

Evaluatie 2^e jaar PTSS Stichting Goshamadeed 2025.

Tijdens de reguliere bijeenkomsten van Stichting Goshamadeed komen veel Afghaanse vluchtelingen met schrijnende verhalen en klachten van fysieke en psychische aard. Afghaanse vluchtelingen hebben veel meegemaakt in de oorlog in Afghanistan, onder het harde Taliban regime en hun meestal lange vluchtpoging naar Nederland en de asielpcedure in Nederland. Ook komen de nieuwsberichten van achtergebleven familieberichten in Afghanistan hard aan en maakt emoties los.

De Afghaanse vluchtelingen hebben te maken met hun Afghaanse culturele achtergrond en zijn niet gewend om met hun gevoelens om te gaan. Tevens zijn door culturele verschillen tussen Afghanistan en Nederland schroom om snel naar een huisarts of psycholoog te gaan en andersom weten huisartsen en psychologen niet altijd hoe ze met PTSS klachten van vluchtelingen om moeten gaan.

Het heeft Stichting Goshamadeed doen besluiten om aparte bijeenkomsten te organiseren over PTSS. De bijeenkomsten zijn voor Afghanen vooral veilig. De deelnemers zijn als Afghanen en vluchtelingen vertrouwd onder elkaar. In sommige bijeenkomsten zijn juist apart voor vrouwen en wordt er alleen in het Afghaans Farsie gesproken. Dit maakt het voor vrouwen nog veiliger om over specifiek vrouwenzaken te spreken.

Het zijn zowel gezamenlijke voorlichtingsbijeenkomsten, groeps- en individuele gesprekken en vertaalhulp bij het bezoek aan artsen in Nijmegen.

De deelnemers hebben wekelijkse structuur nodig waarbij regelmatig workshops of gesprekken plaats vinden om om te kunnen gaan met hun PTSS klachten.

- **Voorlichtingsbijeenkomsten:**

Op de voorlichtingsbijeenkomsten kwamen gemiddeld zo'n 30 deelnemers op af.

Er zijn professionele maatschappelijk werkers als begeleiders aanwezig.

Er werd thematisch gesproken steeds over een ander onderwerp als:

vrouwenrechten, huwelijk, emancipatie.

Aan de hand van zowel algemene voorbeelden als aanvullende herkenbare voorbeelden van deelnemers helpen de professionals en deelnemers elkaar.

- **Individuele gesprekken**

Alle deelnemers kregen ook individuele gesprekken om hun klachten en wensen te inventariseren.

- **Praktische workshops**

- *Naai en knutselworkshops.* Elke week is er een naai en knutselworkshop waarbij mooie handvaardig poppetjes en sjaltjes gemaakt worden. Tussen het naaien en knutselen door komen de deelnemers met de begeleiders ook met elkaar in gesprek over hun gevoelens en klachten. Het is een vorm van afleiding en behandeling.
- *Kookworkshop* in de keuken van het Huis van Compassie

Ook tijdens wekelijkse kookworkshop worden wekelijks Afghaanse gerechten gemaakt met emotionele lading. Tijdens het koken wordt hierover gesproken en verwerkt. Daarna worden de gekookte maaltijden gezamenlijk opgegeten.

- **Lezen**

Iedere week wordt er uit inhoudelijke Nederlandse kinderboeken gelezen en wordt de inhoud waarnodig vertaald en uitgelegd. Dit geeft zelfvertrouwen en ontplooiing.

- **Nederlandse les**

Een NT2 docent geeft wekelijks ook Nederlandse les met niet alleen grammatica- en spellingsoefeningen maar ook conversatie.

- **Individuele gesprekken**

Inmiddels heeft Stichting Goshamadeed veel ervaring opgedaan met het voeren van individuele gesprekken met Afghaanse vluchtelingen en andere vluchtelingen.

Als het nodig kunnen begeleiders mee gaan naar Nederlandse instanties huisartsen, artsen, om vanuit het Nederlands te vertalen naar het Farsie. Als het nodig kunnen de begeleiders rijden met de auto. Het is vertrouwd en veilig

Alle PTSS bijeenkomsten en hulp van de Stichting Goshamadeed wordt enorm gewaardeerd. Veel deelnemers komen erg trouw naar de verschillende bijeenkomsten en delen hun persoonlijke ervaringen. Het is gevoelige informatie dat alleen in een veilige situatie gedeeld kan worden. Omdat de psychische klachten een lange oorsprong hebben kost het veel tijd om met de PTSS klachten om te gaan en in gesprek te komen met artsen om lichamelijke klachten beter te maken. We zien dat deelnemers gedurende de tijd zelfverzekerder en doortastender zijn. De PTSS klachten nemen langzaam af.

Voor begeleiders is het leerzaam om zulke gesprekken te voeren en informatie te delen. Voor vele zijn de verhalen herkenbaar omdat ze zelf ook migranten vluchtelingen zijn. Ze spreken uit ervaring. Maar het kan ook psychisch zwaar zijn om alle klachten en voorbeelden aan te horen en deze opnieuw te verwerken.

We merken vooral dat er behoefte is bij Afghaanse vrouwen. De traditionele man-vrouw verhouding onder de Taliban en de Afghaanse traditie maakt het in Nederland moeilijk om mee om te gaan.

Hartelijk dank voor de begeleiding van de professionals en vrijwilligers voor al hun werk in PTSS project.

Toekomst

Volgens het *Projectplan PTSS 2024-2030* van Goshamadeed hebben we er nu zo'n 2 jaar opzitten. Er zijn nog 4 jaar geland en we zijn van plan dit met volle energie voort te zetten. Ook voor nieuwe Afghaanse en andere vluchtelingen met PTSS klachten.

Bestuur:

Sonia Wartak, voorzitter

Zakira Rahmani, secretaris

Joris Leijten, penningmeester

Storay Ahmadi, coördinator

Dinsdag 17 maart 2025