

Wie ben Ik in een getraumatiseerde samenleving?

Hoe dader-slachtoffer-dynamieken
ons leven bepalen en hoe we ons
daaruit bevrijden.

Culemborg, 30 maart 2019
Vertaald uit het Duits: Margriet Wentink



Niets is binnen, niets is buiten;
Want wat binnen is, is buiten.

J.W. v. Goethe (1766-1832)

Indeling

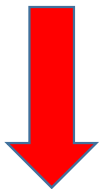
- **Constructieve of destructieve relaties?**
- **De dader-slachtoffer-dynamiek**
- **Slachtoffer-zijn en slachtofferhouding**
- **Dader-zijn en daderhouding**
- **De gevolgen van de dader-slachtoffer-split**
- **Wat ons niet uit die split leidt**
- **Daadwerkelijke en mogelijke uitwegen**



- 1. Gevecht om territoriale heerschappij



- 2. Economische concurrentie



- 3. Strijd tussen de geslachten



- 4. Conflicten tussen de belangen van ouders en de belangen van kinderen

Vier
hoofdconflictlijnen
gebaseerd op
wederzijdse
menselijke
afhankelijkheid



Mogelijke menselijke relatievormen

- Globale verantwoordelijkheid
- Economische samenwerking
- Partnerschap
- Liefde en zorg



- Constructiviteit

- vs. Geweld en oorlog
- vs. Uitbuiting
- vs. Dominantie en onderwerping
- vs. Afwijzing en onverschilligheid



- vs. Destructiviteit



**dader-slachtoffer-
dynamieken**

De concurrentie tussen naties



- Het einde van de 2e Wereldoorlog was bijna weer het begin van de 3e Wereldoorlog
- Hoofdacteurs: USA en Sovjet-Unie/Rusland met hun bondgenoten, tegenwoordig speelt ook China mee
- In plaats van de directe confrontatie zijn er plaatsvervangende oorlogen (o.a. Korea, Vietnam, Cuba, Nicaragua, Israël/Egypte, Syrië, Oekraïne ...).
- De vluchtelingen uit de 3e Wereldoorlog komen op dit moment uit Afghanistan, Irak of Syrië ...
- Onder de oppervlakte van de Wereldoorlog: Oorlogen tussen regionale machten (bijv. Iran en Saudi Arabië, Turkije en Koerdistan)

Oorlogen

- dienen het afdwingen van strategische en economische doelen
- zijn vaak een poging, de resultaten van de economische concurrentie te militair te corrigeren



Een algemeen verbod geweld te gebruiken is in 1945 vastgelegd in artikel 2 nr. 4 van het *Handvest der Verenigde Naties* en verbiedt de lidstaten militair geweld aan te wenden.

„In hun internationale betrekkingen onthouden alle Leden zich van bedreiging met of het gebruik van geweld tegen de territoriale integriteit of de politieke onafhankelijkheid van een staat, en van elke andere handelwijze die onverenigbaar is met de doelstellingen van de Verenigde Naties.”

https://de.wikipedia.org/wiki/Allgemeines_Gewaltverbot
<https://www.unric.org/nl/handvest>

De economische concurrentie

- De wereldeconomie is een concurrentie-economie met als doel geldvermeerdering
- Internationale economische kartels en lokale kapitaalvennootschappen buiten de wereldbevolking uit.
- In het jaar 2017 bezaten de 42 rijkste mensen van de wereld evenveel vermogen als de 3,7 miljard armste mensen van de wereld.
- De meeste mensen leven om te werken en zijn bang voor werkloosheid.



Aantasting van de natuur

- Concurrentie tussen naties en economische concurrentie drijven de tegenstelling tussen mens en natuur op de spits.
- De „natuur“ = lucht, aarde, water en alle andere levende wezens zijn slechts middel ten dienste van het doel oorlog en profijt
- Mensen ontwrichten hun levende omgeving en daarmee op de lange duur de elementaire basis van hun leven.



Concurrentie tussen de geslachten

- Eén op de drie vrouwen in Europa boven de 15 jaar beleeft seksueel en/of lichamelijk geweld.
- Een mannelijk gedomineerd geboortesysteem traumatiseert tot 50% van alle barendende vrouwen.
(Mundlos 2015)
- Veel mannen voelen zich lichamelijk en geestelijk superieur aan vrouwen. (patriarchaat, machismo)
- Veel vrouwen zijn bang voor mannen en verachten hen.
- Vrouwelijke werknemers worden slechter betaald.



<http://www.frauennotruf-hamburg.de/sexualisierte-gewalt/zahlen-und-fakten>
29.3.2018

De ouder – kind -concurrentie

- Kinderen worden wereldwijd door hun ouders afgewezen, weggegeven, verwaarloosd, liefdeloos behandeld, vernederd, ontmoedigd, geslagen, seksueel getraumatiseerd.
- De geschiedenis van de kindertijd is een nachtmerrie, waaruit de mensheid nog maar net ontwaakt.
(deMause 1980, Fuchs 2018)
- Kinderen vallen op door lichamelijke ziekten, „ADHD“, delinquent gedrag, vandalisme, drugsgebruik ...

Conclusie: Wij mensen traumatiseren elkaar voortdurend en creëren steeds nieuwe **daders** en **slachtoffers**.

- Op politiek niveau
- Op het gebied van de economie
- Binnen partnerschappen
- Binnen families



Wat doet dat met ons?



Trauma-slachtoffer zijn



- Trauma-slachtoffer wordt men doordat men schade lijdt aan zijn lichaam of psyche,
- - door gebeurtenissen in de natuur of
- - handelingen van andere mensen en levende wezens.

De grootste psychische schade ontstaat,
wanneer iemand slachtoffer wordt
van degenen van wie hij afhankelijk is
en die hij liefheeft.

Trauma-dader zijn

- Dader wordt iemand door een daad waarmee hij iemand anders zware schade toedient
- door moord, doodslag, lichamelijk geweld, roof, diefstal, verkrachting, leugen, bedrog, vernedering, schending/ontheiliging, verdraaien van de waarheid, ...
- **of**
- door het nalaten van noodzakelijke daden zoals het weigeren van bescherming tegen geweld, voedsel, hulp, zorg of liefdevol contact.
- Het daderschap is direct, bewust en systematisch
- **of**
- indirect, onbewust, onopzettelijk.



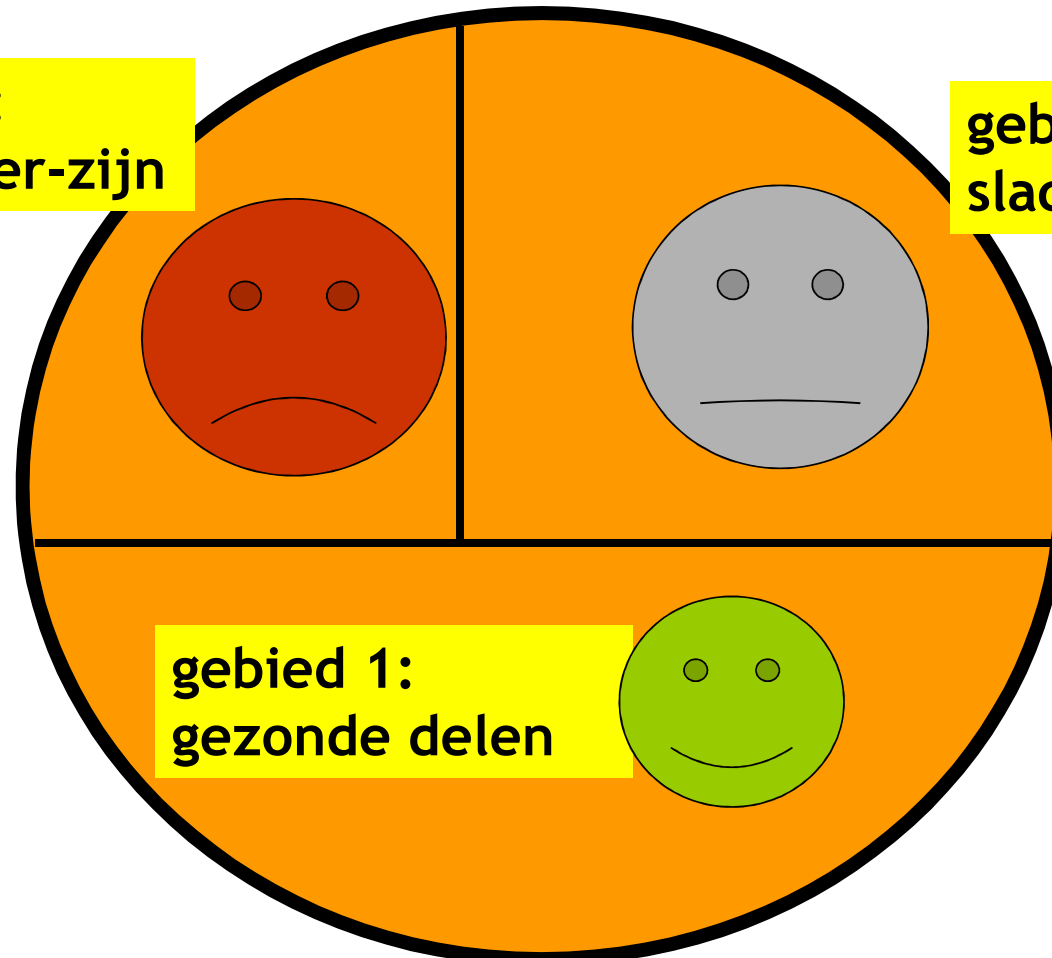
Slachtoffer zijn en innerlijke splitsing

- Een mens beleeft een traumatiserende beschadiging met dood- en verlatingsangst, woede, schaamte of gevoelens van walging.
- Zijn psyche kan de realiteit niet meer bevatten,
- zij moet deze verdringen en afsplitsen.
- Ondanks het trauma blijven er gebieden in zijn psyche gezond.
- Het slachtoffer-zijn/ de innerlijke terreur blijft onveranderd in zijn psyche bestaan.
- Dat maakt slachtofferhoudingen en trauma-overlevingsstrategieën noodzakelijk.

Psychische split in een mens na een traumatiserende slachtoffer-ervaring

gebied 2:
slachtoffer-zijn

gebied 3:
slachtofferhoudingen



Slachtofferhoudingen als trauma-overlevingsstrategieën (1)

- het eigen slachtoffer-zijn verloochenen
- herinneringen aan het slachtoffer-zijn verdringen
- lachen en sterk willen zijn
- verachten van eigen zwakte
- zich schuldig voelen
- zich schamen voor de geleden schade
- beschadigingen ervaren als terechte straf voor eigen behoeftheid, eigen onachtzaamheid, etc.



Slachtofferhoudingen als trauma-overlevingsstrategieën (2)

- daders niet waarnemen als daders, wanneer men emotioneel met hen verbonden en afhankelijk van hen is
- Zich identificeren met de behoeftes van daders
- daders in bescherming nemen
- zich een gemeenschappelijk “wij” met de dader voorstellen en zich aan hem onderwerpen



Slachtofferhoudingen als trauma-overlevingsstrategieën (3)

- bovenmatig angstig en bovenmatige aanpassing
- onderwerping, passiviteit
- leiden, jammeren, klagen zonder naar de oorzaken te kijken
- zelfdestructief gedrag
- chronische depressiviteit
- chronische lichamelijke ziekten
- opgeven
- het liefst dood willen zijn



Slachtofferhoudingen als trauma-overlevingsstrategieën (4)

- zich moreel superieur voelen aan de dader
- streven naar harmonie
- vredes en wereld-reddersidealen
- afgesplitste woede die zich bij gelegenheid ontlaadt tegenover onschuldigen



De **omgang** met **daders** wordt tot levensinhoud van het slachtoffer. Daar stroomt alle energie heen.

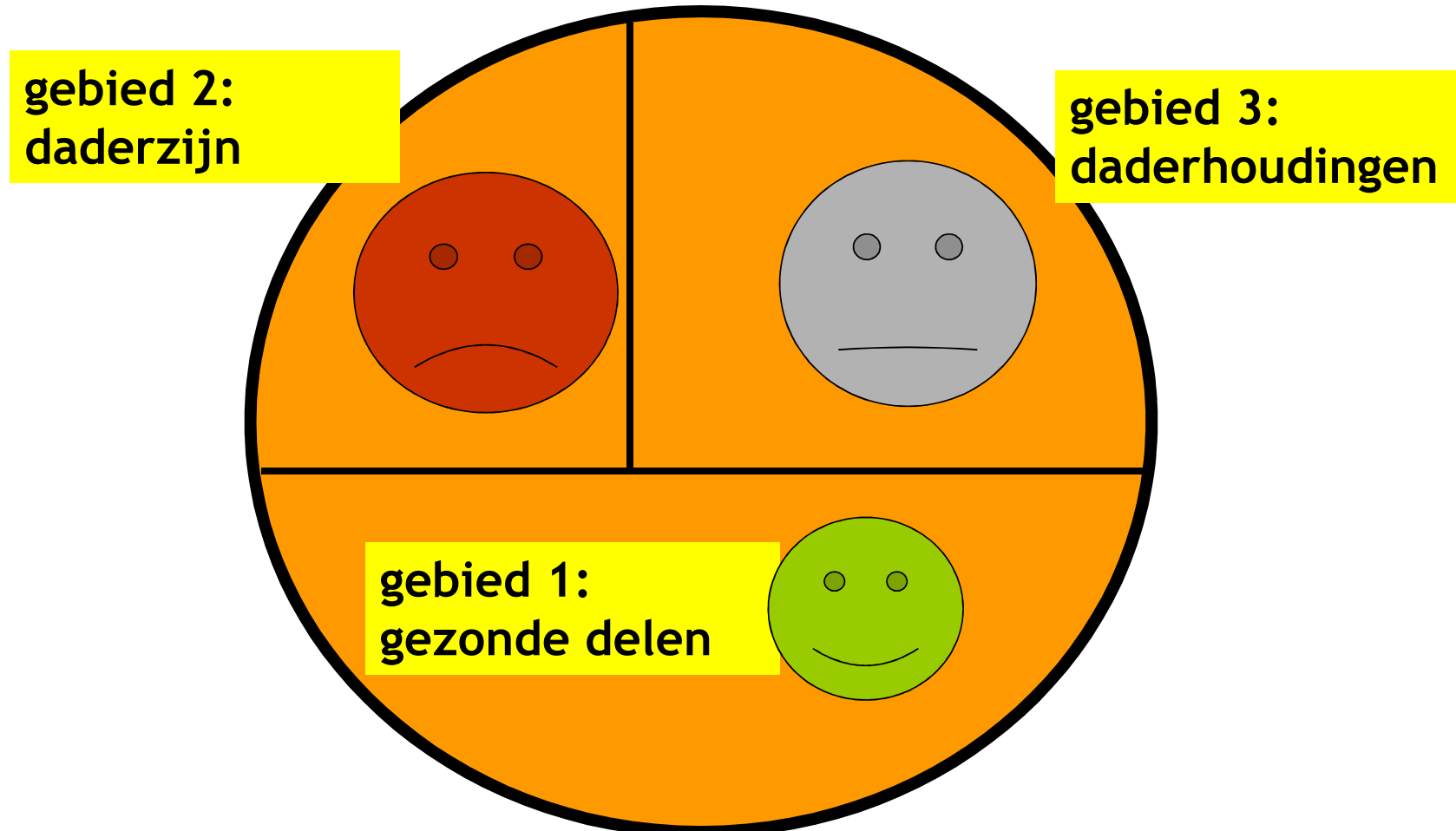
Zelfs wanneer de afhankelijkheid van de dader **niet meer** bestaat, of de daders er helemaal niet meer zijn, kunnen trauma-slachtoffers deze overlevingsprogramma's niet stoppen en **uit de relatie met de daders stappen**, zolang zij niet werken aan hun psychische pijn en vernietigingsangst.

Dader-zijn als traumatische ervaring

- Iemand heeft een ander schade toegebracht, die niet goed is te maken en sociaal niet acceptabel is.
- **Psychisch volgen daaruit:**
 - zware schuldgevoelens
 - hevige schaamtegevoelens
 - angst voor sociale uitstoting
 - een knagend slecht geweten



Psychische split in een mens na een traumatiserende dader-ervaring



Daderhoudingen als trauma-overlevingsstrategieën

(1)

- daad verloochenen, verheimelijken, verdoezelen
- zich verbergen achter ‚onontkoombare omstandigheden‘
- kalmeren, overreden
- afleiden naar bijzaken
- schade bagatelliseren
- verantwoordelijkheid voor de eigen daden en voor de gevolgen daarvan ontkennen





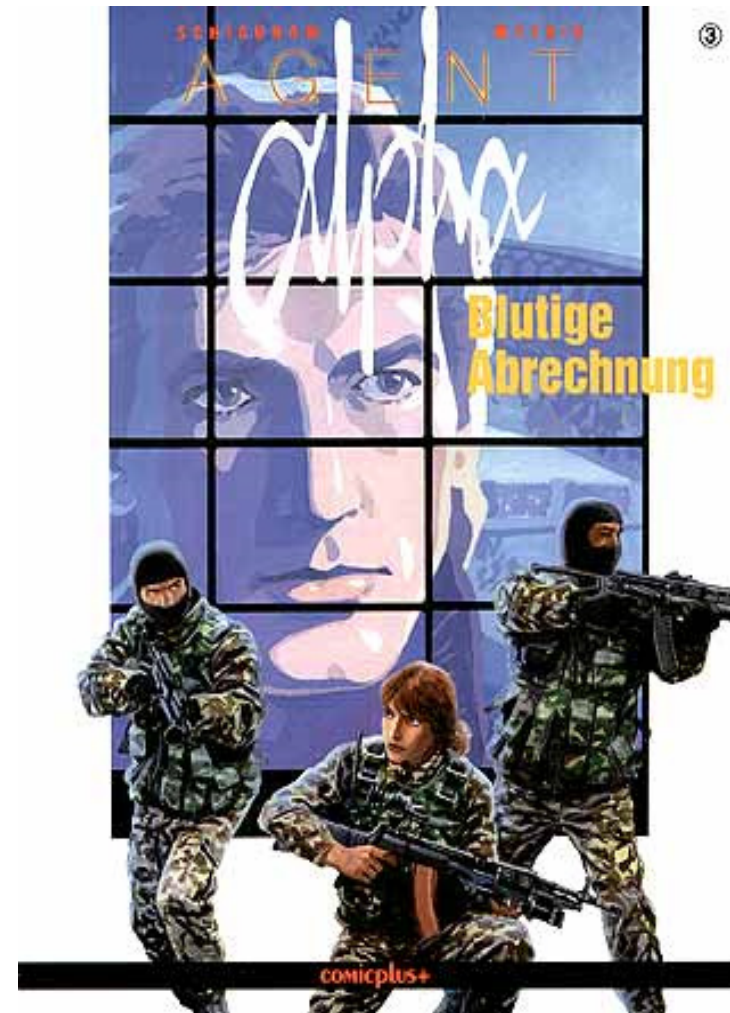
Daderhoudingen als trauma-overlevingsstrategieën (2)

- zich voordoen als onschuldig
- demonstreren van een goed geweten
- anderen vernederen en beschuldigen
- respect en achting voor zichzelf eisen
- zich snel beledigd voelen



Daderhoudingen als trauma-overlevingsstrategieën (3)

- zichzelf voordoen als het eigenlijke slachtoffer
- streven naar macht en controle over anderen
- ideologieën bijv. over „familie“, „vaderland“ verspreiden
- voorspiegelen in opdracht van een hogere sociaal waardevolle opdracht te handelen
- zich verbergen achter de identificatie („wij ...“)
- vijandsbeelden invoeren, een wig drijven in sociale gemeenschappen
- anderen tot dader maken



Daderhoudingen als trauma- overlevingsstrategieën (3)

- slachtoffers als daders beschuldigen
- slachtoffers verachten en honen
- slachtoffers als objecten behandelen
- zinloos geweld uitleven en rechtvaardigen
- lust, triomf en trots voelen bij de uitoefening van geweld en beschadiging



Trauma-daders

- hebben steeds nieuwe **mede-daders** nodig.
- Die creëren ze
- om zichzelf en anderen ervan te overtuigen
- dat de mensheid door het ‚slechte‘
wordt geregeerd
- en meevoelen een uitdrukking van zwakte is
- ze geloven dat hun daderschap een wereldreddingsprogramma is



Die zehn Regeln der Kriegs-Propaganda:

1. Wir wollen den Krieg nicht
2. Das gegnerische Lager trägt die alleinige Verantwortung
3. Der Führer des Gegners hat dämonische Züge ("der Teufel vom Dienst")
4. Wir kämpfen für eine gute Sache
5. Der Gegner kämpft mit unerlaubten Waffen
6. Der Gegner begeht mit Absicht Grausamkeiten, bei uns handelt es sich um Versehen
7. Unsere Verluste sind gering, die des Gegners enorm
8. Angesehene Persönlichkeiten, Wissenschaftler, Künstler und Intellektuelle unterstützen unsere Sache
9. Unsere Mission ist heilig
10. Wer unsere Berichterstattung in Zweifel zieht, steht auf der Seite des Gegners (Verrat)

Arthur Ponsonby, 1. Baron Ponsonby of Shulbrede
(* 16. Februar 1871; † 23. März 1946) - konserviert von: qpress.de



De uitspraken
van trauma-daders
over anderen
zijn zelf-beschrijvingen.

Wat hebben de Trauma-daders aan hun successen?

- Oorlogsoverwinningen produceren getraumatiseerde soldaten en bevolking.
- Economische successen brengen verarmde en zieke mensenmassa's voort.
- Getraumatiseerde partners worden ongeschikt voor relaties en kunnen geen goede (seksuele) partner en moeder en vader meer zijn.
- Getraumatiseerde kinderen blijven met hun problemen levenslang aan hun ouders kleven.
- De getraumatiseerde „winnaars“ kunnen niet van hun successen genieten, ze zijn meteen gedreven hun volgende slag te slaan.



Mede-daders

- Kijken weg
- Bagatelliseren
- Zijn blij zelf geen slachtoffer te zijn
- Nemen de privileges die de dader hen aanbiedt aan
- Identificeren zich met de (overlevings)strategieën van de dader
- Rechtvaardigen, wat de daders doen



Slachtoffer-dader-split

- Afsplitste gevoelens van het slachtoffer-zijn maken blind voor de realiteit van beschadigingen die traumatiserend zijn en psychische afsplitsingen bewerkstelligen.
- Gevoelloosheid tegenover zichzelf wordt ongevoeligheid tegenover anderen.
- Uit slachtoffers ontstaan daders, die noch hun slachtoffer-zijn noch hun dader-zijn willen erkennen.



Gevolgen van de slachtoffer-dader-split (1)

- heen en weer pendelen tussen slachtoffer en daderhoudingen
- gevoelens van onmacht en almachtsfantasieën wisselen elkaar af
- zich wreken op onschuldigen
- onschuldig boeten/schuld compenseren



Gevolgen van de **slachtoffer-dader**-split (2)

- agressie en depressie beschouwen als normaal
- religiositeit, nationale of etnische **illusies van saamhorigheid** als fragile psychische constructies voor het samenleven in groepen
- Toenemend geavanceerde overlevingsstrategieën bij toenemend verlies aan geestelijke helderheid
- Het in tegenspraak zijn van eigen voelen, denken en handelen worden als zodanig niet meer herkend



Gevolgen van de slachtoffer-dader-split (3)

- „persoonlijkheidsstoornissen“, „psychosen“, „schizofrenie“, waan, zelfvernietiging, dementie, suïcidaliteit
- chronische lichamelijke ziekten, bijv. kanker en auto-immuunziektes
- chronisch asociaal en crimineel gedrag
- In binnen de samenleving erkende gebieden en kringen uitgeleefde „psychopathie“



Wie atoombommen bouwt,
is niet alleen een moordenaar,
maar ook een zelf-moordenaar!

Gevolgen van de slachtoffer-dader-split (4)

- de dader-slachtoffer-spiraal draait rond in intermenselijke relaties en zuigt onophoudelijk steeds weer mensen mee in deze dynamiek
- de dader-slachtoffer-spiraal wordt van generatie op generatie voortgezet
- ieder die in een dergelijke dynamiek terecht komt (bijv. door geboorte), wordt gedwongen mee te doen en slachtoffer en/of dader te worden



De opdrachten van de slachtoffer-dader-split

- Voel niet!
- Traumatisering is normaal!
- Het opgeven van jezelf is normaal!
- Offers brengen is de redding!
- De daders zijn de redders!
- De waarheid mag niet serieus genomen worden!
- Alleen de symptomen bestrijden, het systeem als geheel mag niet ter discussie worden gesteld!



Ook in de 21e eeuw
leggen mensen hun lot
voornamelijk in de handen
van getraumatiseerde daders!

Hoe het verlaten van de T-O-D* niet zal slagen (1)

- **Wraak**: daders vernietigen en beschadigen wakkert de dader-slachtoffer-dynamiek verder aan, levert nieuwe slachtoffers en daders op
- **Rebellie**: blind tegen daders vechten zorgt alleen voor zelfbeschadiging
- **Revolutie**: de slachtoffers van gisteren worden de daders van nu

* T-O-D =
Täter - Opfer - Dynamik
dader - slachtoffer - dynamiek



Hoe het verlaten van de T-O-D* niet zal slagen (2)

- **Vergeven:** daders schuld en schaamte af willen nemen leidt de aandacht af van zichzelf
- **Verzoenen:** harmonie-ideaal, hetgeen het verwerken van het eigen slachtoffer-zijn en dader-zijn uit de weg gaat en liefdesillusies ten opzichte van de dader in stand houdt
- **Redden:** iedereen kan slechts zijn eigen trauma overwinnen



Hoe het verlaten van de T-O-D* niet zal slagen (3)

- **Pathologiseren en medicaliseren**: slachtoffer en dader worden als “zieke / gestoorde” mensen gelabeld en behandeld („borderliner“, „depressief“, „psychopaat“)
- **Religies**: wakkeren dader-slachtofferdynamieken vaak nog verder aan, blijven gevangen zitten in het „goed – fout“ schema
- **Spiritualiteit**: illusies van harmonie en het opgeven van het ik op een „hoger“ niveau
- **Kunst**: noodkreten van getraumatiseerde innerlijke delen worden tot „Kunst“ bestempeld, waarmee de realiteit wordt genegeerd

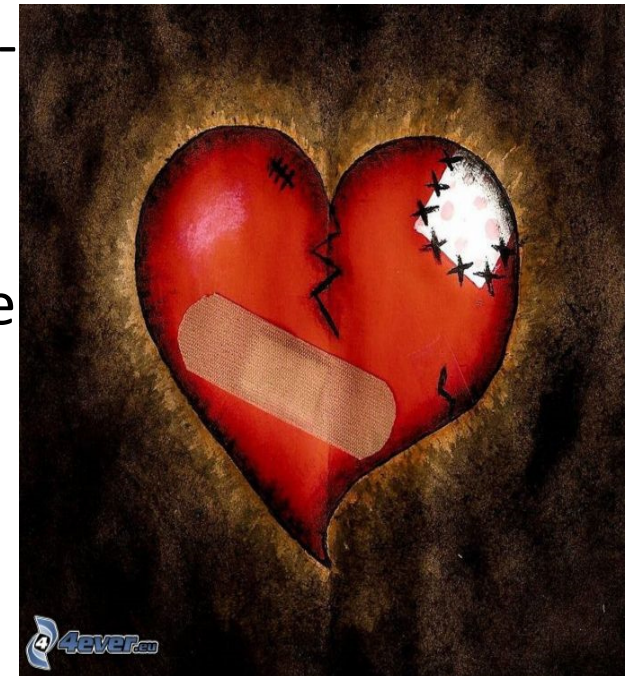


Waarom dat niet goed kan gaan:

- Geen overwinning van de slachtoffer-dader-dynamiek op **persoonlijk** niveau
- Geen erkenning van de slachtoffer-dader-dynamiek op **collectief** niveau
- Patronen en structuren van de slachtoffer-dader-dynamiek worden niet erkend en bewust doorbroken
- Ze werken **verslavend** en worden dwangmatig steeds weer opnieuw in scene gezet
- Bij verzoeningspogingen wordt de psychische split door het contact met de dader noch **dieper**

Hoe het **slachtoffer-zijn** met succes te verlaten ?

- Erkennen van de realiteit van het eigen slachtoffer-zijn
- Erkennen van de eigen slachtofferhoudingen
- Aannemen van de geleden schade en alle daarmee verbonden gevoelens, vooral angst, woede, pijn, schaamte
- Het eigen gezonde Ik en de eigen gezonde wil verder ontwikkelen



Hoe het **dader-zijn** met succes te verlaten?

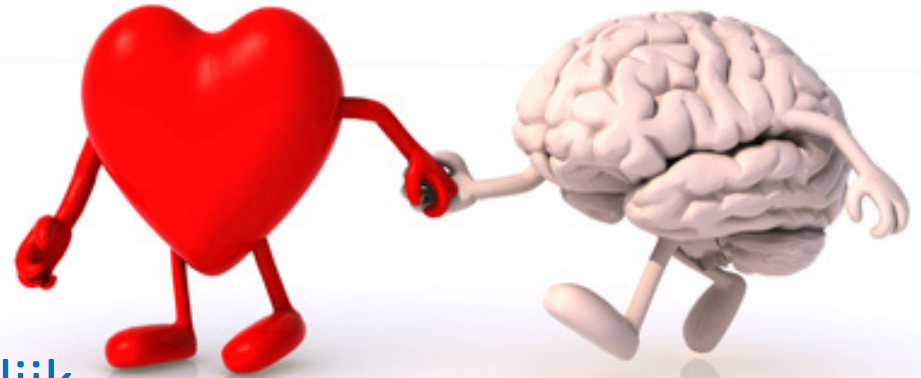
- het eigen dader-zijn erkennen en voelen
- erkennen van persoonlijke verantwoordelijkheid
- erkennen van persoonlijke schuld
- toelaten van eigen angst en schaamtegevoelens
- meegevoel voor de pijn van het slachtoffer
- Inspanning om de schade van het slachtoffer te vereffenen
- Afzien van boetedoening die de schade vereffening overstijgt



Het dader-zijn verlaten
slaagt alleen wanneer
het zich onttrekken aan
het slachtoffer-zijn lukt.

Mijn conclusie

- Voor een beter leven en beter samenleven helpen noch macht, geld, seks noch relaties of familie ons werkelijk verder,
- het gaat om onze gezonde psyche.
- We moeten er ieder voor zich en collectief mee ophouden elkaar wederzijds te traumatiseren
- en elkaar wederzijds te dwingen tot zelf-opgave.



In plaats van
uiterlijke vijanden
bestrijden, vrede
krijgen met jezelf!

Goed leven **voorbij** de **slachtoffer-dader**-split

- Een gezond Ik ontwikkelen
- Een gezonde eigen wil hebben
- Het eigen lichaam voelen
- Passende eigen gevoelens toelaten
- Heldere en waarachtige gedachten hebben
- Constructieve relatievaardigheden ontwikkelen



Goed leven **voorbij** de **slachtoffer-dader**-split

- Relatiesystemen verlaten, die in dader-slachtoffer-dynamieken gevangen zijn en die men zelf niet kan veranderen
- Zich niet opnieuw in zulke systemen laten betrekken
- Constructieve relaties leven
- Win-win in plaats van win-verlies-situaties op politiek, economisch en persoonlijk gebied vinden



Wees voor jezelf
de samenleving
waarin je leven wilt.



30.03.19

© Prof. Dr. Franz Ruppert

55

Literatur

- deMause, L. (1980). Hört ihr die Kinder weinen. Eine psychogenetische Geschichte der Kindheit. Frankfurt/M.: suhrkamp.
- Gruen, A. (2014). Der Verrat am Selbst. Die Angst vor Autonomie bei Mann und Frau. München: dtv Verlag.
- Gruen, A. (2015). Der Wahnsinn der Normalität. Realismus als Krankheit: eine Theorie der menschlichen Destruktivität. München: dtv Verlag.
- Fuchs, S. (2018). Die Kindheit ist politisch. Heidelberg: Mattes Verlag.
- Huber, M. (2013). Der Feind im Innen. Paderborn: Junfermann Verlag.
- Lüders, M. (2015). Wer den Wind sät. Was westliche Politik im Orient anrichtet. München: Beck Verlag.
- Mundlos, C. (2015). Gewalt unter der Geburt. Marburg: Tectum Verlag.
- Peichl, J. (2013). Innere Kritiker, Verfolger und Zerstörer. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.
- Ruppert, F. (2007). Seelische Spaltung und innere Heilung. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.
- Ruppert, F. (2010). Symbiose en Autonomie. Eeserveen: Uitgeverij Mens!.
- Ruppert, F. (2012). Trauma, Angst en Liefde. Eeserveen: Uitgeverij Mens!
- Ruppert, F. (2014). Vroegkinderlijk Trauma. Eeserveen: Uitgeverij Mens!.
- Ruppert, F. (2018). Wie ben ik in een getraumatiseerde samenleving? Eeserveen: Uitgeverij Mens!.
- Vogt, R. (Hg.) (2012). Täterintrojekte. Kröning: Asanger Verlag.