

# Alfamannetjes met een klein hartje

**Tobias Karsten**

Langzaam vult de zaal zich. De meeste jongens met sneakers, een spijkerbroek met scheuren en een strak kapsel. De stapel stroopwafels op de koffietafel slinkt zienderogen en de koffie moet al snel worden aangevuld. Ik ben benieuwd wat de dag gaat brengen. Daar is toch altijd weer die lichte spanning aan het begin van zo'n dag. Vandaag begeleid ik een conferentie voor toekomstige onderofficieren van de infanterie. We gaan het hebben over PTSS en 'moral injury'. Hoe ontstaat zo'n aandoening en hoe ga je er zo goed mogelijk mee om? Met andere woorden: hoe blijf je heel in dit risicovolle werk? Dit zijn voor mij de pareltjes in mijn werk. De tijd nemen om met een groep militairen over de kwetsbare kanten van het werk te praten.

We beginnen de dag met het verhaal van Jan, infanterist en actief dienend veteraan. Hoewel Jan maar klein van stuk is, heeft hij een groots karakter. Een charismatische man. Hij nodigt de groep uit om in een kring te komen zitten. Zelf zit hij op de tafel; de groep kijkt letterlijk naar hem op. Hij haalt zijn Boekje Slim – zo noemen we het blauwe notitieboekje dat iedere militair bij zich draagt – uit zijn borstzak en begint te vertellen. Hij maakt ons deelgenoot van zijn ervaringen in Afghanistan. Wat hij heeft meegemaakt is geen kattenpis, zeg maar.

De jongens hangen aan zijn lippen en stellen de ene vraag na de andere. Of hij haat koestert voor talibanstrijders, na alles wat hij heeft doorgemaakt. Of hij er thuis een plekje aan heeft kunnen geven. Hoe hij voor 'zijn mannen' heeft kunnen zorgen. En waar kon hij zelf heen met zijn verhaal? Er ontstaat een openhartige sfeer. Van Jan naar de jongens, tussen de jongens – als mannen onder elkaar.

Ik observeer wat er gebeurt. Ik zie hoe de groep steeds meer eigenheid krijgt. Stuk voor stuk mooie mensen met een eigen verhaal. Vol aandacht voor Jan, hun rolmodel. Ik zie hoe ze zich voorstellen hoe het was geweest, als zij in Jans schoenen hadden gestaan. Zullen zij genoeg veerkracht en mentale weerbaarheid hebben, als zij straks hun vuurdoop beleven?

Infanteristen zijn geen gevoelloze alfamannetjes, stelt Jan: 'Misschien wel aan de buitenkant, maar van binnen hebben we allemaal een klein hartje.' Ik zie de stoere jongens, met de armen vol tatoeages, instemmend knikken. Jan laat zien hoe hoofd en hart met elkaar in balans moeten zijn om gezond te blijven. Dat praten over gevoelens en onzekerheid niet voor mietjes is, maar van groot belang om je werk goed te kunnen doen.

Vaak heb ik geen idee of wat ik doe als geestelijk verzorger verschil maakt voor een militair. Ik hoop dat deze jongemannen hier nog eens aan terug denken, als ze het voor hun kiezen krijgen. Als ze merken dat het werk ze niet onberoerd laat. Dat ze, als ze straks als commandant de leiding hebben, in staat zijn naar hun mensen om te kijken. Door het schild van de stoere buitenkant heen te prikken en van mens tot mens hun kwetsbaarheid te tonen. Als ik om me heen kijk in deze groep, en zie hoe ze zich stuk voor stuk openstellen, dan heb ik daar alle vertrouwen in.

T.S. Karsten MA is humanistisch geestelijk verzorger bij Defensie. E-mail: ts.karsten@mindef.nl.