light* in theater Frascati in Amsterdam.

Het is donker in zaal 4 van het Amsterdamse theater Frascati, op een paar spots na. Daarin staan vijf spelers, half in het donker, half in het licht. Ze voeren een choreografie uit met hun handen: wrijven, de vingers in elkaar laten grijpen, hard met de vuist op de platte hand slaan.

Wat die handen hebben meegeemaakt, is een van de leidraden van *Let there be light*, een voorstelling waarvoor Theatergroep DeGasten met een groep patiënten van Arq Psychotrauma Expert Groep werkt. De drie spelers zijn getraumatiseerde vluchtelingen en asielzoekers, een deel is slachtoffer geworden van mensenhandel.

Jetske van Heemstra, onderzoeker en psycholoog bij Arq: 'Ik merkte dat we in de behandeling vooral erg bezig waren met de dingen die we niet meer in het leven van onze patiënten

wilden hebben, zoals hun trauma-klachten. Dus ging ik op zoek naar een manier om ook aandacht te besteden aan de dingen die je wél voor ze wilt: een dagelijks leven buiten de instelling, gemeenschapszin, iets te doen. Daarbij dacht ik meteen aan het theater, ook omdat ik vaak de prachtigste verhalen in mijn spreekkamer hoor, die het verdiensten verteld te worden.'

Zo kwam Van Heemstra terecht bij Frascati, dat Arq koppelde aan DeGasten, een gezelschap dat normaal gesproken met jongeren werkt. Uit de samenwerking ontstonden de voorstellingen *To be or not to be*, *We will be en My Name Before Naomi*, waarin een jonge vrouw uit Oeganda vertelde hoe ze na haar vlucht naar Nederland in de handen viel van mensenhandlaren. In *Let there be light* geven de spelers met zang, dans en muziek uitdrukking aan wat hen is overkomen.

'Als het licht in de theaterzaal uitgaat, slaat mijn hart op hol'

Van Heemstra en haar collega Louke Brands begeleiden het maakproces, maar proberen hun patiënten niet te dicht op de huid te ziltzen. 'Dit is echt tussen de theatermakers en hen. We willen dat ze zich hier aangesproken voelen als persoon en als speler, niet als patiënt. Soms beteikt dat dat ze zich moeten verbijten. 'Ik hoorde regisseur Elike Roovers laatst tegen de groep roepen: 'Concentreer jullie!', zegt Van Heemstra. 'Terwijl wij weten dat concentratieklachten bij de posttraumatische stressstoornis van onze patiënten horen. Daar hebben we het dan na de repetities pas over.'

Door de strenge protocollen van Arq kennen regisseurs Rutger Esajas en Elike Roovers de precieze medische achtergrond van hun spelers niet. 'Dat is voor ons verder ook niet van belang', zegt Esajas. 'Wij zijn niet bezig met wat voor hen helend is, dit is geen therapie. Wij willen iets maken dat het publiek aanspreekt. We zijn ook niet bang om de grenzen van onze spelers op te zoeken.'

Toch voelen ze zich hier veilig, ver-

tellen spelers Annabelle en Anais (niet hun echte namen). 'Zo hartelijk opgenomen worden in een groep, samen bewegen en dansen, dat heeft me veel geholpen', zegt Annabelle. Ook het bewegen met haar handen is goed voor haar, zegt ze. Haar rechterhand hield ze voorheen altijd vast, omdat hij voor haar samenhangt met nare gebeurtenissen. Anais is erg bang in het donker, vertelt ze. 'Als het licht in de theaterzaal uitgaat, slaat mijn hart op hol. Maar tegelijk weet ik dat ik hier veilig ben.'

Met dit soort angsten wordt rekening gehouden, vertelt Berthe Spoelstra, dramaturg van Frascati. 'We vragen de technici niet zomaar met rinkelende sleutelbossen naar binnen te stampen en het licht niet onverwachts aan en uit te doen. Verder zijn de lijntjes tussen ons, de makers en Arq heel kort, zodat er snel gereageerd kan worden, mocht er iets misgaan.'

Toch moeten we niet vergeten dat we hier niet met kwetsbare zieltes te maken hebben, zegt Roovers. 'Dit zijn krachtige mensen, die dingen meegeemaakt hebben waarvan jij en ik waarschijnlijk huilend in een hoekje zouden zijn gaan liggen. Vanuit hun cultuur, waarin gemeenschap en samen verhalen maken vaak veel belangrijker worden gevonden dan hier, kunnen ze ons nog heel wat leren.'

Djuna Kramer

Let there be light is te zien op 8, 9 en 10/5 in Frascati Theater, Amsterdam.

PSYCHIATRIE EN THEATER

Hoe kan theater trauma verlichten?

'Je verhaal doen in het theater is natuurlijk geen beproefde therapie, maar het kan wel bijdragen', zegt Pim Scholte, psychiater en oprichter van Equator Foun-

datie, de organisatie binnen Arq die zich bezighoudt met getraumatiseerde vluchtelingen en asielzoekers. 'Traumatische gebeurtenissen kunnen vaak niet normaal worden opgeslagen in het geheugen. Door het vertellen

van een levensverhaal kan de patiënt ze beter incorporeren in zijn geschiedenis. Daarnaast kan het samenzijn met een publiek helpen tegen de eenzaamheid, vervreemding en trauma horen.'