

Over de sociale gevolgen van PTSS

door kapitein-luitenant ter zee van Speciale Diensten dr. Marten Meijer, docent Nederlandse Defensie Academie

Na de inzet van grote aantallen Amerikaanse militairen in de oorlog in Vietnam bleek dat een aanzienlijk deel van hen te maken kreeg met nadelige gevolgen hiervan voor hun geestelijke gezondheid. Op basis van veel en goed Amerikaans onderzoek werd een nieuwe diagnose gesteld voor hun lijden: de posttraumatische stress-stoornis (PTSS).

Door het meemaken van levensbedreigende situaties ontstaat een angststoornis die drie kenmerken heeft: geprikkeldheid, het overvallen worden door herinneringen en het vermijden van vergelijkbare situaties. Intussen maakt deze diagnose deel uit van de algemene Westerse psychiatrie. Toch wordt er vanuit andere culturen wel kritiek geleverd op deze benadering van PTSS. Het duurt vaak lang voordat een veteraan ontdekt dat hij eraan lijdt en hulp zoeken is in ieder geval iets wat Westerse mannen moeilijk vinden. Omdat veel veteranen niet gemakkelijk praten over de moeilijkste momenten van hun uitzendingen, raken zij op dat punt gemakkelijk in een sociaal isolement. De gemeenschap begrijpt en accepteert PTSS maar moeizaam, waardoor dit isolement wordt versterkt.

Het is daarom aan te bevelen om de diagnose PTSS aan te vullen met een beeld dat door de gemeenschap wel wordt begrepen. Zo'n beeld kan zijn dat men zichzelf heeft verloren omdat men de tijd en gelegenheid niet had om te voelen wat er door het geweld werd aangericht. Zo kan eenzaamheid ontstaan, één van de ergste vormen van armoede die een mens kan ervaren. Het is daarom goed om ook aandacht te besteden aan de sociale gevolgen van PTSS. In de Amerikaanse en andere Westerse samenlevingen die sterk op het individu zijn gericht, wordt dit gemakkelijk vergeten. In Afrikaanse stammen bijvoorbeeld is het gebruikelijk dat krijgers na een gevecht



Marten Meijer in contact met een local tijdens een militaire missie. Foto: ministerie van Defensie.

een rituele wassing ondergaan in het midden van de gemeenschap. Daarmee krijgen zij hun sociale positie weer terug.

Veel van datgene wat er de afgelopen jaren bereikt is voor en door veteranen past in dit beeld van zichzelf weer terugvinden, een sociale positie weer terugkrijgen en ervaringen delen. Het succes van veel BNMO-activiteiten en de jaarlijkse veteranendag zijn daarvan sprekende voorbeelden. In de kleinere kring van familie of gezin kan ook zo'n isolement ontstaan. Als gebeurtenissen eindeloos worden verhaald haakt zelfs de beste luisteraar af, vooral als er geen emoties verbonden zijn aan die gebeurtenissen. Omgekeerd zijn de soms heel heftige emoties niet te begrijpen als hele verhalen worden verzwegen. Contact met zichzelf en met anderen ontstaat weer als emoties passen bij gebeurtenissen en ook die emoties worden getoond en gedeeld. Niet voor het grote publiek, maar met hen die dat waard zijn. Zo wassen de tranen de ogen en de wangen. Wat met tranen is gezaaid, wordt met gejuich gemaaid.