

# Symposium VGVZ: Aan de slag met morele stress

Sanneke Brouwers werkt als aalmoezenier in de krijgsmacht. Zij verdedigde afgelopen december haar [proefschrift](#) over haar onderzoek naar morele ervaringen bij veteranen en hoe zij dit beleven. Voor dit onderzoek ging Sanneke met een diverse groep van actieve en post-actieve veteranen in gesprek over de vraag welke ervaringen voor hen moreel spanningsvol waren en hoe zij dit beleefden. In de analyse van het onderzoek stond het verschil tussen de persoonlijke en de militaire rol centraal. Met de huidige geopolitieke ontwikkelingen, is het belang om na te denken over morele situaties alleen maar toegenomen.

## De militaire organisatie

Militairen zijn moreel kwetsbaar vanwege twee redenen. Zij werken in situaties van dreiging en conflict. Dat betekent dat zij desnoods geweld moeten gebruiken om kwaad te bestrijden. Daarnaast werken ze in een organisatie waarin macht en gezag een rol spelen. Binnen de bevelstructuur hebben ze een beperkt handelingsperspectief. Hier worden ze geconfronteerd met moreel geladen situaties. Dat betekent dat militairen in de situatie kunnen komen waarin hen gevraagd wordt om handelingen uit te voeren, of na te laten, waar zij als persoon niet achter staan.

Militairen voelen zich moreel betrokken bij het werk van de krijgsmacht en vatten hun morele verantwoordelijkheid persoonlijk op. Dit is een bron van kracht, motivatie en zingeving, maar het maakt de militair ook kwetsbaar voor morele beschadiging of mentaal lijden als gevolg van de aantasting van waarden en overtuigingen.

## Definities

Centraal staan een paar concepten die niet makkelijk van elkaar zijn te onderscheiden: *moral distress*, *moral injury* (morele verwonding) en *PTSS*. Er is binnen deze concepten een verschil in draaglast. Niet iedereen ontwikkelt klachten naar aanleiding van een ingrijpende levensbedreigende of morele gebeurtenis.

In de literatuur wordt *moral injury* langs twee benaderingen beschreven. De eerste gaat over de vraag in hoeverre iemand zichzelf ziet als een *slachtoffer* van andermans grensoverschrijdende gedrag. De tweede betreft de mate waarin iemand ervaart zelf morele waarden te hebben geschonden (*daderperspectief*). Vaak zijn beide kenmerken herkenbaar.

Moral injury en moral distress staan in elkaars verlengde. We onderscheiden drie niveaus waarop de morele ervaring kan plaatsvinden en die een steeds grote impact heeft, maar ook minder vaak voorkomt. We hebben allemaal regelmatig te maken met morele uitdagingen (*moral challenges*). Dat is geen probleem en hoort bij het leven. Ook komt het voor dat we te maken krijgen met morele nood (*moral distress*). *Moral injury* is de overtreffende trap of opeenstapeling van negatieve morele ervaringen.

*PTSS* is het gevolg van een ingrijpende gebeurtenis, bijvoorbeeld wanneer iemand in het eigen voortbestaan wordt bedreigd. Bij *PTSS* spelen herbeleving en vermijding een rol.

## Context

In haar onderzoek heeft Sanneke gewerkt met het concept moral distress in plaats van moral injury. Omdat dit breder is en daarmee voor iedere militair herkenbaar. In haar benadering is morele belasting onderdeel van de militaire professionaliteit en het gevolg van een werkend geweten. Veteranen blijken heel gewetensvol op hun werk te kunnen en willen reflecteren.

Sanneke pleit daarom voor het meer normaliseren van de morele gevoelens, met een plek voor bijvoorbeeld de schuld, schaamte, rouw en teleurstelling waar militairen mee te maken krijgen en die adequaat zijn in bepaalde situaties. Maar ook met een rol voor mildheid, compassie en verzoening. Waarin veteranen hun eigen machteloosheid kunnen erkennen en er grenzen zijn aan de juridische en morele verantwoordelijkheid van militairen.

De andere, positieve kant is dat moral distress voorkomt uit morele betrokkenheid, de motivatie van waaruit iemand zijn of haar werk doet. Militairen willen vrede en veiligheid brengen, zorgpersoneel wil mensen beter maken, geestelijk verzorgers willen mensen helpen. De gedrevenheid hiervoor gaat vaak diep en het is dan ook niet vreemd dat het pijnlijk is wanneer we hier in falen of tekortschieten.

### **Rolconflict**

De militaire rol kan ook leiden tot rolconflicten op persoonlijk niveau. Mensen wisselen door de dag heen voortdurend van rollen, bijvoorbeeld van militair naar ouder, teamgenoot of klant in de supermarkt. Voor iedere rol geldt dat er een verwachtingskant is waar je aan moet voldoen zodat de omgeving jou in die rol kan herkennen. Daarnaast is er een individuele kant met ruimte voor eigen invulling. Maar in de militaire rol is er een grote verwachtingskant en weinig individuele ruimte. Zo kan een rolconflict ontstaan tussen de persoonlijke en de militaire rol.

### **Identiteitsopbouw**

Voor veel militairen is de professionele rol belangrijk voor de identiteit. De keuze voor de krijgsmacht is moreel gemotiveerd. Maar ook de aard en intensiteit van het werk maken de militaire rol tot een wezenlijk onderdeel van iemands identiteit. Dit kan positief uitpakken: in de handelingen die we ondernemen of nalaten, drukken we uit wat we belangrijk vinden. In ons gedrag laten we zien wat voor soort mens we willen zijn. Handelen is dus moreel gemotiveerd. Maar voor militairen staat deze heelheid van de persoon, de integriteit, op het spel wanneer ze als mens anders zouden willen handelen dan ze als militair moeten. Morele nood is voor militairen dus part of the job, het maakt onderdeel uit van hun professionaliteit.

Veteranen die terugkomen van een complexe of gefaalde missie, kunnen als gevolg daarvan worstelen met een beschadigde morele identiteit. Dat betekent dat iemand wat hij heeft gedaan of nagelaten niet in overeenstemming kan brengen met wie hij is.

### **Rol strategieën**

De interviews gaven ook inzicht in de wijze waarop veteranen omgaan met de moral distress waar ze mee geconfronteerd worden. Belangrijk hierbij zijn eigen regie en erkenning.

Het door de veteranen meest genoemde negatieve gevoel was machteloosheid. Het zoeken naar *eigen regie* binnen de militaire rol is dan ook een eerste rolstrategie die militairen inzetten om moral distress te hanteren. Bijvoorbeeld door een opdracht niet of anders uit te voeren. Ervaringen waarbij militairen meer ruimte hadden om hun eigen handelen te kiezen werden positiever beoordeeld. Ook ruimte krijgen om onvrede of weerstand te uiten ten aanzien van de missie is waardevol. Omdat hiermee de identiteit kan worden uitgedrukt. Ook al brengt het geen verandering teweeg in de doelen van de missie, het helpt wel om de kloof tussen de militaire en persoonlijke rol te overbruggen en als heel en integer persoon overeind te blijven.

Het tweede dat belangrijk is voor militairen om de moral distress te hanteren is *sociale erkenning*. Erkenning is belangrijk voor veteranen die hunkeren naar de sociale bevestiging van burgers. Zij willen dat die inzet gezien wordt (wat iets anders dan gewaardeerd wordt).

De verhouding en balans tussen de militaire en de persoonlijke rol is interessant, maar ook precair. Alle veteranen die Sanneke sprak, op een na, koppelen aan hun militaire rol positievere gevoelens dan aan hun burgerrol. Ze ervaren meer zelfvertrouwen en ook meer verbondenheid. Dat gold sterker voor de militairen die door hun militaire ervaring mentale klachten ondervinden.

De soms complexe verhouding tussen de mens en de militair zou vaker onderwerp mogen zijn van gesprek en reflectie, benadrukt Sanneke. Ook ruimte geven aan het geweten van de militair of handelingsruimte binnen de militaire rol is belangrijk. Dit komt de professionaliteit van militairen ten goede, zorgt ervoor dat hun ervaring en waarnemingen vanuit het veld kunnen worden meegenomen in militair of politiek debat en last but not least beschermt het de morele identiteit en integriteit van de militair die uiteindelijk altijd natuurlijk gewoon mens is.

### **Religieuze invalshoek**

Sanneke ging in op de levensovertuiging van de veteranen die ze interviewde. Ze vroeg hen of zij in God geloven, naar de kerk gaan, of geloven in iets hogers. Als eerst viel op dat alles door elkaar loopt. Bijvoorbeeld iemand is RK, maar gaat nooit naar de kerk en gelooft niet. Een ander noemt zichzelf ongelovig maar bezoekt regelmatig een kerk. Weer een ander heeft geen denominatie, maar gelooft wel dat er iets is... Het was dus niet helemaal consistent volgens de gegeven categorieën. Ongeveer de helft van de groep had niks met geloof en de andere helft was religieus of ging uit van iets transcendenten. Dat laatste past bij militairen. Zij maken veel gebruik van intuïtie, een onderbuikgevoel, het hogere en letten op voortekenen. Zij moeten zich laten sturen door de krijgsmacht en dat vraagt overgave. Zij zijn hiertoe door gemotiveerd door het geloof in een hoger doel: vrede, veiligheid of een militaire roeping. Zij zijn per definitie een klein schakeltje in een systeem dat hen in tijd, ruimte en doel overstijgt.

Sanneke reflecteerde tot slot op haar eigen rol als geestelijk verzorger: “Als geestelijk verzorgers kunnen we met mensen zoeken naar houvast, zingeving, hoop en troost. Een naaste zijn voor de ander, wie het ook is, wat iemand ook gedaan heeft maakt voor mij de kern uit van het werk van de geestelijk verzorger. Maar natuurlijk er zijn ook vele andere rollen denkbaar en waardevol”.