

# “Wie racisme tolereert, is eigenlijk medeplichtig”

**LIER** ■ Birsen Taspinar behandelt als psychologe geregeld mensen met racisme gerelateerde stress of trauma's. Het politiegeweld op George Floyd in de Verenigde Staten laat ook racismeslachtoffers in Vlaanderen niet onberoerd. “Mensen die racisme ervaren, identificeren zich hiermee. Ze denken: dit had ook mij of mijn kinderen kunnen overkomen.”

DOOR VINCENT VANHOORNE

## Met welke problemen worden uw cliënten het meest geconfronteerd?

Het gaat vaak om mensen met racismestress of een racismetrauma die een emotionele en fysieke pijn voelen omdat ze ongelijk behandeld zijn op basis van discriminatie of stereotypen. Racisme kan interpersoonlijk zijn, zoals beledigd worden op je werk, op school of op straat. Of het kan institutioneel zijn, bijvoorbeeld wanneer een bedrijf systematisch mensen met een vreemde naam minder op sollicitatie vraagt, of maatschappelijk, wanneer politiek of media op een bepaalde manier spreken over bepaalde groepen mensen. Veel mensen die op basis daarvan gediscrimineerd worden, ervaren pijn en krijgen daardoor het gevoel dat ze er niet bij horen. Dit geeft zowel fysieke als psychologische schade bij de persoon in kwestie. Op lange termijn kan het ook leiden tot armoede, gezondheidsproblemen, werkloosheid of zelfs zelfmoord.

## Maken de gebeurtenissen rond George Floyd in de VS ook bij ons veel los?

Wanneer mensen die bij ons gediscrimineerd worden, kijken naar wat er met George Floyd is gebeurd, kan dit de pijn die zij ervaren triggeren. Zij hebben immers het gevoel dat dit ook hen had kunnen overkomen, of dat dit hun kind had kunnen zijn. En het gebeurt ook daadwerkelijk, alleen blijft het onder de radar. Deze mensen identificeren zich met George Floyd. Ik heb cliënten die effectief de ervaring hebben dat zij vaker willekeurige controles op straat moeten

ondergaan zonder dat daar enige aanleiding voor is. Of die door een bewakingsagent in een winkel voortdurend argwanend worden bekeken omwille van hun huidskleur. Wanneer zij zien wat er met George Floyd is gebeurd, dan komt dit wel heel erg dichtbij. Zeker omdat het hele voorval minutieus is gefilmd. Systematisch racisme ervaren, traumatiseren en maakt nu eenmaal ziek.

## Wordt de psychische impact van racisme op het slachtoffer vaak onderschat?

Absoluut, zowel de gevolgen op korte als op lange termijn worden te vaak geminimaliseerd. Ik heb cliënten die niet alleen klagen over niet kunnen slapen of piekeren, maar die zich echt wel minderwaardig voelen. Bovendien geloven ze vaak dat wat de anderen verwijt ook effectief klopt. Als je voortdurend te horen krijgt dat je iets niet kan, voel je dat je onzichtbaar wordt en dan ga je dat op de duur ook geloven. Racisme wordt dan een waarheid voor het slachtoffer. Als dat gebeurt, is er een traumatische impact en moeten we deze denkmechanismen proberen te ontmantelen.

*“Slachtoffers in Vlaanderen die naar de zaak-Floyd kijken, denken: dit had mij kunnen overkomen”*



► Birsen Taspinar: “Als slachtoffer erkenning krijgen voor racisme, kan helpen om de pijn te verzachten.” (foto Carmen De Vos)

Die negatieve gevoelens proberen we tijdens de therapie te neutraliseren. We werken ook aan een positiever zelfbeeld en een positieve identiteit. Ik leer cliënten ook om hun talenten te ontdekken. We werken eveneens aan weerbaarheid, want als je weerbaar bent, kan je de impact voor jezelf wat beperken en racistische opmerkingen proberen van je af te schudden. Wie racistisch benaderd wordt,

voelt zich vaak niet alleen persoonlijk aangesproken, maar voelt dat hij of zij een hele groep moet verdedigen. Ik probeer hun negatieve ervaringen tot iets positiefs om te buigen. Ik hanteer vaak de EMDR-techniek waarbij we via oogbewegingen onbewust het negatieve denkpatroon neutraliseren. Dat wordt ook in groep gedaan. Na herstel hebben mensen een veel realistisch beeld van zichzelf en de we-

## Birsen Taspinar

- werkt als psychologe en geeft les aan de Odisee Hogeschool
- werd geboren in Turkije, woont sinds haar 2 jaar in België
- schreef het boek *Moeder van de stilte* over geslacht en etniciteit
- zus van VRT-nieuwsanker Fatma Taspinar

reld en kunnen ze gemakkelijker hun plek vinden in de samenleving. Als slachtoffer erkenning krijgen voor racisme, kan helpen om de pijn te verzachten. Uiteraard helpt dit het racismeprobleem de wereld niet uit. Daarom zijn collectieve en individuele initiatieven broodnodig en moeten we dag in dag uit de strijd aanbinden tegen elke vorm van racisme.

## Welke tips kan u geven aan mensen die getuige zijn van racisme tegenover iemand anders?

Eigenlijk moet je op dezelfde manier op racisme reageren zoals je op agressie reageert. We moeten de slachtoffers steunen en troosten, aan de agressor zeggen dat wat hij doet niet ok is, de politie bellen, ... We moeten ons identificeren met elk slachtoffer. Het kan niet dat een medeburger racistisch wordt behandeld. Reageer altijd. Als je het laat passeren, ben je deel van het systeem en ben je eigenlijk medeplichtig. Het is belangrijk dat een slachtoffer die steun van omstaanders ervaart. Ik heb onlangs een vrouw geholpen die racistisch behandeld werd door een vrouwelijke buschauffeur. Dat dit gebeurde voor de ogen van haar kind, maakte het voor haar nog erger. Maar het feit dat omstaanders de chauffeur wel hadden aangesproken op haar gedrag, hielp wel om de emotionele en fysieke schade bij het slachtoffer te beperken.

## 700 manifestanten houden Black Lives Matter-mars in Luik

**LUIK/ANTWERPEN/PARIJS** ■ In Luik zijn gisterenmiddag zowat 700 mensen bijeengekomen om hun steun te betuigen aan George Floyd. De manifestanten verzamelden in de buurt rond het treinstation van Luik-Guillemins. Rond 15.30 uur is een groep van 250 personen richting het Sint-Lambertusplein gegaan, waar ze knielden voor het Justitiepaleis. De organisatoren kregen geen toelating van het stadsbestuur om de manifestatie te organiseren. Massabijeenkomsten zijn volgens de regels om het coronavirus in te dijken nog altijd verboden. Alles verliep echter rustig

en de autoriteiten lieten begaan. Ook op de Antwerpse Groenplaats vond gisteren een protestactie plaats met zo'n 500 personen. Het stadsbestuur had geen toestemming gegeven, maar de politie gedoogde de opkomst. In Parijs zijn gisteren een duizendtal betogers bijeengekomen aan de Amerikaanse ambassade. De betogers klaagden het politiegeweld aan in Frankrijk, ook al had de overheid het protest verboden. De ordediensten waren massaal ter plaatse. Later op de dag vond er nog een actie plaats aan het Champ-de-Mars. (Belga/VVHR)



► De manifestanten verzamelden rond het station van Luik. (foto Belga)

## Manifestatie in Brussel vandaag mag doorgaan

**BRUSSEL** ■ De stad Brussel tolereert dat er vandaag een Black Lives Matter-betoging plaatsvindt op het Poelaertplein aan het Justitiepaleis. Dat meldt burgemeester Philippe Close. De coronamaatregelen laten het normaal gezien niet toe om in groep samen te komen. Na constructief overleg met de organisatoren werd een compromis gevonden om het Black Lives Matter-protest tegen racisme te laten doorgaan. “De betoging wordt getolereerd. Er was een positief overleg met de organisatoren die opstonden voor een alternatieve invulling van de betoging. Het wordt een

statische manifestatie op het Poelaertplein die van 15 uur tot 16.30 uur zal plaatsvinden”, vertelt Maïté Van Rampelbergh, woordvoester van de Brusselse burgemeester Philippe Close. De organisatoren riepen op het Facebook-evenement van de betoging al op om de veiligheidsmaatregelen te respecteren, mondkapjes en handschoenen te dragen, ontsmettende handgel mee te nemen, 1,5 meter afstand te houden en de aanwezige politie met rust te laten. Het protest in Brussel wil solidariteit tonen met de Black Lives Matter-beweging in Amerika. (Belga/VVHR)