**Postition paper Veteranenbeleid/zorg** Robin Imthorn

De effectiviteit om te zorgen voor, begint bij iemands gevoel er ook echt mee geholpen te zijn.

Voorover gebogen, gezicht in haar handen en zachtjes snikkend zo dat het niemand opvalt, hoeveel mensen zullen er al langs haar gelopen zijn? Vraag ik me af, zelf sta ik vier treden op de trap en kijk schuin naar beneden naar haar, even een luchtje scheppen was het plan na een verhaal in de KNAK mail gelezen te hebben van een collega die er doorheen zit. De volgende stap die ik zet is er eentje terug gevolgd door de vraag: ‘hey, ben je okay?’ een antwoord hoef ik niet en terwijl ze omhoogkijkt vraag ik haar ‘mag ik naast je zitten’? Het antwoord is ‘ja’ en we raken in gesprek, zij legt uit hoe ze zich voelt en waarom ze zojuist weggelopen is uit haar therapie, ze wil namelijk niet horen dat buiten de zon schijnt dat morgen een nieuwe dag is en clichés zoals… ‘probeer het positief in te zien’. Zij wil namelijk…dood, althans dat zijn de gedachtes die ze heeft want ze wil helemaal niet dood, ze is hier om geholpen te worden, duidelijkheid en richting te krijgen en beter worden, al die dingen verwacht ze hier bij het MGGZ te vinden maar is niet wat ze wil, want het antwoord op die vraag die ik stel is simpel en hartverscheurend tegelijk. Namelijk gewoon een knuffel, een arm om mij heen. Wetende je bent niet alleen.

**‘De ketting is zo sterk als de zwakste schakel’**

Het voorbeeld zoals hierboven is er één uit zovelen, allemaal een eigen verhaal maar dezelfde kern, gevangen in schaamte, gevoed door eenzaamheid en connectie verliezen met wie je bent. Als Militair/ Veteraan ben je anders gewired, anders getraind. Een mooie tool box vol kernwaarden die bijdragen aan een voldoend bestaan en werkethiek zoals: doorzettingsvermogen, team eerst dan jij, discipline, oplossing gerichtheid etc. Alleen als het muntje de andere kant op valt blijkt diezelfde tool box niet even toereikend: jezelf wegcijferen, zelf willen oplossen, niet stilstaan maar doorgaan, emoties uitschakelen, van het ene in het andere storten.

Praten wanneer het dan spaak loopt is niet vanzelfsprekend tot dat je alles doorlopen hebt, je wil blijven mee doen ten koste van jezelf, je stelt als het ware je eigen zorg uit door de ‘can do’ mentaliteit en de schaamte van als het niet lukt, als je niet meer meedoet.

De kar die rijdt door, voor veteranen in actieve dienst is dat vaak de operationele kar, van oefening naar opleiding naar uitzending en door, geen tijd om stil te staan, wat ook logisch is voor de voortgang van het defensieapparaat. Voor de persoon die valt, voelt dat anders: als achteruitgang, een zoektocht tussen de bureaucratie. Het is hier dat monitoring, contact met de werkplek, contact met gelijkgestemden, community, het niet alleen voelen zo belangrijk maakt. Iemand die naar je luistert en eigenlijk begrijpt zonder alles te hoeven vertellen. Als veteraan die niet in dienst is bij Defensie is dit belang nog groter, want je trekt pas aan de bel als het niet meer anders kan.

**When all else fails**

We trekken aan de bel eigenlijk als het te laat is, wanneer we het zelf niet meer kunnen oplossen of wanneer onze omgeving dusdanig aandringt dat we geen keuze meer hebben. Op dat moment is er een hoop waar je aan kan kloppen, actief en post actief van veteranenloket, geestelijk verzorger tot maatschappelijk werk etc. Alleen blijkt uit recent onderzoek onder actief dienende veteranen dat een duidelijk overzicht ontbreekt waar je dan die hulp kan krijgen als je last hebt van bij psychische klachten, 95,7% van de onderzochte militairen gaf dit aan. Zoals hiervoor beschreven heb je al een aardige weg bewandeld voor je aan de bel wil trekken elke drempel is er dan één te veel, als je mentaal niet goed zit dan kan alles als te veel voelen, een te grote opgave, wat resulteert in een uitgestelde hulpvraag.

Uit Onderzoek van de Nationale Veteranenombudsman over daklozen-veteranen, blijkt dat wanneer het veteranenloket gebeld wordt dat er niet altijd gehoor is en dat je soms een voicemail moet achterlaten.

24/7 Word daarmee niet gehaald, in een militaire wereld waar je elkaar 100% moet vertrouwen wordt het vertrouwen op die manier geschaad, wat nog meer drempels opwerpt en de stap naar hulp bemoeilijkt.

Het heeft te maken met imago, voel ik mij verbonden genoeg als ik hulp nodig heb, heb ik vertrouwen dat wanneer ik bel er iemand is, is er iemand voor mijn gezin, is er iemand die wil luisteren en mij begrijpt.

**De lijdende veteraan.**

Veel veteranen uit recent onderzoek (gedaan door het veteraneninsitituut) geven onder andere aan dat het begrip veteraan geassocieerd wordt met psychisch lijden, terwijl veruit het merendeel geen psychisch lijden ervaart aan de hand van zijn uitzendingen. Waarmee het woord veteraan dus een verkeerde betekenis lijkt te krijgen en frictie ontstaat tussen diegene we lijden en daar mee meer aandacht naar zich toe trekken.

Als we dan kijken naar de pijlers: Erkenning, waardering en zorg.

Zou mijn advies zijn om die zorg weg te halen en anders te beleggen, enerzijds om het beeld te veranderen van de lijdende veteraan want dan hou je erkenning en waardering over, voor zij die op uitzending zijn geweest en hun land gediend hebben, de status veteraan hebben, een status die eigenlijk beperkt en snijdt maar wel gewaardeerd erkend moet worden. Want wat als je geholpen hebt bij rampenbestrijding, bijzondere inzet, kortere missies hebt gedraaid waar de status veteraan niet aan gekoppeld si, werkzaam bent bijvoorbeeld bij de Koninklijke Marechaussee en zorg nodig hebt aan de hand wat je mee gemaakt hebt in je diensttijd. Waar klop je aan?

Zorg zou alles omvattend moeten zijn ongeacht je inzet, want je hebt je ingezet voor je land soms ten koste van jezelf, je gezin, je omgeving, je kinderen.

Als we die zorg wegzetten op de pijler, jouw land zorgt voor je zoals jij voor ons zorgde. Rugdekking ongeacht status maar op basis van inzet, gereedheid, bereidwilligheid.

**Tot Slot**

Ik hoop met dit stuk inzicht te geven wat er nodig is voor goede (veteranen)zorg, zelf heb ik aan de lijfe PTSS moge ervaren en heeft het uiteindelijk geresulteerd dat ik binnen de organisatie omarmd word met KNAK, wat de toekomst is, de verbindende factor tussen alle zorg eilandjes, vertrouwd en veilig. Met als oogpunt de persoon, de militair, de veteraan.

Meer informatie wat KNAK inhoud licht ik u graag toe maar voor nu verwijs ik naar @knakmoment op Instagram waar verhalen gedeeld worden van militairen die geknakt zijn maar niet gebroken, die de drempels voor andere verlagen door te zeggen, waar jij nu bent ben ik ook geweest, je bent niet alleen.

Want dat is het belangijkste…. De wetenschap dat je niet alleen bent , het gevoel dat je nog mee doet.

Robin imthorn

0648973841

Imthorn.r@gmail.com / r.imthorn@mindef.nl

@fivefive.out / @knakmoment Instagram