



Kind van de zon

Marianne Vollenhoven schrijft kinderboeken uit eigen incestervaring

Tekst: Judith Westra Foto: Pascal Bosmann Illustratie boek: Iris Boter

In haar boeken 'Kind van de Zon' en de opvolger 'Kind van de Maan' vertelt lichaamsgericht therapeute Marianne Vollenhoven verhalen van misbruikte kinderen. Deze boeken kunnen niet alleen helpend zijn voor kinderen en volwassenen met een traumageschiedenis, maar ook voor hulpverleners. Tijdens een open interview vertelt Marianne over haar eigen incestervaringen, haar kennismaking met EMDR en over wat ze met haar boeken wil bereiken.



Marianne Vollenhoven heeft grote liefde voor psychologie en psychiatrie en ze wil graag een brug slaan tussen EMDR en lichaamsgericht werken. Zelf kwam ze in 2011 voor het eerst in aanraking met EMDR. Ze had toen al veel van haar eigen incestverleden verwerkt via lichaamsgericht werken, maar ze bleef toch van een aantal zaken last houden en kwam -via de huisarts- terecht bij haar EMDR-therapeut Anita. "Ze was erg liefdevol en deinsde tegelijkertijd gelukkig nergens voor terug. We pakten samen heftige zaken aan, maar konden ook veel lachen. Tijdens de eerste bijeenkomst, gaf Anita me uitleg over de *window of tolerance* en ze gaf me het boek *Slapende Honden? Wakker Maken!* van Arianne Struik mee om te lezen."

Omdat ze zich tijdens de EMDR soms onverwacht als het getraumatiseerde kind van drie of vier jaar voelde, en ze daar niet altijd direct weer uit kon komen, was de EMDR voor Marianne soms erg spannend. Door het lichaamsgerichte werken stond ze al wel duidelijk in verbinding met haar afgesplitste delen, maar ze kende deze nog niet voldoende. In de nabije toekomst wil ze deze delen in zichzelf verder integreren. Tijdens de EMDR heeft Marianne vooral veel gehad aan de geïnstalleerde hulpbronnen en aan het feit dat ze de woede heeft kunnen toelaten. "Maar ook aan het boek van Arianne en de steun van Anita. Het belangrijkste dat ik van haar leerde, was grenzen aangeven."

Familiegeschiedenis

Marianne komt uit een familie

van schrijvende filosofen en theologen. Zelf studeerde ze ook theologie en ze schrijft al vanaf haar achttiende. Juist vanwege die familie heeft ze lange tijd alles verzwegen. Ze werd misbruikt door haar inmiddels overleden vader, die dominee was, en door een andere man van de kerk. Ze werd niet geloofd door haar familie, waardoor ze zich uit het systeem moest losmaken. Het lukte haar wel om krachtbronnen in zichzelf aan te boren.

Het is bewonderenswaardig hoe Marianne nu kan kijken naar de daders. Zoals naar haar vader, die volgens haar ook een kern van puurheid en liefde in zich heeft, maar door zijn eigen trauma's tot zijn daden is gekomen. Ze gaat er vanuit dat iedere dader ook getraumatiseerd is, of dat er in de hersenen iets mis moet zijn.

Haar eigen ervaringen verwerkte Marianne in haar kinderboeken, waarin ze verzonnen karakters gebruikt, zodat de boeken voor meer kinderen herkenbaar zijn. In het boek 'Kind van de Zon' krijgt het meisje Jana hulp van een 'helpmevrouw'. Daar is Marianne zelf best jaloers op. Ze zou willen dat zij als kind ook al hulp had gekregen toen ze zich zo alleen voelde en met haar problemen worstelde. Pas toen ze vijftientig jaar was, en boulimia had ontwikkeld, kwam ze in aanraking met de hulpverlening. Het deed haar erg goed dat er eindelijk naar haar geluisterd werd en ze serieus werd genomen. Al snel hoorde de boulimia tot het verleden. Vele jaren later pleegde haar broer, die een psychiatrisch verleden had, suicide. Marianne werd wakker geschud door het

grote verdriet en de enorme schok over die keuze, en besloot haar verleden onder ogen te zien en voor het leven te kiezen.

Herkenbare boeken

Om goed te kunnen schrijven heeft Marianne het nodig om uit eigen ervaringen te kunnen putten, of tenminste aansluiting te voelen met het onderwerp. Dit was zeker het geval bij 'Kind van de Zon' en het tweede boek 'Kind van de Maan'.

In het eerste boek vertelt Marianne het verhaal van Jana, die een zonnetje in zich draagt. Zij komt op aarde terecht bij haar ouders, waar leuke en minder leuke dingen gebeuren. Jana groeit er op, leert veel en mag van alles vragen: het is net alsof de puzzel steeds verder in elkaar wordt gelegd. Tot ze er op een dag niets meer van snapt en die puzzel met een harde klap uiteen valt, als haar papa nare dingen met haar doet en als een grote zwarte vlek bovenop haar ligt. Vervolgens beschrijft Marianne in begrijpelijke taal op kindniveau, hoe het is om te dissociëren: herkenbaar voor andere slachtoffers. De illustraties daarbij van Iris Boter, verbeelden het verhaal prachtig, terwijl er toch ruimte over blijft voor eigen invulling.

Het verhaal neemt een wending als Jana ziek wordt en naar het ziekenhuis moet. Daar komt alles aan het licht; dan krijgt ze hulp en gaat ze naar een 'helpmevrouw' die haar laat kijken naar een 'zwart plaatje' van haar vader en naar een stokje dat voor haar ogen heen en weer gaat. Na een paar keer oefenen doet het plaatje minder zeer. Daarna gaat

het steeds beter met Jana.

Het tweede boek 'Kind van de Maan' gaat over het meisje Jona, die een tijdje bij de nieuwe vriend van haar moeder moet verblijven, als haar moeder zelf in het ziekenhuis wordt opgenomen. De vriend misbruikt haar in het bad. Jona vertelt dit aan haar moeder als deze weer uit het ziekenhuis is, maar zij kan en wil

haar dochter niet geloven, tot groot verdriet van Jona. Ze besluit met haar droomvrienden dat ze de juf om hulp gaat vragen. Deze schakelt een 'helpmevrouw' in, en met haar hulp wordt het leven van Jona uiteindelijk – als ze de 'draak' heeft verslagen – zelfs weer fijn.

Marianne wil kinderen én volwassenen met ervaringen van seksueel misbruik een boek

geven dat kracht en troost biedt, waardoor ze weten dat ze op zichzelf mogen vertrouwen, ze er niet alleen voor staan, om hulp mogen vragen en dat er altijd wel iemand is die naar hen zal luisteren. De schrijfster hoopt dat de boeken hen bewust maakt dat het leven weer zin kan krijgen. En dat je er écht toe doet, ongeacht de vreselijke dingen je mee hebt gemaakt.



De boeken 'Kind van de Zon' en 'Kind van de Maan' lezen prettig en hebben schitterende illustraties. De VEN mag een gratis exemplaar van 'Kind van de Zon' weggeven. Geïnteresseerden kunnen t/m 15 januari een mail sturen naar vereniging@emdr.nl. Het boek wordt verloot onder de inzendingen.