



”

Het maakt enorm uit of veteranen erkenning en begrip krijgen voor hun rol in een missie, of dat er bij thuiskomst juist veroordeling is

Jackie June ter Heide, psycholoog bij ARQ Centrum'45



Familie en kameraden rouwen om een gesneuvelde Oekraïense militair bij een begrafenis in Lviv. beeld EPA, Mykola Tys

INTERVIEW TINE MOLENDIJK OVER OORLOGSTRAUMA'S

# Psychische gevolgen oorlog voor burger én militair „immens”

• Maarten Costerus

De oorlog in Oekraïne heeft al duizenden burgers en militairen het leven gekost. De psychische gevolgen van het geweld zijn „immens” en zullen veel nabestaanden én daders hun leven lang bijblijven, verwacht cultureel antropoloog dr. Tine Molendijk

„Het doden van mensen zonder dit te kunnen rechtvaardigen, is verschrikkelijk”, stelt Molendijk. „Beelden van gedode mensen kunnen jaren later in je dromen terugkeren.”

Militairen kunnen achteraf gewetenswroeging krijgen over hun daden. Zeker als zij zich schuldig hebben gemaakt aan oorlogsmisdaden, zoals het doden van onschuldige burgers of gevangengenomen militairen. Morele verwonding, noemt Molendijk dat. „Daarbij gaat het om het morele conflict dat mensen ervaren, om pijn aan de ziel. Het betreffen gevoelens van schuld en schaamte, maar ook van haat en vervreemding richting de leiding, de politiek en de samenleving.”

Molendijk promoveerde in 2020 aan de Radboud Universiteit op morele verwonding

onder militairen die op missie zijn gestuurd. Voor haar onderzoek sprak ze tachtig Nederlandse veteranen die in Srebrenica en Afghanistan vochten. Momenteel coördineert ze vervolgonderzoek naar morele verwonding aan de Nederlandse Defensie Academie in Breda.

**Wat is het verschil tussen morele verwonding en een post-traumatische stressstoornis (PTSS)?**

„Bij PTSS blijf je in oorlogsstand staan, omdat je gevoel van veiligheid geweld is aangedaan. Bij morele verwonding is je rechtvaardigheidsgevoel geschonden. Het ene is een wond aan de ziel. Beide trauma's kunnen even ingrijpend zijn.”

**De Russen zijn de agressor, de Oekraïeners de verdedigers. Maakt dat uit voor de mate waarin militairen morele verwondingen oplopen?**

„Zeker. Waarbij we moeten beseffen dat beide partijen denken betekenisvol bezig te zijn. Hoewel er grote twijfels bestaan of dat ook voor dienstplichtige Russen geldt. Het verhaal doet er heel erg toe. Tegelijk kun je dat verhaal niet eindeloos relativeren. Russische militairen zijn op pad gestuurd met het narratief van bevrijding en denazificatie. Intussen merken ze dat ze bepaald niet met open armen worden ontvangen.

Dus ik denk dat vooral veel Russische militairen last zullen krijgen van morele verwonding als zij geconfronteerd worden met

”

**Vooral veel Russische militairen zullen last krijgen van morele verwonding**

Dr. Tine Molendijk, antropoloog bij de Radboud Universiteit



Dr. Tine Molendijk. beeld Tine Molendijk

de werkelijkheid van de oorlog en zien wat ze hebben aangericht.”

**Wat kunnen de gevolgen van morele verwonding zijn?**

„Mensen die hiermee te maken krijgen, kunnen zich gaan isoleren van de samenleving, omdat ze zichzelf en anderen niet meer vertrouwen. Ze zijn bang dat ze een ander kwaad doen. Bij mensen die ze ontmoeten, vragen ze zich af: zou ik bij diegene kunnen onderduiken of zal hij me verraden? Dergelijke vragen stellen alle veteranen uit Srebrenica en Afghanistan die ik heb gesproken. De wereld ervaren ze als een onveilige plek.”

**Russische militairen lijken burgers niet te ontzien. Hanteren zij wel ethische kaders?**

„Ja. Ook Russische militairen zijn opgeleid met bepaalde oorlogswetten. Zo weten ze dat er een onderscheid is tussen moorden en doden, en tussen burgers en militairen. Veel meer dan Nederlandse militairen zien zij het doden van burgers als geoorloofd, maar daar zitten grenzen aan.”

**Verwacht u dat Russische militairen de wapens zullen neerleggen als ze inzien dat ze verkeerd bezig zijn?**

„Ik vrees van niet. In eerste instantie kunnen ze juist grof geweld gebruiken als manier om de barsten in hun zingevingskader te verwerken.”

**Hoelang kunnen gevoelens van schuld en schaamte militairen bijblijven?**

„Gevoelens van gewetenswroeging ontstaan

”

Met de secularisatie zijn we christelijke termen en verhalen over schuld en zonde kwijtgeraakt

Dr. Tine Molendijk, antropoloog bij de Radboud Universiteit

soms pas na tien jaar en blijven vaak levenslang. Dat zien we bij veteranen wereldwijd. Daar komen de meesten niet meer vanaf. Dat is het interessante, maar ook het pijnlijke van morele verwonding. Kun je hen daders of slachtoffers noemen? Ze maken slachtoffers om zich heen, en maken zichzelf daardoor ook slachtoffer.”

**Ook Oekraïners maken zich mogelijk schuldig aan oorlogsmisdaden. In een video die eind maart opdook, lijken Oekraïense militairen zeker één Russische krijgsgevangene te executeren. Verbaast u dat?**

„Nee. Ik voorspel dat dit op grotere schaal voorkomt. Onmenselijke omstandigheden drijven tot onmenselijke daden. Je ziet in elke oorlog martelingen en executies terugkomen. Dat is een pijnlijk gegeven. De kwaden doen niet alleen maar kwaad, en de goeden niet alleen maar goed.

Tijdens de Vietnamoorlog maakten de Amerikanen honderdduizenden burgerslachtoffers. Ook de atoombommen op de Japanse steden Hiroshima en Nagasaki waren in feite oorlogsmisdaden.”

**Hoe kunnen mensen zo wreed zijn?**

„Dat willen we niet weten, maar we hebben allemaal een agressieve potentie in ons.”

**Christenen zullen zeggen: de mens is geneigd tot alle kwaad.**

„Ik ben niet christelijk opgevoed, maar dat mensbeeld deel ik. De mens is tot zóveel in staat.”

**Militairen van beide zijden lopen trauma's op. Hoe kunnen ze dat verwerken?**

„In bijvoorbeeld Rwanda, waar in 1994 een genocide plaatsvond, zijn verzoeningscommissies opgericht, waarbij daders en slachtoffers bij elkaar komen en elkaar vergeven. Dat soort activiteiten zijn een prachtige toevoeging aan traumatherapie, al is dat makkelijker gezegd dan gedaan.

In het vroege christendom waren er allerlei reinigingsrituelen voor terugkerende krijgers. Zij reciteerden psalmen, vasten voor een bepaalde tijd en bleven tijdelijk weg van het Avondmaal. De hele gemeenschap was daarbij betrokken. Er leefde een sterk besef dat goed en kwaad door elkaar kunnen lopen. Christenen zagen het doden van een mens als een kwaad, ook als de oorlog rechtvaardig was.”

**In welke mate kan praten over trauma's helpen bij de verwerking?**

„Erover praten is enorm belangrijk. Maar dat kan pas als anderen bereid zijn ernaar te luisteren. Daarvoor is het nodig dat we begrijpen dat de oorlog zoveel complexer is dan zwart-wit. Je moet ruimte bieden aan een militair om zijn verhaal te vertellen. Dat lukt niet als je hem of een verschrikkelijke agressor vindt of juist zegt dat hij er niets aan kan doen.

We missen de woordenschat van vroeger. Als we praten over schuld, doen we dat tegenwoordig vaak in termen van strafrecht. Iemand is strafbaar of onschuldig. Dat is een jammere simplificatie, want de werkelijkheid is veel genuanceerder. Met de secularisatie zijn we de christelijke termen en verhalen over schuld en zonde kwijtgeraakt.”

INTERVIEW TER HEIDE OVER TRAUMA BIJ VETERAAN

## „Sociale steun vormt buffer tegen post-traumatische stressstoornis”

• Maarten Costerus

Aan de oorlog in Oekraïne zullen veel burgers en militairen een trauma overhouden. Maar om hoeveel mensen het precies gaat, is onmogelijk te zeggen.

Dat stelt Jackie June ter Heide, klinisch psycholoog en onderzoeker bij ARQ Centrum'45, een instelling die hulp verleent aan onder meer veteranen en politieagenten. „Lang niet iedereen die is blootgesteld aan schokkende ervaringen ontwikkelt een post-traumatische stressstoornis, PTSS.”

Volgens Ter Heide heeft 80 procent van de Nederlanders in zijn of haar leven wel eens een traumatische ervaring gehad, zoals seksueel geweld, mishandeling of het onnatuurlijk overlijden van een familielid. Daarvan ontwikkelt slechts 7 procent PTSS, blijkt uit onderzoek. Ter Heide: „De meeste mensen hebben een bepaalde veerkracht waarmee ze een trauma kunnen verwerken.”

ervaren. „Sociale steun vormt een buffer tegen PTSS. Het maakt enorm uit of veteranen erkenning en begrip krijgen door de familie en de samenleving voor hun rol in een missie, of dat er bij thuiskomst juist veroordeling is.”

De klinisch psycholoog vindt het niet zo relevant om onderscheid te maken tussen klassieke PTSS en morele verwonding, waarbij iemands rechtvaardigheidsgevoel geweld is aangedaan. „Bij de meeste mensen die aankloppen bij de GGZ overlappen de twee elkaar. Ook is de betekenis van PTSS verbreed in de vijfde versie van het handboek voor de psychiatrie, de DSM-5. Onder de nieuwe definitie vallen ook mensen die last hebben van schuld en schaamte.”



Jackie June ter Heide beeld Jackie June ter Heide

**Sociale steun**

De psychologe ziet dat ook bij Duitse III-veteranen, die de val van Srebrenica hebben meegemaakt. „Met 60 procent van de veteranen gaat het goed, weten we uit eigen onderzoek. Dus je kunt zeker niet stellen dat elke militair die bij een oorlog betrokken is, daar klachten aan overhoudt die hulpverlening vereisen.”

Of mensen wel of geen PTSS ontwikkelen, hangt volgens Ter Heide af van zowel het aantal schokkende ervaringen, als de mate waarin mensen sociale steun

Een psychisch traumatische gebeurtenis kan je zelfbeeld veranderen, weet Ter Heide. Als voorbeeld noemt ze militairen die niet konden voorkomen dat burgers werden doodgeschoten. „Soms concluderen veteranen dan dat ze een slechte militair of een slecht mens zijn. Terwijl veel gedrag wordt bepaald door de omstandigheden. Ook moet een militair in oorlogssituaties vaak ontzettend snel handelen. Een keuze wordt dan al snel instinctief gemaakt. Het gesprek daarover kan helpen om dat verkeerde zelfbeeld recht te zetten.”

advertentie

**Gezocht! Marketing-communicatietalent**

Kom werken in ons fijne team! Samen zetten we ons in om Driestar educatief (nog) beter op de kaart te zetten.

Bekijk onze vacatures op [www.werkenbijdriestar-educatief.nl](http://www.werkenbijdriestar-educatief.nl) of kom langs om kennis te maken. Welkom!

