

De Verloren Knuffel Brigade

Over de invloed van trauma
op de volgende generatie

Tekst en illustraties: Evelien Groen

niño

De Verloren Knuffel Brigade

Over de invloed van trauma op de volgende generatie

Evelien Groen

ISBN 978 90 8560 369 6

NUR 210 / THEMA YXLD / BISAC FAM000000

© 2025 Uitgeverij SWP Amsterdam

Alle rechten voorbehouden. Tekst- en datamining niet toegestaan.



1.

Met een knal vloog de eikel door de lucht. Bo was dol op het ploppende geluid dat klonk als de eikel wegschoot. Wauw, die was perfect, hij schoot zo het weiland in. Snel rende Bo erachteraan. Tussen al dat gras was het lastig de groene eikel te vinden, maar met zijn scherpe ogen had Bo de eikel goed kunnen volgen. Hij zette een vlaggetje op het punt waar de eikel in het weiland was geland.

‘Nu jij!’ zei hij tegen zijn broer Daan.

Bo was negen jaar en zijn broer was drie jaar ouder. En ieder jaar, als de eikels nog groen en stevig waren, streden ze om het record van de verst geschoten eikel.

Vakkundig zocht Daan twee perfecte eikels op en duwde ze aan beide kanten in de holle buis. Met een knal schoot ook zijn groene munitie door de lucht. Maar helaas! De eikel van Daan landde net iets minder ver in het gras.

Bo gaf even een knipoog naar Eik. ‘Dankjewel dat je me weer de beste eikels gaf!’ En Bo, die zijn boom het beste kende, zag hoe deze terug knipoogde.

Bo keek even om zich heen of hij zijn vader zag. Hij hoopte dat vader had gezien hoe goed hij had geschoten. Maar vader was nergens te zien. Logisch ook, het was midden op de dag. Vader was aan het werk in zijn bakkerij. Zijn grote vriend Eik en zijn kleine vriend Beer hadden het wel gezien. Zoals altijd had hij zijn knuffelbeer een mooie plek op de onderste tak gegeven.

Daan kwam sjokkend het weiland uit. Fanatiek als hij was, vond hij het verschrikkelijk als zijn jongere broer verder schoot dan hij. Daan had geen zin meer en ging naar binnen. Jammer, want Bo vond het altijd fijn om met zijn broer buiten te spelen.

Gelukkig was hij niet alleen. Hij pakte Beer van de onderste tak en klom naar zijn favoriete plekje op de derde tak.

Daan zag het nog net, voordat hij door de deur naar binnen stapte, en riep treiterend naar Bo: ‘Wat ben je ook een kleuter, met je beer. Klim maar lekker in je boom...’

Bo zuchtte eens diep. Hij had Daan niet boos willen maken. Maar nu had Daan hem ook beledigd. Hij was geen kleuter meer! Hij was al negen jaar. En ja, hij had een knuffel. Bo hield Beer even stevig vast. Misschien had ik Daan moeten laten winnen, denkt Bo.

‘Trek het je niet aan, Bo. Daan kan niet goed tegen zijn verlies, dat weet je toch?’ Bo hoorde de geruststellende stem van zijn grote vriend Eik. Tevreden kroop Bo met Beer in zijn handen nog wat dichterbij tegen de dikke boomstam aan en bleef er nog even gezellig kletsen.

Vanaf zijn plek tussen de bladeren zag hij het licht in de bakkerij uitgaan. Sluittingstijd! Vader zou nu snel thuiskomen. Samen met Beer klom Bo uit de boom om ook naar huis te gaan.

Beer was een lichtbruine beer met een zachte pluizige vacht. Bo had de knuffel bij zijn geboorte gekregen. Eerst had het beertje natuurlijk nog geen naam, maar zodra Bo leerde praten noemde hij de knuffel Beer. Bo nam Beer het liefst overal mee naartoe.

Als Bo samen met Beer in bed lag, was Bo nergens bang voor. Hij kon heerlijk slapen, ook al was de kamer donker en klonken er buiten spannende geluiden zoals een harde wind of tikkende regen. In bed samen met Beer onder de warme dekens voelde Bo zich veilig.

Daan vond het maar kinderachtig als Bo met Beer in bed lag. Op een avond sloop zijn broer de kamer van Bo binnen.

‘Hé Bo,’ zei hij, ‘ik zal je helpen een grote jongen te worden.’ Daan pakte de beer af en liep ermee weg. ‘Knuffels zijn voor baby’s, zonder Beer ben je toch veel stoerder!’

Verbaasd keek Bo zijn broer na. Bo wilde heel hard NEE roepen, maar zijn woorden bleven steken in zijn keel. Daan had al vaker gezegd dat Bo te groot werd voor een knuffel, maar dit ging te ver. Hij nam Beer mee! Wat zou hij met Beer gaan doen?



Stilletjes wachtte Bo af wat er ging gebeuren. Hij hoorde Daan naar zijn eigen kamer gaan en kroop snel zijn bed uit. In het donker ging hij op zoek naar Beer. Bo vond zijn Beer in het hoekje van de badkamer, waar hij onder een stapel vuile was lag!

Snel pakte Bo zijn knuffel en nam hem weer mee naar bed. Hij probeerde te vergeten wat er zojuist gebeurd was en ging weer slapen. Maar ook al had hij Beer dicht bij zich, hij voelde zich niet meer zo veilig.

Misschien komt Daan wel terug, dan ontdekt hij dat ik Beer weer bij me heb, dacht Bo. Hij voelde zich zelfs schuldig dat hij Beer weer teruggepakt had. Bo wilde niet dat Daan hem kinderachtig vond, maar hij was ook bang voor wat Daan zou zeggen over hem en zijn Beer.

Hij lag een tijd lang te draaien in zijn bed. Hij schaamde zich zo dat hij zijn beer had laten afpakken. Uiteindelijk viel hij toch in slaap.

De volgende ochtend leek het alsof er niks was gebeurd. Door de kieren van de raamkozijnen dwarrelde er een laagje bloem neer op de vensterbank. Vader begon altijd met zijn werk als het hele dorp nog sliep, zodat de mensen al vroeg in de ochtend vers brood konden kopen. Al zo lang Bo zich kon herinneren lag er 's ochtends een laagje bloem op de vensterbanken en de vloer.

Moeder was druk bezig met Bo's tweelingzusjes. Terwijl Noor het restje pap met haar handen in haar haren smeerde, probeerde Loes, die ook onder de pap zat, uit haar kinderstoel te klauteren. Daan en Bo maakten hun ontbijt klaar, smeerden broodjes voor in de broodtrommel en vertrokken naar school.



De graafmachine paste niet door de deur, dus Bo begon een gat in de muur van het huis te maken. De berg lag nog op dezelfde plek en kwam inmiddels bijna tot aan het plafond! Bo zette snel de wasknijper op zijn neus en liep voorzichtig naar de hoek van het kleed. De elfjes verspreidden zich rondom het kleed en met z'n allen haalden ze het vloerkleed van zijn plek. Er kwam een enorme stank vrij. De schimmel en smurrie onder het kleed bleven eraan vastplakken. De berg was nog groter dan Bo had gedacht. Hij werd misselijk van de geur en van het zien van zoveel viezigheid.

Vorzichtig reed hij de graafmachine het huis in en begon de berg af te graven. De rest van de ochtend was hij bezig om hopen viezigheid te verplaatsen.

Eindelijk kwam de onderkant van de berg in zicht. Bo stapte uit en samen met Saar en de andere elfjes groeven ze met hun handen verder. Bo was blij dat hij zijn rubberhandschoenen aanhad en ook de elfjes hadden piepkleine handschoentjes aan hun kleine handjes. De elfjes waren nooit eerder in dit huis geweest, maar toch wisten ze precies waar ze zijn moesten.

Al snel kwam de vieze oude Beer onder het laatste laagje stof en vuil tevoorschijn. Bo stopte Beer in de vuilniszak en nam hem mee naar buiten.

Daan had al die tijd op het bankje voor het huis zitten wachten.

‘Het is gelukt, Daan! Ik heb Beer gevonden! Kom je mee om hem schoon te maken?’

‘Nee Bo, dat mag jij doen. Ik blijf hier op het huis passen tot vader en moeder terugkomen van vakantie.’

Bo was blij dat hij Beer terug had. Tegelijkertijd was hij verdrietig dat hij nu zonder zijn ouders of zijn broer op zoek moest naar een plek om Beer te wassen.

Gelukkig waren de elfjes er nog. ‘Kom mee, wij wijzen je de weg naar een speciale bron!’

In gesprek met je kind

(als je hetzelfde hebt meegemaakt als Bo)

Hoe je woorden kunt geven aan het geheim uit je jeugd

Door Marieneke Ganzinga MSc., Orthopedagoog Generalist

Bo leeft met een groot geheim. Hij heeft vroeger, in zijn gezin, heel nare dingen meegemaakt. Zijn Beer, die in dit verhaal een metafoor is voor zijn onschuld, is afgepakt. Hier heeft hij zijn leven lang last van.

Het verhaal van Bo is voor vele volwassenen herkenbaar. Als je misbruikt bent, of een ander trauma meedraagt, is het op een gegeven moment tijd om je kinderen hierover te vertellen. Als ouder wil je dat je kinderen de geheimen niet met zich mee hoeven te dragen. Het allerliefst wil je dat je kinderen zelf ook hulp durven vragen, als ze dat nodig hebben.

De Verloren Knuffel Brigade

In dit rijke boek wordt een verhaal verteld dat ingang biedt om met kinderen in gesprek te gaan over traumaspooren, seksueel misbruik of geheimen in de bredere zin. Het geeft tegelijkertijd een mooi systemisch inkijkje voor volwassenen. Het verhaal biedt een metafoor voor de psychologische 'puinhoop' die een periode van langdurige traumatisering (zoals seksueel misbruik) kan veroorzaken in gezinnen. Een puinhoop die als familiegeheim onder het tapijt gemoffeld wordt. Hoe loyaliteit naar opvoeders eigen behoeften overschaduwet.

Hoe een kind belast kan worden en hoe het meegenomen wordt tot in de volwassenheid wordt pijnlijk zichtbaar. Ook het helpende elfje Saar van de Verloren Knuffel Brigade is een prachtige metafoor voor de hulpverlening die je aan kunt grijpen om traumatisering te boven te komen. Dit kan een weg naar genezing zijn: je openen, hulp zoeken, het taboe doorbreken, je verhaal vertellen en de hulp aangrijpen om met een professional de verwerking van je trauma's tot stand te brengen en het zelfs met gouddraad prachtig te herstellen!

De auteur heeft het aangedurfd om op papier te onthullen wat al jarenlang impact op haar gezin heeft gehad. Ik wens dat haar moed, integriteit en openheid met dezelfde zorgvuldigheid zullen worden behandeld als de zorgvuldigheid die zij betracht heeft in dit schrijfproces. Laat dit verhaal een opmars zijn naar inzicht in de impact die geheimen kunnen hebben op families, naar vragen en handvatten om hierover met je kinderen en belangrijke anderen in gesprek te gaan. Maar ook naar het geven van woorden aan dat wat nog niet verteld kon of mocht worden. Laat dit verhaal een weg zijn naar troost en bovenal naar erkenning voor ieders krachten en talenten om zelfs de diepste pijn tegemoet te treden en van een nieuw helpend eigen verhaal te voorzien.

Lees verder en kijk welke oefeningen je geschikt vindt om met je kind te bespreken. Op internet staat nog een aantal gespreksonderwerpen en oefeningen. Scan de QR-code en klik op Extra materiaal. Maak voor het eerste gebruik een account aan en registreer en activeer je boek met de memberclub-code op de laatste pagina van dit boek.



Lees, beantwoord, praat en doe samen. En geef woorden aan het geheim!