

*Het zoeken naar zin en het geven van zin
aan indringende uitzendervaringen*

Geestelijke begeleiding van raadslieden aan militairen



Universiteit voor Humanistiek

Doctoraalscriptie

Juli 2008

Inge Essers

Abdijlaan 146

5401 NP Uden

06-47436342

inge_essers@hotmail.com

studentnr: 00010033

Begeleiders: Mw. prof. dr. H.A. Alma

Functie: rector, hoogleraar psychologie en zingeving

Mw. dr. T. van den Ende

Functie: directeur zingeving en professie

Praktijkcentrum van de Universiteit voor Humanistiek

Meelezer: Dhr. prof. dr. A. Smaling

Functie: hoogleraar methodologie en onderzoeksleer

Het zoeken naar zin en het geven van zin
aan indringende uitzendervaringen

Geestelijke begeleiding van raadslieden aan militairen



een mens
kwetsbaar
en sterk
felle kleuren
en veel
wat nauwelijks zichtbaar
toch essentieel
is

Corrie Blanksma

In: *Leve*, PGV & RKGv, OBT bv, Den Haag, 2004

Voorwoord

Na een interessant en ook moeizaam proces ligt het eindresultaat van mijn afstudeeronderzoek voor u: mijn doctoraalscriptie voor de Universiteit voor Humanstiek.

Een scriptie gewijd aan het fascinerende werkveld van humanistisch geestelijk verzorgers bij defensie.

Op deze plaats wil ik graag een aantal mensen bedanken:

Marc Walgreen - Jef en Betty Essers

Voor hun liefdevolle aandacht, interesse en geduld.

Tonja van den Ende - Hans Alma - Adri Smaling

Voor hun begeleiding en opbouwend commentaar.

Hugo Remmers - Sietse Sinnema

Voor hun steun en passie voor het raadswerk bij de krijgsmacht.

Emma Heemstra

Voor haar telefonische morele steun.

De raadsliden en militairen die hun medewerking hebben verleend in de vorm van een interview. Zonder hen was deze scriptie niet tot stand gekomen.

Inhoudsopgave

1. Inleiding en motivatie	5
2. Onderzoek	7
2.1. Vraagstelling	7
2.2. Doelstelling en relevantie	9
2.3. Onderzoeksmethode	10
2.4. Opzet en uitvoering	11
2.4.1. Literatuur	11
2.4.2. Respondenten	12
2.4.3. Interviews	13
2.4.4. Analyse	15
2.5. Methodologische verantwoording	16
2.5.1. Betrouwbaarheid	16
2.5.2. Validiteit	17
<u>Theoretisch gedeelte</u>	
3. Theoretisch kader	19
3.1. Zingeving	19
3.1.1. De aspecten van zingeving	19
3.1.2. Baumeister en Lowenthal	29
3.1.3. Analyse kader zingeving	35
3.2. Humanistisch geestelijke verzorging	37
3.2.1. Hoogeveen	39
3.2.2. De werkwijze van raadslieden in de krijgsmacht	41
3.3. Indringende uitzendervaringen	44
3.4. Waardering van de geestelijke begeleiding	48
<u>Empirisch gedeelte</u>	
4. Humanistisch geestelijke begeleiding: onderzoeksvraag één - deel één	52
4.1. Militairen op uitzending in gesprek met raadslieden	52
4.1.1. Contact	55
4.2. Werkwijze raadslieden – Hoogeveen	56
4.3. Zingeving en raadsgesprekken	59
4.3.1. De acht aspecten	60
4.4. Doorverwijzen	65
5. De indringende uitzendervaringen: intermezzo	68

6. Humanistisch geestelijke begeleiding: onderzoeksvraag één - deel twee	72
6.1. Indringende uitzendervaringen	72
6.1.1. Bevindingen	76
6.2. Werkwijze in raadsgesprekken	77
6.2.1. Bevindingen	80
6.3. Zingeving	80
6.3.1. Bevindingen	83
6.4. Conclusie	84
7. Zingeving van militairen: onderzoeksvraag twee - deel A	87
7.1. Militair 1	87
7.2. Militair 2	93
7.3. Militair 3	97
7.4. Conclusie	100
8. Waardering van de begeleiding: onderzoeksvraag twee - deel B	103
8.1. De militairen over de raadsgesprekken	104
8.1.1. Een drempel?	107
8.2. Raadslieden over waardering	108
8.3. Conclusie	110
9. Conclusie	112
Literatuur	116
Bijlage – Vragenlijsten interviews	119

1. Inleiding en motivatie

Tijdens mijn studie heb ik twee stages gelopen, een educatiestage aan een middelbare school en een stage geestelijke begeleiding bij defensie. In deze laatste stage, aan de Koninklijke Militaire School te Weert, heb ik diverse werkzaamheden van een raadvrouw in praktijk kunnen brengen. Het werkveld defensie spreekt mij erg aan, vanwege de diversiteit aan werkzaamheden van een raadvrouw, vanwege het werken met de militairen, door de contacten met (humanistisch) geestelijk verzorgers en het functioneren in de krijgsmachtorganisatie. De keuze om mijn afstudeeronderzoek binnen het werkveld defensie te verrichten was dan ook snel gemaakt.

Een belangrijk en essentieel aspect van humanistisch geestelijke verzorging, binnen de krijgsmacht en elders, is de individuele geestelijke begeleiding. Daarom is mijn afstudeeronderzoek hierop gericht. Dit beantwoordt tevens aan mijn persoonlijke interesse om, na de theoretische en praktische vakken op de universiteit en het stagelopen, nog meer grip hierop te krijgen vanuit de concrete werkpraktijken.

De individuele geestelijke begeleiding van humanistisch geestelijk verzorgers bij de krijgsmacht (raadsliden) aan militairen kan over de meest uiteenlopende onderwerpen gaan; namelijk datgene waar de militair behoefte aan heeft om met de raadsman¹ over te praten. Als kader heb ik gekozen voor uitzendervaringen van militairen. Het uitgezonden worden is een bijzonder onderdeel van het werken bij de krijgsmacht, waarbij men ingrijpende gebeurtenissen kan meemaken en indringende ervaringen kan opdoen. Bij de (humanistisch) geestelijk verzorger kan een militair zowel tijdens als na zijn uitzending met zijn verhaal terecht.

En dan zijn we nu aangekomen bij het centrale thema van mijn onderzoek: **zingeving**. Humanistisch geestelijk verzorgers zijn (onder andere) sterk gericht op zingeving en zingevingsprocessen, wat ook uit mijn onderzoek naar voren zal komen. Het proces van het zoeken naar zin en het geven van zin aan indringende uitzendervaringen en de emoties die daarmee samenhangen, is mijns inziens belangrijk. Juist doordat gebeurtenissen en ervaringen die impact op iemand hebben vaak (impliciet of expliciet) existentiële zingevingsvragen

¹ Overal waar de mannelijke vorm van een woord staat, kan ook de vrouwelijke variant gelezen worden.

oproepen. Zowel vanuit het werk van de raadslieden bezien, als van de militairen met hun indringende uitzendervaringen, is zingeving de rode draad door mijn onderzoek.

In het empirische gedeelte van mijn onderzoek heb ik zowel raadslieden als militairen geïnterviewd. Aangezien mijn interesse zowel uit gaat naar de werkwijze van raadslieden omtrent zingeving met betrekking tot indringende uitzendervaringen, als naar het zingevingproces vanuit het perspectief van de militairen aan hun indringende uitzendervaringen. Waarbij ik de militairen tevens heb gevraagd naar hun beleving en waardering van de gesprekken die zij met de raadslieden hebben gevoerd.

In de studie humanistiek is zingeving een belangrijke pijler en dit onderzoek gaf mij de gelegenheid om mede vanuit mijn persoonlijke interesse me daar verder in te verdiepen. Op basis van literatuur heb ik het complexe begrip zingeving uiteengezet en ingevuld.

In dit verslag zet ik ten eerste mijn onderzoek uiteen in hoofdstuk 2. Vervolgens geef ik in het theoretisch gedeelte, hoofdstuk 3, vier belangrijke begrippen uit mijn vraagstelling inhoud: zingeving; humanistisch geestelijke verzorging; indringende uitzendervaringen; en waardering van de geestelijke begeleiding. In hoofdstuk 4 ga ik in op uitzendervaringen, de werkwijze van raadslieden en de rol van zingeving, met het empirische materiaal wat de interviews met raadslieden hebben opgeleverd en op basis van het theoretisch kader. In hoofdstuk 5 beschrijf ik drie verhalen over indringende uitzendervaringen, van de drie militairen die ik geïnterviewd heb. In hoofdstuk 6 ga ik in op de concrete begeleiding van deze militairen door drie raadslieden. Vervolgens geef ik de zingevingprocessen van de drie militairen weer in hoofdstuk 7. In hoofdstuk 8 staan mijn bevindingen over de waardering van deze militairen over de geestelijke begeleiding. Ik sluit in hoofdstuk 9 af met de conclusies van mijn onderzoek.

2. Onderzoek

Voor het onderzoeken van zingeving(sprocessen) en de werkwijze van humanistisch geestelijk verzorgers in de krijgsmacht hieromtrent, heb ik literatuur bestudeerd en vijf raadslieden geïnterviewd. En om naar aanleiding van indringende uitzendervaringen het zingevingproces van militairen te onderzoeken en hun waardering van de begeleiding daarbij, heb ik, naast het bestuderen van literatuur, drie militairen geïnterviewd. In dit hoofdstuk geef ik uitleg en verantwoording over mijn onderzoeksmethode en uitvoering van mijn onderzoek. Ik begin met het weergeven van de onderzoeksvragen en doelstellingen.

2.1. Vraagstelling

Op basis van de verschillende aspecten die ik in mijn onderzoek wilde opnemen, heb ik de volgende onderzoeksvragen geformuleerd.

1. Op welke wijze begeleiden humanistisch geestelijk verzorgers militairen bij het zoeken naar zingeving aan indringende uitzendervaringen?

2.A Hebben de militairen (na de geestelijke begeleiding) zin aan hun uitzendervaringen kunnen geven? Zo ja, welke dan?

2.B En hoe waarderen deze militairen de begeleiding van de humanistisch geestelijk verzorgers?

Ad 1. Bij de eerste vraag gaat het om de wijze waarop humanistisch geestelijk verzorgers (raadslieden) militairen, tijdens en/of na de uitzending van de militairen, in individuele gesprekken hebben bijgestaan en begeleid. Het gaat mij daarbij om het gehele begeleidingsgesprek of -proces (het kan zijn dat het begeleidingsproces nog niet is afgerond). Dus hoe kwam de raadsman met de militair in contact; wat vertelde de militair (met betrekking tot de indringende uitzendervaring); hoe handelde de raadsman; wat beoogde hij daarmee; welke rol (impliciet en/of expliciet) speelden aspecten van zingeving; et cetera.

Ik ben mij ervan bewust dat het gaat om een selecte groep militairen. Namelijk diegenen die de behoefte hebben (gehad) om over hun uitzendervaringen te praten. En daarvoor in gesprek zijn gegaan met een geestelijk verzorger en gekozen hebben voor de humanist.

Met 'indringende uitzendervaringen' doel ik op een of meerdere ervaringen die een militair tijdens zijn uitzending heeft opgedaan en die dusdanig opspelen dat hij met een raadsman in gesprek is gegaan. Voorbeelden van indringende uitzendervaringen zijn: de dreiging van geweld; het gebruiken van geweld; en het zien van geweld. Gevoelens die tijdens en na een uitzending kunnen opspelen zijn bijvoorbeeld machteloosheid, zinloosheid en schuld. Ik heb getwijfeld tussen 'ingrijpende' en 'indringende' uitzendervaringen, maar ben voor deze laatste bewoording gegaan, aangezien het mij gaat om ervaringen die diep bij iemand binnendringen en die niet per definitie tot grote gevolgen geleid hebben.

Ad 2.A De militairen heb ik naar hun indringende uitzendervaring gevraagd; wat dat met hen heeft gedaan; hoe ze ermee om zijn gegaan; of ze het 'een plek' hebben weten te geven; hoe ze er nu tegenaan kijken; et cetera. Dit om te weten te komen of, hoe en welke zin zij aan hun uitzendervaringen hebben kunnen geven. Niet alleen de humanistisch geestelijke begeleiding, maar bijvoorbeeld ook geprekken met collega's en/of met dierbaren kunnen bij het zoeken naar en het geven van zin een rol hebben gespeeld.

Ad 2.B Verder heb ik de militairen gevraagd naar de beleving en de waardering van de begeleiding en bijdrage van de humanistisch geestelijk verzorgers. Ik heb gevraagd naar wat de raadsman zei en deed, wat voor de militair geholpen heeft en wat niet.

Op het concept zingeving zal ik in mijn theoretisch kader (3.1) verder ingaan. Voor mij houdt zingeving in dat een mens datgene wat hij meemaakt en ervaart op een voor hem goede manier kan opnemen in zijn levensverhaal. Het kan gaan om positieve zinservaringen, maar ook om het zin geven of zin ontlenen aan de minder positieve kanten van het leven. Dat wil voor mij niet zeggen dat alles een zin heeft, maar zingeving is wel het een bepaalde duiding kunnen geven, een bepaalde verwerking om van daaruit verder te kunnen met het eigen leven. Na het meemaken van ingrijpende gebeurtenissen en het opdoen van indringende ervaringen zal een mens zich hiertoe proberen te verhouden en de gebeurtenis, de ervaring en de emoties een plek proberen te geven. Zingeving draait om het bewust stilstaan bij de levenservaringen.

2.2. Doelstelling en relevantie

De interne doelstellingen voor mijn onderzoek luiden als volgt:

- Inzicht vergroten in de wijze waarop raadslieden militairen begeleiden tijdens individuele geestelijke begeleiding ten aanzien van het zingevingsproces van militairen (met betrekking tot indringende uitzendervaringen).
- Inzicht in de waardering door de betrokken militairen van deze begeleiding.
- Inzicht verkrijgen in het zoeken naar zin en het geven van zin door militairen aan indringende uitzendervaringen.
- Theorie rond zingeving uiteenzetten en de belangrijke inzichten vanuit de theorievorming toepassen op mijn onderzoeksvragen.

De externe doelstelling:

- Hiermee hoop ik een bijdrage te leveren aan het voortdurende proces van professionalisering van de Dienst Humanistisch Geestelijke Verzorging bij de krijgsmacht.

Theoretische relevantie

Een van de grondbegrippen van humanistiek is zingeving en daar is mijn onderzoek op gericht. In mijn theoretisch kader geef ik op basis van literatuur inhoud aan het concept zingeving. In het empirische gedeelte van mijn onderzoek draait het om de zingeving van de (individuele) militair en ligt de focus op de werkwijze hieromtrent van de humanistisch geestelijk verzorgers en op het narratief van de militair. Door het uitdiepen van het concept zingeving in het theoretisch kader, en door op basis van mijn empirisch materiaal verbanden te leggen met het theoretisch kader, hoop ik een bijdrage te leveren aan de theorievorming rond zingeving.

Praktische relevantie

Ik vraag in mijn interviews concreet naar de werkwijze van de raadslieden in de raads gesprekken. Dit geeft een praktische invulling van het werk van een humanistisch geestelijk verzorger bij de krijgsmacht weer. Deze gegevens verbind ik met het theoretische gedeelte over humanistisch geestelijke verzorging. Ik hoop met deze scriptie een verdere

bijdrage te leveren aan de profilering van het werkveld defensie binnen de opleiding humanistiek.

De waardering van de militaire cliënten van de gesprekken die ze met de raadslieden hebben gevoerd is praktisch relevant. De bevindingen kunnen meegenomen worden in het denken over en het uitwisselen van de manieren van werken in het uitoefenen van het beroep van humanistisch geestelijk verzorger.

Dienst humanistisch geestelijke verzorging defensie

Door het in kaart brengen van de werkwijzen van enkele raadslieden, hoop ik bij te dragen aan het uitwisselen van werkervaringen door raadslieden. Zowel deze scriptie als het uitwisselen van ervaringen zouden kunnen bijdragen aan het voortdurende proces van professionalisering.

De waardering van militairen is voor de Dienst humanistisch geestelijke verzorging (DHGV) relevant, aangezien het mijns inziens goed is te weten hoe de begeleiding ontvangen en gewaardeerd wordt. Door daar meer zicht op te krijgen, kan de reflectie over het werk gestimuleerd worden en het voortdurende proces van professionalisering gevoed worden. Mijn onderzoek is in deze te beperkt, maar kan een stimulans zijn om zich als Dienst meer bezig te gaan houden met de waardering van militairen aan de ontvangen humanistisch geestelijke begeleiding.

2.3. Onderzoeksmethode

Om mijn vraagstelling te onderzoeken en te beantwoorden, en om mijn doelstellingen te bereiken, heb ik gekozen voor kwalitatief onderzoek.

‘In kwalitatief onderzoek richt de vraagstelling zich op onderwerpen die te maken hebben met de wijze waarop mensen betekenis geven aan hun sociale omgeving en hoe ze zich op basis daarvan gedragen. Er worden onderzoeksmethoden gebruikt die het mogelijk maken om het onderwerp vanuit het perspectief van de onderzochte mensen te leren kennen met het doel om het te beschrijven en waar mogelijk te verklaren.’

(Boeije, 2005: 27)

In deze definitie van kwalitatief onderzoek wordt verwezen naar de wijze van betekenisgeving door mensen, en de onderzoeksmethoden waarbij de onderzoeker uitgaat van het perspectief van de onderzochte mensen. Kwalitatief onderzoek is derhalve bij uitstek de

geschikte manier om zingeving(sprocessen) bij militairen te onderzoeken; door zingeving vanuit het perspectief van de respondenten te achterhalen, te beschrijven en waar mogelijk te verklaren. Dit doe ik op basis van de interviews met de militairen en de humanistisch geestelijke verzorgers, die ik geïnterviewd heb over hun werkwijze en achterliggende gedachtegoed. Verder is de vraag naar waardering alleen te beantwoorden vanuit het perspectief van de militaire cliënt, door naar zijn beleving van de raads gesprekken te vragen. De methode van het diepte interview, één van de gekijkte methodes van kwalitatief empirisch onderzoek, bood mij de mogelijkheid om op een open, flexibele en explorerende manier in te gaan op datgene wat de respondenten vertelden.

Het doel van de analyse is om van binnenuit zichtbaar te maken wat de actoren in het veld beweegt, waarmee gepoogd wordt een bijdrage te leveren aan de ontwikkeling van theoretische begrippen. (Hijmans en Van den Hoogen, 2002: vi)

Ik vertrek vanuit de beweegredenen van de respondenten, zowel van de militairen als van de raadsliden. De subjectieve betekenis die mensen verbinden aan hun handelen is het uitgangspunt (2002: 11). Vervolgens verbind ik dit empirisch materiaal aan de theoretische concepten die ik vanuit de literatuur inhoud heb gegeven, om aan de theorievorming een bijdrage te leveren.

2.4. Opzet en uitvoering

2.4.1. Literatuur

Op basis van het curriculum van de Universiteit voor Humanistiek (UvH), met een verdere zoektocht in de bibliotheek van de UvH en op het Internet, vond ik een groot aanbod aan literatuur over humanistisch geestelijke verzorging en zingeving. Ook vanuit de Dienst humanistisch geestelijke verzorging defensie kreeg ik informatie aangereikt.

Ik heb in eerste instantie een ruime selectie gemaakt op basis van relevantie voor mijn onderzoek. Door middel van literatuurverwijzingen in boeken en doctoraalscripties werd mijn literatuurlijst specifiek, maar vervolgens ook uitgebreider qua aantal. Aan de ene kant vond ik het brede aanbod prettig; telkens weer vond ik informatie en boeken die interessant waren voor mijn onderzoek. Aan de andere kant werd het ook oneindig veel en werd ik genoodzaakt keuzes te maken in wat wel en wat niet te lezen. Ik heb veel van mijn oorspronkelijke lijst geschrapt, aangezien bij nadere bestudering (delen van) boeken minder relevant bleken te zijn

dan in eerste instantie verwacht. En omdat ik niet alles in mijn scriptie kon verwerken. Gedurende mijn gehele onderzoek ben ik (nieuwe) literatuur blijven bestuderen. In het geval van het eerste gedeelte van mijn theoretische kader over zingeving heb ik literatuur geselecteerd op relevantie en op aanvullende perspectieven. Na de gelezen literatuur uitgewerkt te hebben vond er weer een selectie plaats, waarna ik vervolgens aspecten van zingeving eruit heb gefilterd om die met ondersteuning van de literatuur als kader neer te zetten.

2.4.2. Respondenten

De werving van respondenten is begonnen op de raadsliedenconferentie (defensie) op 30 en 31 oktober 2007. Van Hugo Remmers (staffunctionaris inhoudelijk beleid van de dienst humanistisch geestelijke verzorging bij de krijgsmacht) kreeg ik de gelegenheid om deel te nemen aan die conferentie, om de aanwezige raadslieden over mijn onderzoeksopzet te informeren en om hun medewerking te vragen. Om te inventariseren wie belangstelling had en wie 'geschikt' was voor mijn onderzoek, heb ik de raadslieden gevraagd een formulier in te vullen. Daarin stonden de vragen:

Heb je in het verleden of op dit moment een of meerdere militairen begeleid met betrekking tot (indringende) uitzendervaringen: *ja/nee verleden/heden/beide*
Zou je door mij geïnterviewd willen worden met betrekking tot jouw raads gesprekken met een bepaalde militair: *ja/nee*
Zo ja, in welke periode (maand/week) zou je daar tijd voor hebben:
Zou je de betreffende militair willen benaderen met de vraag of hij/zij door mij geïnterviewd zou willen worden over zijn/haar uitzendervaring(en) en het begeleidingsproces: *ja/nee*
Overige opmerkingen:

Enkele afwezige raadslieden heb ik achteraf nog benaderd en ik heb contact gelegd met de raadslieden die geïnterviewd wilden worden. Via deze raadslieden kwam ik ook met mijn militaire respondenten in contact. Ik heb bewust in eerste instantie de raadslieden de militairen laten benaderen, om het vertrouwen wat tussen de militairen en raadslieden bestond niet te schaden. Het nadeel van deze manier van militaire respondenten werven is dat de raadslieden selectief mensen konden benaderen. De raadsman kon dus bijvoorbeeld alleen die militairen benaderen van wie hij wist dat ze tevreden waren over zijn begeleiding. Wanneer

de desbetreffende militair toestemming had gegeven, heb ik telefonisch contact gelegd en een afspraak voor het interview gemaakt.

Mijn selectie van respondenten (er zijn 38 raadslieden werkzaam bij de krijgsmacht) is dus gebaseerd op 'wie is geschikt', dat wil zeggen: wie heeft een of meerdere militairen met betrekking tot uitzendervaringen begeleid, en is in staat om desbetreffende militair te benaderen (sommige waren uit dienst of anderszins uit beeld). En op 'wie wil' geïnterviewd worden en heeft daar tijd voor.

De reden dat ik de raadslieden en de militairen graag gekoppeld (wel na elkaar) wilde interviewen was om beide kanten, de beleving van zowel de raadsman als de beleving van de militair van de raads gesprekken, in kaart te brengen.

Ik heb uiteindelijk acht mensen geïnterviewd, vijf raadslieden en drie militairen. Voor het eerste interview was de insteek om informatie te verzamelen, om met voldoende voorkennis de rest van de interviews in te gaan. Deze raadsman, 'raadsman 0', had overigens van te voren wel aan militairen gevraagd of ze door mij geïnterviewd wilde worden, maar dat was niet het geval. Vervolgens heb ik raadsman 1, raadsman 2, militair 1, militair 2, militair 3 en raadsman 3 geïnterviewd. Aan het einde van mijn onderzoek heb ik een raadvrouw, 'raadvrouw 4', benaderd voor een interview specifiek gericht op 'zingeving & raads gesprekken'. Dit aangezien ik (nog) meer concrete informatie met betrekking tot zingeving wilde vergaren, mede om de verbinding tussen de theorie en de empirie te versterken.

2.4.3. Interviews

De acht interviews hadden een gemiddelde tijdsduur van 100 minuten, waarvan het kortste interview 60 minuten duurde en de langste 140 minuten (beide waren interviews met militairen).

Ik heb per interview het gesprek voorbereid: door lering te trekken uit het voorgaande interview kon ik mijn vragen verfijnen. Hoewel ik dus een aantal vragen op papier had staan (zie bijlage), steeds meer toegespitst op een aantal thema's, ging het mij vooral om wat er ter plekke gebeurde in het gesprek. Ik heb wel expliciet naar zaken zoals zingeving (bij de raadslieden) en de waardering (bij de militairen) gevraagd, aangezien ik natuurlijk uiteindelijk wel graag antwoorden wilde hebben op mijn onderzoeksvragen. Maar ik heb voornamelijk de respondenten de ruimte gegeven om hun verhaal te vertellen en de mogelijkheid geboden om uit te weiden over voor hen belangrijke zaken. Ook met het idee in mijn achterhoofd dat deze

uitweidingen zouden kunnen leiden tot nieuwe aspecten voor het beantwoorden van mijn onderzoeksvragen.

De raadslieden heb ik gevraagd naar het ontstaan en het verloop van het contact met de militair. Ik heb ze laten vertellen over het verhaal van de militair en hoe zij daarmee zijn omgegaan, waarbij ik om concrete voorbeelden heb gevraagd van hun werkwijze. Verder heb ik gevraagd naar de manier waarop zingeving (impliciet en/of expliciet) in de gesprekken aan de orde is geweest.

De interviews met de militairen heb ik op basis van het interview met de desbetreffende raadsman voorbereid. Ik ben elk interview, na het voor aanvang verhelderen van zaken, begonnen met de militair uit te nodigen iets over zichzelf en zijn loopbaan bij defensie te vertellen. Vervolgens heb ik op een open manier gevraagd naar de uitzendervaringen (en middels doorvragen wat dat met hem deed, hoe hij daarmee is omgegaan, et cetera) en de gesprekken daarover met de raadsman. Tot slot heb ik gevraagd wat de gesprekken met de raadsman voor de militair betekend hebben, waarbij ik naar concrete voorbeelden heb gevraagd van dingen die de raadsman zei of deed waardoor de militair zich wel of niet geholpen voelde.

Aan de militairen heb ik na afloop van het interview hun e-mailadres gevraagd, naast hun telefoonnummer wat ik al had (ze hadden ook mijn telefoonnummer), om contact op te kunnen nemen bij eventuele onduidelijkheden of vragen die bij mij op zouden kunnen komen tijdens de uitwerking van het interview. Van de raadslieden had ik reeds zowel telefoonnummer als e-mailadres.

De interviews met raadsman en militair 3 waren qua volgorde omgedraaid en vielen op dezelfde dag (dit beide vanuit praktische overwegingen). De militair was erg terughoudend om over de inhoud van zijn gesprekken met de raadsman te vertellen, wat natuurlijk zijn goed recht was, maar daardoor was het voor mij lastig om diepgang te bereiken. Bovendien vond ik het niet gepast om later aan de raadsman te vragen om dieper op de inhoud in te gaan. En ik heb bij aanvang van het gesprek dan ook aan de raadsman verteld dat de militair niet zo diep op de inhoud van zijn ervaringen en problemen inging.

Het interview met raadvrouw 4 was meer gestructureerd dan de overige interviews, om de hiaten in mijn empirisch materiaal, vooral met betrekking tot zingeving, in te vullen.

2.4.4. Analyse

De interviews zijn allemaal opgenomen, digitaal op de computer gezet en letterlijk uitgewerkt in transcripten. In eerste instantie heb ik enkele interviewteksten opgedeeld in thema's die uit de betreffende interviews naar voren kwamen. Vervolgens heb ik deze tekstgedeeltes in eigen bewoordingen neergezet. Daarna heb ik de thema's beoordeeld op relevantie voor mijn onderzoeksvragen. Alle interviews zijn vervolgens per onderzoeksvraag geanalyseerd en met behulp van het theoretische kader heb ik een verdere codering aangebracht, om de empirische gegevens met het theoretisch kader in verband te brengen. De transcripten zijn vervolgens opnieuw nagelopen op relevante aanvullingen.

Bij onderzoek naar de (re)constructie van betekenissen, inclusief onderzoek naar zingeving, ligt het derhalve voor de hand voor de onderzoeker om in eerste instantie een actorperspectief op de richting (de zin) van het handelen te laten overwegen in de data en de interpretatie ervan. (Hijmans en Van den Hoogen, 2002: 12)

Aangezien ik vanuit mijn persoonlijke interesse sterk gericht was op de verhalen van de militairen en de raadslieden, en mijn onderzoeksmateriaal en onderzoeksresultaten wilde baseren op het actorperspectief, ben ik de interviews (op het interview met raadvrouw 4 na) 'los' van mijn theoretisch kader ingegaan. Achteraf bezien was het wellicht verstandiger geweest om de interviews naar aanleiding van het theoretisch kader meer te structureren. Dit zou mij veel moeite hebben bespaard in de lastige bewerkingsslag van empirie naar theorie en zou deze verslaglegging ten goede zijn gekomen. Voor mij blijft echter wel staan dat ik een groot belang hecht aan de narratieven van de respondenten, daar draaide het mij in eerste instantie om.

2.5. Methodologische verantwoording

Deze paragraaf betreft de methodologische verantwoording, waarin het gaat om het streven naar objectiviteit binnen kwalitatief onderzoek. Het streven naar objectiviteit is:

‘recht te doen aan het object van studie: het object van studie te laten spreken en niet te vertekenen.’ (Maso en Smaling, 1998: 66)

Ik heb in deze verslaglegging van mijn onderzoek de respondenten veelvuldig geciteerd, om zonder vertekeningen hun verhaal neer te kunnen zetten en hen als het ware de gelegenheid te geven om te spreken.

Het streven naar objectiviteit verantwoord ik in de vorm van betrouwbaarheid en validiteit.

2.5.1. Betrouwbaarheid

‘Betrouwbaarheid is afwezigheid van toevallige of onsystematische vertekeningen van het object van studie.’ (Maso en Smaling, 1998: 68)

De betrouwbaarheid binnen een onderzoeksproject is de interne betrouwbaarheid.

Herhaalbaarheid komt dan volgens Maso en Smaling voornamelijk neer op intersubjectieve overeenstemming (consensus) tussen de leden van het onderzoeksteam of instemming van deze leden (1998: 69). In mijn onderzoek is er geen sprake van een onderzoeksteam, maar ik heb wel geregeld gesprekken gehad met mijn begeleidster Tonja van den Ende. Door de gesprekken en het laten lezen van verschillende versies van (delen van) mijn scriptie, heeft zij invloed gehad op het verloop van het onderzoek en het resultaat in de vorm van deze scriptie. In het beginstadium heb ik een aantal keer met Hugo Remmers van de Dienst humanistisch geestelijke verzorging gesproken over mijn onderzoeksvoorstel.

Verder heb ik ter verhoging van de interne betrouwbaarheid mijn empirische gegevens door middel van digitale opnames verzameld. De interviews heb ik vervolgens digitaal op de computer gezet en in transcripten letterlijk uitgewerkt.

Bij de externe betrouwbaarheid gaat het om de herhaalbaarheid van het gehele onderzoek, inclusief de tussen- en eindresultaten. In de meeste gevallen betreft dit virtuele herhaalbaarheid, omdat feitelijke herhaling van het onderzoek niet mogelijk is. Dit houdt in dat andere onderzoekers in principe dit onderzoek zouden kunnen herhalen, indien de

onderzoekssituatie onveranderd was gebleven (Maso en Smaling, 1998: 70). Aangezien de respondenten, de raadslieden en de militairen, niet tweemaal hetzelfde zullen zeggen in een interview, is het niet mogelijk om mijn onderzoek feitelijk te herhalen. De situatie en de inzichten van de respondenten kunnen veranderd zijn. Bovendien zijn mijn vervolgvragen niet dezelfde als een ander die zou kunnen stellen.

Door een uitgebreide rapportage van mijn onderzoek in deze scriptie te verwoorden, streef ik de externe betrouwbaarheid van mijn onderzoek na. Het verloop van het onderzoek en de keuzes die daarin gemaakt zijn kunnen door andere onderzoekers na worden gegaan.

In de bijlage van deze scriptie staan de vragenlijsten zoals ik ze heb gebruikt tijdens mijn interviews met de verschillende respondenten. Deze bijlage verhoogt de intersubjectieve navolgbaarheid. De transcripten van de interviews heb ik, hoewel ze geanonimiseerd zijn, bewust weggelaten uit deze verslaglegging van mijn onderzoek, aangezien ik wil vermijden dat anderen door het lezen van het gehele interview de respondent kunnen traceren. Eventueel kunnen in overleg de geanonimiseerde interviews bij mij ingezien worden.

2.5.2. Validiteit

‘Validiteit vatten we op als afwezigheid van systematische vertekeningen. Validiteit is allereerst een mogelijk kenmerk van tussen- en eindresultaten, maar men zegt ook wel van de methoden en technieken en van de onderzoeksopzet dit tot de resultaten geleid hebben dat ze al dan niet valide zijn.’ (Maso en Smaling, 1998: 68)

Bij de interne validiteit gaat het om de deugdelijkheid van de argumenten (verzamelde gegevens) en de redenering (de onderzoeksopzet en analyse) die tot de conclusies leiden (1998: 71). Om de kans op systematische vertekeningen zo veel mogelijk te verkleinen en de objectiviteit van mijn onderzoek te verhogen, heb ik mijn goedgekeurde onderzoeksvoorstel met daarin de probleemstelling en onderzoeksopzet gevolgd.

Ik heb tijdens mijn onderzoek notities gemaakt, om geen vertekeningen te krijgen door een selectief geheugen. Verder heb ik vooraf aan mijn onderzoek stage gelopen bij defensie en zo een beeld gekregen van militairen en raadslieden (langdurige participatie en observatie), daarbij heb ik voor dit onderzoek contextmateriaal verzameld en bekeken (zoals een documentaire over posttraumatische stressstoornis). Ik heb ook een conferentie van de raadslieden over uitzendingen bijgewoond.

Mijn onderzoeksgegevens en conclusies zijn gebaseerd op twee onderzoeksmethodes, te weten het bestuderen van literatuur en het houden van interviews. Deze interviews zijn opgenomen en letterlijk uitgetypt in transcripten, zodat ik telkens terug kon lezen wat er precies gezegd was. De analyse van de gegevens berust daardoor niet op een selectief en subjectief geheugen.

De semidefinitieve versie van mijn scriptie heb ik naar de geïnterviewde raadslieden gemaild, om hen in de gelegenheid te stellen om feedback te geven. Ik heb ze gevraagd om te kijken naar eventuele vertekeningen in de door mij weergegeven analyse van de gesprekken met hen. En ik heb ze gevraagd naar reacties op mijn bevindingen.

Externe validiteit is de generaliseerbaarheid van onderzoeksconclusies, waarbij het gaat om systematische vertekeningen van de niet onderzochte fenomenen waar men uitspraken over doet te vermijden (1998: 73). Om valide te kunnen generaliseren dienen de uitspraken van de onderzochten geldig te zijn voor de gehele populatie. Dus hoe groter de externe validiteit is, hoe meer de resultaten van het onderzoek geldig zijn voor de populatie waar de onderzochten deel van uit maken. De grote van de selectie die ik heb gemaakt met betrekking tot de raadslieden, vijf van de achtendertig, is op zich niet heel groot. Maar aangezien de raadslieden bepaalde fundamentele in hun werkwijze delen, zoals blijkt uit zowel het theoretisch kader als de empirische onderbouwing, is het mogelijk om (voorzichtige) uitspraken te doen over hun werkwijze. Met betrekking tot de militairen is het moeilijker om generaliserende uitspraken te doen, aangezien ik maar drie militairen heb gesproken uit een grote en diverse populatie. Toch zijn er specifiek militairen eigen kenmerken die in de interviews met zowel de militairen als de raadslieden naar voren kwamen, die daardoor (met enig voorbehoud) wel benoemd kunnen worden voor een bredere groep dan alleen de geïnterviewde militairen.

3. Theoretisch kader

In mijn onderzoek draait het om zingeving(sprocessen) van militairen naar aanleiding van indringende uitzendervaringen; om de begeleiding en werkwijze hieromtrent van humanistisch geestelijk verzorgers bij defensie; en de waardering door de militairen van deze begeleiding. De vier belangrijke begrippen in mijn onderzoeksvragen zal ik in dit gedeelte als conceptuele kaders uiteenzetten, te weten zingeving (3.1); humanistisch geestelijke verzorging (3.2); indringende uitzendervaringen (3.3); en waardering van de geestelijke begeleiding (3.4). Dit gedeelte vormt het kader voor het analyseren van mijn empirisch materiaal.

3.1. Zingeving

Wat is 'zingeving'? Een algemeen geldende definitie valt er niet te geven, aangezien zingeving een complex begrip is. Om meer grip te krijgen op wat het inhoudt, zal ik zingeving behandelen aan de hand van acht aspecten. Deze aspecten heb ik geformuleerd op basis van een verscheidenheid aan literatuur. Op deze manier heb ik uiteenlopende opvattingen en definities omtrent zingeving ontrafeld en samengebracht in een brede omschrijving van zingeving. Bij het analyseren van het empirisch materiaal met betrekking tot het werk van de humanistisch geestelijk verzorgers zal ik onder andere gebruik maken van deze acht aspecten. Verder zal ik in dit kader het concept zingeving een verdere invulling geven door de theorie over de 'vier behoeften aan zin' van Baumeister te behandelen. En de vier gebieden van betrokkenheid, gebaseerd op Lowenthal, die een aanvulling zijn op Baumeister wat betreft de relationele kant van zingeving. Ik zal deze beide theorieën samenvoegen en zo tot een eigen analysekader komen voor zingeving, dat ik gebruik om de interviews die ik met de militairen gehouden heb te analyseren.

3.1.1. De aspecten van zingeving

- Betekenisgeving en verwerking

Zingeving heeft te maken met betekenisverlening. Iets heeft 'zin' als er betekenis aan toegeschreven kan worden. Volgens de Van Dale is zingeving *'het zoeken naar de betekenis,*

het doel, het nut van het leven'². Mensen willen dat hun leven 'zinnig' is, ze geven betekenis aan het eigen bestaan. Alma (2005: 10-11) waarschuwt voor het gebruik van 'zin' en 'betekenis' als synoniemen, zeker als ze slechts verband houden met zaken als ordening, structuur en samenhang. Volgens haar is de opvatting van zin en betekenis in de functies van verklaren en controleren te beperkt. Betekenis geven heeft mijns inziens vaak te maken met waarde(n) en het waarderende vermogen van de mens: iets heeft betekenis omdat men datgene of datgene waar dat toe leidt belangrijk vindt, waardevol acht.

'De organische eenheid van een mens hangt af van de mate waarin hij erin slaagt om zich te wijden aan waarden van zijn eigen keuze, waarin hij zichzelf kan uitdrukken. Wie zijn leven wijdt aan zulke waarden, leidt nu een 'zinnig' of 'betekenisvol' bestaan.' (Jacobs en Van der Wal, 1992: 211)

In mijn onderzoek hangt het geven van zin, namelijk aan een indringende (negatieve) ervaring, niet alleen samen met het geven van een (persoonlijke) betekenis aan de gebeurtenis, maar daarmee ook aan de verwerking ervan. Het gaat erom de ervaring een plek te kunnen geven in het eigen levensverhaal.

- Samenhang en oriëntatie

Men probeert in het eigen levensverhaal samenhang en continuïteit te creëren. Het leven is niet een toevallige samenloop van omstandigheden en een aaneenschakeling van ervaringen (hoewel het daar soms wel op kan lijken). Ik bedoel dan niet dat er een hogere macht aanwezig zou zijn of dat er lotsbestemming zou bestaan, maar door het aanbrengen van een rode draad kunnen mensen samenhang in hun leven ervaren. Verschillende gebeurtenissen en ervaringen krijgen een bepaalde plek, men plaatst ze in een breder perspectief waardoor mensen zin aan die gebeurtenissen en ervaringen kunnen ontleen. Niet alleen in hun eigen leven, maar ook in het grotere verband willen mensen samenhang ervaren en zich opgenomen voelen in een groter geheel. Het ervaren van samenhang en continuïteit helpt de mens zich te oriënteren op de eigen omgeving en de wereld als geheel. Door het geven van zin en het ervaren van zin vallen dingen op hun plek. Daardoor worden elementen uit het eigen bestaan, in de omgeving en in de wereld beter verklaarbaar en meer begrijpbaar.

Laeyendecker (1992: 11-12) stelt dat iets 'zin' heeft doordat dit iets deel uitmaakt van een groter en herkenbaar geheel, waaraan het zijn betekenis ontleent. Hij verwijst naar de vraag of er een fundamentele ordening bestaat waarbinnen het leven zin krijgt. Deze vraag kan zich

² <http://www.vandale.nl/vandale/opzoeken/woordenboek/?zoekwoord=zingeving>

opdringen na een ingrijpende persoonlijke ervaring of een verontrustende maatschappelijke ontwikkeling. Mensen ontwikkelen opvattingen over hoe de wereld in elkaar steekt en vervolgens ook over hoe men zich daarin behoort te gedragen.

'De aldus gecreëerde 'zinnvolle ordening' heeft daarom een oriënterend en een normatief aspect. Zij heeft allereerst een oriënterend aspect omdat er een overzichtelijke wereld ontstaat, waarin mensen zichzelf en hun lotgevallen kunnen 'plaatsen'. En vervolgens krijgt hun leven daardoor ook doel en richting. (...) Het [is] van belang hier te beklemtonen dat dit niet alleen geldt voor hun privé-leven, maar ook voor de wijze waarop zij gezamenlijk de samenleving inrichten. Daarom is er aan die zinnvolle orde ook een normatief aspect verbonden, omdat daaraan handelings-aanwijzingen kunnen en dienen te worden ontleend.' (Laeyendecker, 1992: 13)

Naast het ervaren van samenhang en de functie van oriëntatie, benoemt Laeyendecker het normatieve aspect van zingeving. Dit normatieve aspect zal ook terugkomen bij de behandeling van Baumeister en Lowenthal.

Tijdens een uitzending kan een militair het gevoel hebben deel uit te maken van een groter geheel en daaraan zin ontnemen. Het kan echter ook zijn dat de militair grote vraagtekens zet bij de zin van (het eigen handelen in) de missie, zeker als het geweldsspectrum hoog is en de opbouwactiviteiten laag zijn.

- Richting en evaluatie

Van der Lans heeft een veelgebruikte definitie van zingeving geformuleerd, waarin de bovenstaande functie van oriëntatie en onderstaande functie van evaluatie samenkomen.

'Zingeving verwijst naar het complex van cognitieve en evaluatieve processen, die bij het individu plaatsvinden bij diens interactie met de omgeving en die resulteren in motivationele betrokkenheid en psychisch welbevinden.' (Van der Lans, 1992: 12)

Voor Van der Lans is zingeving een basale activiteit van de mens om te kunnen overleven. Mensen hebben de behoefte aan een ordelijke, herkenbare en verklaarbare wereld, en de behoefte het leven als waardevol en hanteerbaar te ervaren. Bijbehorend verricht zingeving twee taken, namelijk oriëntatie, gericht op het herkennen en begrijpen. En evaluatie, om te bepalen of iets voor het individu van belang is en of het past bij het individu. Zingeving vindt plaats in interactie met de omgeving en heeft als positief resultaat de betrokkenheid (Lowenthal zal stellen dat de mate van betrokkenheid juist de zinervaring bepaalt) en geestelijk welbevinden, het werkterrein van een humanistisch geestelijk verzorger.

Mensen geven richting aan hun leven (bijvoorbeeld naar een bepaald doel op lange termijn toe) op basis van het evalueren van het eigen gedrag en handelen, en de gebeurtenissen en ervaringen die men meemaakt en opdoet. Mensen kunnen zichzelf evalueren, hun sociale omgeving, de maatschappelijke ontwikkelingen en de mondiale situatie. Door middel van het evalueren bekijkt een persoon wat belangrijk voor hem is. Waarden spelen dus wederom een grote rol en daarin wordt een hiërarchie aangebracht. Deze belangrijke waarden zijn nastrevenswaardig en geven op hun beurt weer richting aan het leven van het individu. Militairen kunnen bijvoorbeeld, al dan niet in combinatie met het uitgezonden worden en zijn, hun beroep en het thuisfront evalueren. Ze gaan na, eventueel met behulp van een humanistisch geestelijk verzorger, wat belangrijk voor hen is, wat ze van hun leven willen maken. Regelmatig kiest een militair, al dan niet onder druk van het thuisfront, om defensie te verlaten. De partner en kinderen zijn voor deze militairen dan belangrijker dan hun baan en soms betekent dat men uit dienst gaat. De richting van het (beroeps)leven wordt bijgesteld, op basis van het evalueren en het waarderen van de eigen situatie.

- Activiteit en ervaring

Zingeving heb ik tot nu toe behandeld in de zin van betekenis geven (wat onder andere de functie van verwerking kan hebben) en de functies oriëntatie en evaluatie. Hierin wordt zingeving als activiteit neergezet. De mens geeft actief zin aan iets, aan (deelaspecten van) zijn bestaan. De vraag is of de mens zin *geeft* of dat zin meer iets is dat de mens *ondervindt*, namelijk het ervaren van zin.

De definitie van Kruithof is een voorbeeld van de actieve rol van de mens. Zingeving is:

'de activiteit van de mens waarbij hij met behulp van beginselen zichzelf als totaliteit structureert, in het leefmilieu, waarin hij geplaatst is, situeert en tegenover de ontwikkeling van dit milieu oriënteert.' (Kruithof, 1968: 505)

De mens brengt volgens Kruithof samenhang tot stand tussen de eigen denk-, waarderings- en actieprocessen, en plaatst dit geheel in het grotere kader waarin hij leeft. De mens oriënteert zich tevens ten opzichte van de dynamiek van de maatschappelijke gehelen. Om zich te structureren, te situeren en te oriënteren heeft men beginselen nodig. De mens selecteert en coördineert principes om de eigen denkinhouden te verifiëren, streefprocessen te justifiëren en actieprocessen te realiseren (1968: 505-514).

Jacobs en Van der Wal (1992: 217) vinden de omschrijving van zingeving van Kruithof te activistisch. Volgens hen is er bij Kruithof sprake van de mens als zingeveer en kan er geen sprake meer zijn van een zingevend kader. Mijns inziens kunnen de beginselen en principes,

die de mens nodig heeft voor de activiteit van zingeving volgens Kruithof, wel degelijk het (levensbeschouwelijke) zingevende kader zijn. Op zingevingskaders kom ik verderop terug. Wat betreft de maakbaarheid van zingeving stellen Jacobs en Van der Wal dat dit slechts ten dele het geval is.

'Zin is (...) niet op afroep beschikbaar, zij is wezenlijk toegiftverschijnsel en misschien niet eens rechtstreeks intendeerbaar, maar slechts indirect als 'iets' dat zich 'aan' opvattingen en houdingen met betrekking tot de werkelijkheid voordoet.'

(Jacobs en Van der Wal, 1992: 236)

Een mens kan 'vanuit het niets' bevangen worden door zin. Men ervaart de zin in of van iets. Van Asperen (1992: 88) stelt dat vanuit het perspectief van de betrokkene sprake is van het constateren van zin. Het vinden van zin of het creëren van een band is volgens haar meestal niet het vooropgezette doel:

'Men engageert zich met iets en constateert op een bepaald ogenblik de betekenis die dat gekregen heeft voor het eigen leven. 'Zin' is dus een nevenprodukt, wellicht zelfs een essentieel nevenprodukt. Wie angstig op zoek gaat naar de 'zin van het bestaan', maakt het zichzelf al bij voorbaat moeilijk, zo niet onmogelijk. In de meeste gevallen 'treft men zichzelf aan' in een velen omspannende onderneming, die bij nadere reflectie zinvol kan blijken te zijn. Met andere woorden: de ervaringsdimensie van zin gaat vooraf aan de bewuste en expliciete constatering van zin.'

(Van Asperen, 1992: 96-97)

Ook Alma (2005: 12,14) legt nadruk op de relatie tussen het aangaan van een engagement en de ervaring van zin. Het zich verbonden voelen met iets of iemand is wat zingeving voor haar impliceert, waarbij het gaat om iemands affectieve relaties met de (sociale) omgeving en om het zich inzetten voor wat de persoon waardevol acht. Mensen zoeken volgens Alma geborgenheid in het vertrouwde, maar zijn ook nieuwsgierig naar het onbekende. En mensen willen zich in hun zelfstandigheid en eigenheid doen gelden, terwijl ze tegelijkertijd ook verlangen naar erkenning door anderen.

'In het zoeken naar een balans tussen geborgenheid en transcendentie, en tussen zelfarticulatie en erkenning, kan zin opkomen als een ervaring van verbondenheid. Als voorwaarden voor een dergelijke ervaring stel ik aan de orde: iemands vermogen zich te laten raken door en aandacht te besteden aan haar omgeving, het aangaan van een relatie waarin iemand zich in haar uniciteit erkend voelt door een ander, en de verbeeldingskracht als bron van diepgaand inzicht in het menselijk bestaan.'

(Alma, 2005: 12)

Het gaat om een zinervaring die gelegen ligt in het zich verbonden voelen met iemand of iets. Bijvoorbeeld de intense ervaring van het nietig deel uitmaken van de prachtige natuur waarin men loopt, het geraakt worden daardoor. Een militair kan bijvoorbeeld zin ervaren en ondervinden van zijn werk door het zich verbonden voelen met zijn eenheid, of met de lokale bevolking in het uitzendgebied.

- Individueel en inter-persoonlijk

‘De zin van het leven’ bestaat niet, ieder mens geeft een persoonlijke zin aan (deelaspecten van) het eigen bestaan. Zingeving heeft vaak betrekking op kleine dingen, die men een plaats geeft in het eigen levensverhaal, maar dus (meestal) niet in de zin van ‘heeft mijn leven zin?’. Zingeving is persoonlijk en individueel, maar om zin te kunnen geven heeft een mens inter-persoonlijke contacten nodig. Een mens ontwikkelt zichzelf en zijn eigen identiteit in interactie met andere mensen. Een mens verhoudt zich tot zichzelf, tot de werkelijkheid (door eenieder anders beleefd), tot zijn omgeving en de wereld in samenspraak met anderen. De relatie en de dialoog tussen individuen is belangrijk voor het geven van zin. Die ander kan een belangrijke intieme ander zijn (bijvoorbeeld de partner), maar ook een professional, bijvoorbeeld een humanistisch geestelijk verzorger kan een tijdelijk belangrijke ander zijn.

‘De mens die zijn levenservaringen interpreteert vertelt zichzelf en anderen een verhaal waarmee deze ervaringen worden geordend in een zin-vol geheel. De lijn tussen verleden, heden en toekomst staat in verbinding met de kern van de persoon die zich in het centrum van het eigen leven bevindt. Via taal en betekenissen kunnen wij tijd en plaats transcenderen en daarmee onszelf en onze situatie. Omdat elk mens vanuit de eigen levenservaring vertrekt is het verhaal van zingeving, de ordening en de continuïteit die men daar vertellend in aanbrengt ook altijd het verhaal van de persoonlijke levensloop en de persoonlijke zin.’ (Van den Hoogen en Hijmans, 2002: 17)

Een persoon kan door het vertellen van zijn eigen verhaal (bewust of onbewust) zin creëren, omdat het verhaal bijvoorbeeld meer samenhang krijgt. In het geval van het meemaken van een indringende uitzendervaring kunnen door het (steeds opnieuw) vertellen van het verhaal de gebeurtenis en bijbehorende gevoelens verwerkt worden en een plek krijgen in het eigen levensverhaal.

- Persoonlijke zingeving en zingevingskaders

Zingeving is, zoals gezegd, een persoonlijke aangelegenheid, waarbij de sociale omgeving een belangrijke rol speelt. De mens begint echter niet bij 'nul', maar maakt gebruik van overkoepelende zingevingskaders. De waarden en normen van de samenleving; de cultuur waarin men is opgegroeid; de tradities die er bestaan; en de tijdgeest waarin men leeft, het zijn allemaal aspecten die deel uit kunnen maken van het zingevingssysteem. Men geeft dus zin op basis van zijn gesitueerdheid. Jacobs en Van der Wal (1992: 216) stellen dat men voor zingeving aangewezen is op een zingevend kader, maar dat er wel een marge van vrijheid bestaat waarin de zingeveer afstand kan nemen van de voorgegeven zingevende kaders. Een religie of levensbeschouwing kan een belangrijk zingevingskader zijn. In onze moderne, gesecculariseerde maatschappij spelen religies een steeds minder prominente rol. Toch speelt in de (re)constructie van het zingevende kader niet zelden een positiebepaling ten opzichte van een culturele of godsdienstige traditie, ondervonden Van den Hoogen en Hijmans (2002: 14). Bleek dit zo te zijn, dan beschouwden zij dat in hun onderzoek als een wezenlijk onderdeel van het zingevingskader, maar het actorperspectief bleef voor hen het uitgangspunt. Ook ik ga uit van het narratief van de militairen en sta daarbij open voor religieuze of levensbeschouwelijke zingevingskaders. Het is echter niet mijn vertrekpunt.

- 'Hier en nu' en procesmatig

Het expliciet stellen van zingevingsvragen (hoewel meestal niet als dusdanig benoemd) houdt in dat mensen bewust stil staan bij het 'iets' (de eigen handelingen, de opgedane ervaringen, et cetera) waar men 'zin' aan wil geven. Anders gezegd, het gaat hier om reflectie. Reflecteren bestaat volgens het reflectiemodel van Korthagen (1983) uit vijf stadia: de handeling, of ervaring opdoen; terugblikken; formuleren van essentiële aspecten; alternatieven ontwikkelen en daaruit kiezen; en die uitproberen (Melief, 2002: 21). Hiermee wil ik aangeven dat reflectie een bewuste en bepaalde manier van 'nadenken over' is, wat niet wil zeggen dat al deze fases altijd en bewust doorlopen zullen worden. In dit model, eigenlijk een spiraal, blikt men terug: reflectie is meestal na afloop van iets, 'reflectie over', waarbij men met een bepaalde afstand er naar kijkt. Men geeft ook zin aan iets, wat meestal al gedaan of gebeurd is:

'In vanzelfsprekende én in onvanzelfsprekend geworden situaties is immers de vraag naar de richting verbonden met de vraag hoe je aankijkt tegen de overschrijding van het hier-en-nu van het handelen. Om richting te kunnen bepalen is afstand nemen en objectiveren van het handelen noodzakelijk. Dit afstand nemen maakt deel uit van het zelfreflexief vermogen van mensen, dat als voorwaarde geldt voor betekenis- en zinverleningsprocessen. Richtinggevoel impliceert daarom transcenderen, het overstijgen van hier-en-nu van een specifieke situatie.'

(Van den Hoogen en Hijmans, 2002: 13)

Zingeving gebeurt in het heden, op basis van het verleden, met het oog op de toekomst. Zingeving is ook in het heden, aan het verleden. Zingeving doet men in het 'hier en nu', waarbij het verleden (het verleden werkt door in het heden) en het toekomstbeeld belangrijke rollen spelen.

'De bezinning, op een bepaald ogenblik, op de afgelegde levensweg is er tegelijk de zingeving van en het is deze die mede en in steeds toenemende mate, het nog af te leggen gedeelte bepaalt. (...) Met behulp van een levensbeschouwing brengt een mens een zinvolle samenhang aan in het geheel van zijn levenservaring. Vanuit deze samenhang oriënteert hij zich in het heden en naar de toekomst toe.' (Derkx, 1995: 108-109)

Zingeving gebeurt in het 'hier en nu', maar er is geen moment waarop het 'het' moment voor zingeving is. De urgentie voor zingeving kan wel bestaan, maar het is niet bijvoorbeeld op je vijftigste. Bovendien is zingeving niet iets wat je doet waarna het voor eens en altijd afgerond is. Zingeving is een voortdurend proces en is aan verandering onderhevig. Dat wil zeggen dat mensen zaken uit het verleden anders kunnen gaan duiden, doordat men nieuwe levenservaringen heeft opgedaan.

Het proces van zingeving is volgens Laeyendecker (1992: 13) nooit afgerond, aangezien er steeds opnieuw 'zinloze' gebeurtenissen plaatsvinden waardoor de zingeving onder druk komt te staan. En aangezien door nieuwe ontwikkelingen (zoals in de wetenschap) geldende zingevingen kunnen worden aangetast.

Een militair kan tijdens een uitzending veel meemaken wat zijn zingeving onder druk zet. Geestelijk verzorgers gaan mee op uitzending en kunnen in het 'hier en nu' de militairen begeleiden en bijstaan. Een gesprek kan uitmonden in een intensief begeleidingstraject, wanneer de militair daar behoefte aan heeft.

- Alledaags en existentieel

Wanneer komt de vraag naar zin op?

'Every now and then we feel the need to consciously reflect on events and actions, to strengthen our sense of meaning in life. This certainly is the case when we are confronted with drastic changes in our lives, or with events that have a profound emotional impact. This impact can be so strong that our habitual way of looking at life is no longer self-evident and has to be revised. (...) All these conditions call for a process of readjustment and reorientation.' (Van Houten en Mooren, 2002: 111)

Een veel gemaakte tweedeling in zingeving is het onderscheid tussen alledaagse en existentiële zingeving. Mensen geven in het alledaagse leven veelal onbewust en onbereflecteerd zin. Men maakt gebruik van aangeleerde zingevingskaders en verleent vanzelfsprekende betekenissen aan het eigen handelen. Existentiële zingeving draait om de omvattende en overstijgende 'vragen des levens'. Men is zich daarbij bewust van de eigen kwetsbaarheid en eindigheid. Er worden expliciet zingevingsvragen gesteld, en dat gebeurt voornamelijk als de voorlopige, vanzelfsprekende zingeving van alledag stagneert. Er doet zich iets voor waardoor men een breuk in het eigen zingevingskader ervaart. Het stilstaan bij existentiële zingeving wordt als het ware getriggerd door ingrijpende en indringende ervaringen. Dat zet aan tot reflectie en eventueel een heroriëntatie, een herwaardering, een herstructurering van het zingevingssysteem.

'Zinvolheid is doorgaans een impliciete kwaliteit van ons dagelijks bestaan en van de interactie met de omgeving. Tot het expliciet stellen van zingevingsvragen komt het pas zodra de zinbeleving stagneert, doordat een van de dragende componenten ontbreekt. We kunnen daarom minstens twee niveau's van zingeving onderscheiden, die van elkaar verschillen in mate van bewuste reflectie: het alledaagse en het existentiële niveau.' (Van der Lans, 1992: 9)

Alledaagse en existentiële zingevingen zijn dus geen twee volledig te onderscheiden soorten zingevingen, maar spelen zich op een verschillend niveau af.

- Zingeving

In het bovenstaande gedeelte heb ik het begrip zingeving ontrafeld door acht essentiële aspecten te behandelen. Om deze aspecten weer samen te laten komen, maak ik tot slot gebruik van de omschrijving van zingeving zoals geformuleerd door de Universiteit voor Humanistiek (UvH):

‘Zingeving verwijst allereerst naar het gegeven dat mensen een houding bepalen ten opzichte van de kosmos, de wereld, (lotgevallen in) het leven en hun medemensen en van daaruit richting geven aan het leven zelf. Zingeving verwijst voorts naar de maatschappelijke, interactionele en individuele processen en factoren die een rol spelen bij de wijze waarop individuen hun bestaan betekenis geven en gericht zijn op het ervaren van samenhang, continuïteit en betrokkenheid. Bij het geven van betekenis aan hun bestaan ontwikkelen mensen individuele oriëntaties en handelingspatronen.’

(UvH gids, 2006: 27)

Samenvattend verwijst zingeving voor de UvH naar de houding die mensen bepalen, en de individuele richting en de persoonlijke betekenis die ze van daaruit aan hun bestaan geven. De mens is daarbij gericht op het ervaren van samenhang en betrokkenheid. In het proces van ‘het zich verhouden tot’ spelen de mens zelf, anderen en de maatschappij een rol.

Het onderzoeksprogramma van de UvH (2007: 7) vult hierop aan dat zingeving het in verband brengen is met iets anders waardoor er een breder perspectief ontstaat. Dit is een relationeel gebeuren en vindt plaats in een bepaalde context. Een levensbeschouwing kan voor mensen een bron of interpretatiekader van zingeving zijn. Door middel van zingeving creëren mensen een relatief stabiele relatie ten opzichte van de wereld. Deze relatie komt bij uitstek tot stand door antwoorden op existentiële zingevingsvragen naar de aard, het doel en de oorsprong van het leven, de wereld en de plaats van de mens en de eigen persoon in dat geheel.

- Zingeving en indringende uitzendervaringen

Ter afsluiting ga ik in vogelvlucht langs de aspecten van zingeving in mogelijke relatie met indringende uitzendervaringen. Indringende ervaringen stellen vaak de zingeving op scherp; de alledaagse zingeving stagneert en de militair gaat expliciet zingevingsvragen (niet als dusdanig benoemd door de militair) stellen op existentieel niveau (alledaags en existentieel). De militair probeert betekenis te geven aan de indringende ervaring om deze te kunnen verwerken (betekenisverlening en verwerking). Het verwerken is een proces wat bij elk mens anders verloopt en een verschillende tijdsduur bestrijkt (‘hier en nu’ en procesmatig), waarbij de biografie een rol kan spelen en kan veranderen. Een indringende uitzendervaring kan tot gevolg hebben dat de militair zich heroriënteert op de samenhang in het eigen leven en de wereld (samenhang en oriëntatie). De militair evalueert de indringende uitzendervaring en zijn eigen bestaan, waardoor hij eventueel een andere richting aan zijn leven geeft (richting en evaluatie). Het gaat hierbij om een actieve rol, vaak niet in de zin van ‘de zin van mijn

bestaan', maar wel in de kleinere dingen in het leven, om daar zin aan te ontleen en zin te ervaren (activiteit en ervaring). De militair zal over het algemeen door middel van dialoog met (belangrijke) anderen zich op een persoonlijke manier gaan verhouden tot de indringende ervaring (individueel en inter-persoonlijk). De individuele zingeving kan gebaseerd zijn op een bepaald zingevingskader, zoals een levensbeschouwing (persoonlijke zingeving en zingevingskaders).

- Verdere invulling zingeving

Met de bovenstaande uitwerking van de acht aspecten heb ik het begrip zingeving uiteengezet. Bij de verwerking van het empirische materiaal die de vijf interviews met de raadsliden mij heeft opgeleverd, in de beantwoording van mijn eerste onderzoeksvraag, kom ik op deze aspecten terug. De laatste vijf punten (activiteit en ervaring; individueel en inter-persoonlijk; persoonlijke zingeving en zingevingskaders; 'hier en nu' en procesmatig; alledaags en existentieel) die ik noem hebben voornamelijk betrekking op het zingevingproces en de 'randvoorwaarden'. Het gaat over het moment en het niveau van het geven en het ervaren van persoonlijke zin in contact met anderen en met behulp van een zingevingskader. De eerste drie punten (betekenisgeving en verwerking; samenhang en oriëntatie; richting en evaluatie) zitten op het vlak van de daadwerkelijke invulling van zingeving. Men probeert betekenis te geven, samenhang te ervaren op basis van oriëntatie en richting te geven op basis van evaluatie. Om deze aspecten een verdere invulling te geven maar ik nu de overstap naar de theorieën van Baumeister en Lowenthal. Het is een schakeling van de wijze waarop mensen zin geven (bijvoorbeeld op basis van een zingevingskader), waar zingeving toe leidt (bijvoorbeeld samenhang ervaren), en welke functies het heeft (bijvoorbeeld evaluatie), naar een concrete invulling van de gebieden waarop mensen zin geven (bijvoorbeeld doelen hebben). In de volgende paragraaf ga ik in op de welke gebieden mensen behoefte hebben aan zin en zin kunnen ontleen aan (deelaspecten van) hun bestaan.

3.1.2. Baumeister en Lowenthal

Baumeister geeft met zijn 'vier behoeften aan zin' mijns inziens een verdere invulling op het zin geven van mensen. Er zit wel een zekere overlap in met de voorgaande acht aspecten, zeker met de aspecten 'samenhang en oriëntatie' en 'richting en evaluatie'. Het belang van Baumeister zijn model zit voor mij in het feit dat hij deze aspecten een concretere invulling

geeft. Namelijk de behoefte hebben aan doelen en de behoefte aan controle en hoe men dat doet geeft invulling aan 'richting en evaluatie' en 'samenhang en oriëntatie'. Verder spreekt Baumeister over de behoefte aan waarden, wat op verschillende plekken (onder andere bij 'betekenisgeving en verwerking') in de acht aspecten naar voren kwam. Bij Baumeister komt in zijn model het affectieve en relationele aspect van zingeving echter niet sterk terug en daarom ga ik vervolgens in op de vier gebieden van betrokkenheid naar aanleiding van Lowenthal. Het doel van deze paragraaf is het formuleren van een concreet kader voor het analyseren van zingeving door militairen aan hun indringende uitzendervaringen.

Baumeister stelt dat zin(geving) niet gemakkelijk gedefinieerd kan worden.

'A rough definition would be that meaning is shared mental representations of possible relationships among things, events, and relationships. Thus, meaning connects things.' (Baumeister, 1991: 15)

Zingeving verbindt zaken onderling en plaatst ze in een breder perspectief. De zin van het leven vergelijkt Baumeister met de betekenis van een grammaticale zin. Bij beide gaat het erom dat de gedeeltes bij elkaar passen in een samenhangend patroon, de zin zorgt ervoor dat je begrepen kan worden door anderen, het past in een bredere context, en roept impliciete aannames op die gedeeld worden met andere leden van de cultuur. Andersom gaat de vergelijking ook op. Een zinloos leven en een betekenisloze zin hebben te maken met chaos, interne tegenstellingen en passen niet in de context. Baumeister deelt de functie van zin(geving) in twee brede categorieën in:

'The first is to discern patterns in the environment. The second is to control oneself, including regulating one's internal states.' (Baumeister, 1991: 17)

Baumeister gebruikt 'behoefte aan' (*need for*), mensen willen een bepaalde zin in hun leven ervaren. Wanneer mensen geen zin ervaren, zal hen dat motiveren om zin te vinden. Als het voor iemand niet mogelijk is één of meerdere behoeften aan zin, zoals hieronder beschreven, te bevredigen, zal dat als een probleem ervaren worden. De persoon zal stilstaan bij zijn of haar leven en wellicht het leven anders indelen, bijvoorbeeld door verandering in gedrag, net zolang tot alle vier de behoeften ingevuld zijn.

De bron van bevrediging van één van de vier behoeften aan zin is tot een bepaalde hoogte inwisselbaar voor een andere bron; elke vorm van zin die aan de basisbehoefte beantwoordt voldoet volgens Baumeister. Zo kan het ouderschap een belangrijke bron van zin in het leven zijn, maar voldoening in een baan kan een substituut zijn, en vice versa.

In Baumeisters rijtje van de (basis)behoeften aan zin komt de behoefte aan religie niet voor. Hoewel het geloof in een bepaalde religie voor mensen de behoefte aan zin in hun leven in kan vullen, is dat niet voor iedereen het geval (en de behoeften aan zin dienen voor Baumeister zo universeel mogelijk te zijn). Net als ouderschap is religie een belangrijke, maar (voor andere mensen) vervangbare bron van zin.

Er zit een zekere overlap in de vier behoeften en Baumeister geeft aan dat je de lijst zou kunnen inkorten of uitbreiden, maar dat het gaat om het geheel.

- *Purpose* – doelgerichtheid

Mensen willen dat hun leven een doel heeft. Mensen hebben de behoefte om hun handelen te richten naar een bepaald doel. Het draait erom het handelen van nu in relatie te brengen met de toekomst, met de eigen levensperspectieven. De doelen hoeven overigens niet altijd werkelijk bereikt te worden. Mensen kunnen de mogelijke uitkomsten van hun handelen bedenken, en het handelen wordt geleid door ideeën over doelen en uitkomsten.

Als behoefte aan zin houdt doelgerichtheid volgens Baumeister ten minste drie dingen in. Ten eerste is van het doel een voorstelling gemaakt en vormen mensen zich een beeld bij het doel. Ten tweede zijn huidige gedragsopties geanalyseerd en geëvalueerd met betrekking tot het behalen van het gewenste doel. Ten derde maakt een persoon keuzes met betrekking tot het bereiken van het doel.

Huidige handelingen en activiteiten krijgen dus zin door verbonden te worden met de mogelijke toekomst. Wat nu is krijgt zin door wat nog niet is. Het gaat erom dat de huidige activiteiten van mensen zin krijgen door ideeën over mogelijke gebeurtenissen, toestanden en uitkomsten in de toekomst.

- *Value (justification)* – waarde (rechtvaardiging)

De behoefte aan waarde refereert aan de sterke motivatie die mensen hebben om bronnen van waarde te vinden en om hun leven als waardevol te bezien. De mens wil zijn handelen (in het heden en verleden) als juist, goed en verdedigbaar bestempelen.

Het waarderen is een vorm van motivatie. De gedachte dat een handeling goed is, is een reden om het te doen; en de gedachte dat een handeling verkeerd is kan een reden zijn om het niet te doen. Het is echter ook menselijk om handelingen te rechtvaardigen, zelfs als moraliteit geen beslissende factor is geweest in de oorzaak van het handelen (bijvoorbeeld gedreven door eigenbelang of financieel voordeel).

Elke cultuur en samenleving heeft morele opvattingen, een systeem van waarden en normen, waardoor mensen kunnen samenleven. Op individueel niveau helpen waarden en normen (moraliteit) om de (sociale) omgeving te voorspellen en te controleren (eerste functie van zin). Het helpt mensen ook om hun gevoelens te reguleren (tweede functie van zin).

Mensen brengen een hiërarchie in hun waarden aan. Een fundamenteel principe, een morele waarde die de basis vormt, die geen verdere rechtvaardiging behoeft (bijvoorbeeld God) is volgens Baumeister belangrijk. In de moderne (geseclariseerde) samenlevingen hebben mensen vaak moeite met het vinden van deze basiswaarden, die een richtlijn vormen voor het vellen van morele oordelen.

Om hun behoefte aan zin te bevredigen, zullen mensen eerst de negatieve waarden vermijden, maar ze zullen ook iets in hun leven willen hebben met positieve waarde.

- *Efficacy* – Daadkracht ('controle')

Efficacy (een lastig naar het Nederlands te vertalen woord) houdt in dat mensen de behoefte hebben om te geloven dat ze een bepaalde mate van controle hebben. Het gaat om een gevoel van capabel en sterk te zijn. In het dagelijks leven willen mensen het gevoel hebben 'verschil te maken'.

Een zinvol leven leiden is meer dan doelen en waarden hebben, een mens moet ook het gevoel hebben dat hij in staat is om deze doelen te bereiken en deze waarden te realiseren. Het gevoel van daadkracht komt sterk naar boven wanneer iemand uitdagingen aangaat en moeilijke doelen bereikt.

Daadkracht kan gezien worden als de subjectieve kant van controle. Wanneer iemand een gevoel van daadkracht heeft, ook zonder werkelijk enige controle over de omgeving te hebben, dan is de behoefte bevredigd. Mensen worden getrokken naar deze *illusions of control*. *Efficacy* is het geloof in controle.

Controle kan in twee categorieën worden onderverdeeld. Primaire controle is de omgeving naar je eigen hand zetten. Secundaire controle is het omgekeerde, daarbij past men zich aan de omgeving aan. Een belangrijke categorie binnen deze secundaire controle is *interpretive controle*. Interpretatieve controle houdt in dat het begrijpen van iets een gevoel van controle verschaft, terwijl de persoon er niks aan zou kunnen veranderen. Dus door een verklaring te geven aan een gebeurtenis, gaat iemand de gebeurtenis begrijpen, waardoor het gemakkelijker is om het te accepteren en te verwerken. Het geloof in het hebben van controle, ook al is deze controle niet feitelijk het geval, zorgt ervoor dat mensen zich goed voelen.

- *Self-worth* – eigenwaarde

Mensen hebben de behoefte om betekenis aan hun leven te geven op een manier waardoor ze zichzelf waardevol voelen. In de praktijk neemt dit vaak de vorm aan van zich superieur voelen ten opzichte van anderen. Er is behoefte aan het vinden van een basis voor positieve eigenwaarde. Mensen hebben de behoefte om een bepaalde claim op respect te hebben, zowel zelfrespect als respect van anderen. Een positief gevoel van eigenwaarde kan samenhangen met zich deugzaam voelen en het verdienen van iets goeds (overlap met de behoefte aan waarde). Eigenwaarde en morele waarden kunnen wel in conflict met elkaar komen.

Eigenwaarde kan een collectieve en individuele basis hebben. De collectieve basis houdt in: het onderdeel zijn van een superieure groep, vergeleken met een andere groep. De individuele basis voor eigenwaarde ligt in het zichzelf vergelijken met anderen, die op een aantal gebieden dezelfde eigenschappen hebben.

Mensen zijn over het algemeen meer zeker als ze in hun leven meerdere bronnen hebben om deze vier behoeften aan zin te bevredigen. Dus mensen die hun eigenwaarde uit verschillende bronnen halen zijn volgens Baumeister beter in staat om tegenslagen te verwerken.

Betrokkenheid

Hoewel Baumeisters ‘behoefte aan zin’ mijns inziens veel omvattend zijn en de gebieden waaraan mensen zin kunnen ontleen goed weergeeft, is het wel sterk gericht op het individu. Ik mis bij Baumeister het relationele aspect van zingeving en het zich betrokken voelen op anderen en de wereld.

Ook Alma (2005: 14) mist in Baumeister zijn model het affectieve karakter van zin. Zin kan opkomen als een ervaring van verbondenheid. Alma legt daarbij de nadruk op iemands affectieve relaties met de (sociale) omgeving en op het zich inzetten voor wat de betreffende persoon waardevol acht. Zingeving impliceert het zich verbinden met iets, het aangaan van een engagement.

Verbondenheid komt duidelijk naar voren in de vier gebieden waarop mensen zich betrokken voelen in het kader van de zinervaring, zoals Nies die geformuleerd heeft op basis van de vier soorten *commitments* van Lowenthal (1989: 132-133):

- Het interpersoonlijke vlak; sociale relaties

Het gaat hierbij om de contacten, de relaties met andere mensen. Mensen zijn op elkaar betrokken, ze hebben (vaak) een levenspartner, familie, vrienden, collega's, et cetera. Het hebben van dergelijke relaties is volgens Nies van cruciaal belang om zin te ervaren in het eigen leven.

De zin van het bestaan komt in de wisselwerking tussen mensen tot stand. Zo helpt het praten met anderen vaak om de dingen en zichzelf beter te begrijpen. De sociale omgeving, het sociale netwerk, reikt kaders aan waardoor men zichzelf en het bestaan als zodanig kan begrijpen.

- De morele sfeer

Een zinvol leven betekent voor de meeste mensen een in moreel opzicht goed leven. Mensen handelen vaak op een bepaalde manier omdat ze die manier goed achten. Het gaat dus om waarden en normen en om een levenshouding. Een levensbeschouwing en religieuze gevoelens kunnen al dan niet een rol spelen.

- Competenties

Iedereen heeft in een bepaalde mate de neiging ergens 'goed' in te willen zijn. De zinervaring zit in het optimaal en op oorspronkelijke wijze benutten van de eigen vermogens (creativiteit). De bezigheid zelf geeft voldoening

- Gericht op overleving, in fysiek, economisch en psychisch opzicht

Het gericht zijn op het eigen leven is een basisbetrokkenheid, die ten grondslag ligt aan de andere velden van betrokkenheid. Men ervaart zin in de eigen biografie en levensloop.

Een evenwichtig persoon is volgens Lowenthal op al deze gebieden betrokken en kan daarin de zin van het eigen bestaan vinden. Er zijn per persoon accentverschillen mogelijk tussen de gebieden en er zijn binnen elk gebied vele variaties. Gedurende de levensloop treden er veranderingen in deze 'betrokkenheidspatronen' op, vaak als er gaten vallen in de bestaande. De veranderingen vragen om een hernieuwde structurering, om de invulling van nieuwe 'zin-mogelijkheden'.

Ook de betrokkenheid bij een *negatieve* gebeurtenis in het leven, bijvoorbeeld tijdens een uitzending, kan (op den duur) zin geven aan iemands leven. Het gaat er dan om hoe iemand omgaat met de gebeurtenis en de beleving daarvan, niet zozeer om de feitelijke gebeurtenis zelf.

3.1.3. Analyse kader zingeving

Voor het analyseren van zingeving door militairen aan hun indringende uitzendervaringen, in de beantwoording van deel A van mijn tweede onderzoeksvraag (hoofdstuk 7), maak ik gebruik van een combinatie van het model van de ‘vier behoeften aan zin’ van Baumeister en de ‘vier gebieden van betrokkenheid’ van Nies/Lowenthal. En daarbij zal ik een link leggen met de geformuleerde acht aspecten van zingeving.

Het inter-persoonlijke vlak van Lowenthal ontbreekt bij Baumeister. Deze betrokkenheid op sociale relaties, de verbondenheid met andere mensen en de wisselwerking tussen mensen is een eerste bron van zingeving in mijn analysekader, wat ik zal verwoorden als: de relaties met (belangrijke) anderen.

Een tweede bron is de doelgerichtheid en de (levens)perspectieven van Baumeister, die richting geven aan het leven: doelen, (levens)perspectieven, richting geven aan het eigen leven.

Als derde bron komt de behoefte aan waarde en rechtvaardiging van de eigen keuzes en handelen sterk overeen met de morele sfeer, het in moreel opzicht goed leven, van Lowenthal: waarden en normen, rechtvaardiging, levenshouding.

Als vierde bron combineer ik de daadkracht en het gevoel van controle (grip op het eigen leven) van Baumeister met het gericht zijn op overleving van Lowenthal, het betrokken zijn op het eigen leven: (gevoel van) controle, capabel en sterk voelen, gericht op overleving.

De vijfde bron van zingeving bestaat uit de eigenwaarde van Baumeister en de competenties van Lowenthal, die bijdrage aan een gevoel van eigenwaarde: eigenwaarde, competenties.

Het zingevingskader ziet er dan als volgt uit:

- De relaties met (belangrijke) anderen;
- Doelen, (levens)perspectieven, richting geven aan het eigen leven;
- Waarden en normen, rechtvaardiging, levenshouding;
- (Gevoel van) controle, capabel en sterk voelen, gericht op overleving;
- Eigenwaarde, competenties.

En hierbij tot slot van dit conceptuele kader over zingeving ter herhaling de acht door mij geformuleerde aspecten van zingeving. Waar ik naast het theoretische gedeelte over humanistisch geestelijke verzorging (3.2) gebruik van maak om mijn eerste onderzoeksvraag te beantwoorden (hoofdstuk 4 en 6). Ook bij de beantwoording van mijn tweede onderzoeksvraag (deel A) komen deze aspecten terug (hoofdstuk 7). Door middel van het analyseren van mijn materiaal zal ik een verdere invulling geven aan deze acht aspecten, in het werk van humanistisch geestelijk verzorgers bij defensie en bij zingeving door militairen.

- Betekenisgeving en verwerking
- Samenhang en oriëntatie
- Richting en evaluatie
- Activiteit en ervaring
- Individueel en inter-persoonlijk
- Persoonlijke zingeving en zingevingskaders
- ‘Hier en nu’ en procesmatig
- Alledaags en existentieel

3.2. Humanistisch geestelijke verzorging

'Humanist counselors work with clients on a one to one basis as well as in groups. They strive to strengthen in them the sense of meaning, by supporting and encouraging them to explore their emotions, thoughts and actions. They stimulate them to put into words their goals, their desires, their views on life and existence and their moral and emotional dilemmas in living life in the most rewarding way. They also offer comfort and advice when needed.' (Van Houten en Mooren, 2002: 113)

Humanistisch geestelijk verzorgers begeleiden mensen en staan mensen bij. Zij doen dit op basis van hun humanistische levensovertuiging, waarin waarden als zelfverantwoordelijkheid, verbondenheid, zelfontplooiing en gelijkwaardigheid centraal staan. Humanistisch geestelijk verzorgers gaan uit van de cliënt als mens (en niet van een deelaspect van het mens-zijn) en van de menselijke mogelijkheden. Ze luisteren actief en met een open houding naar het verhaal van de cliënt. Het contact is een ontmoeting van mens tot mens en in dialoog zoeken de humanistisch geestelijk verzorger en de cliënt samen naar hoe de cliënt zich tegenover iets wil en kan verhouden. Van belang zijn de (levens)vragen van de cliënt en de mogelijke antwoorden die de cliënt zelf formuleert. Een humanistisch geestelijk verzorger leeft zich in de belevingswereld van de cliënt in en behoudt tegelijkertijd de afstand om vanuit een professioneel buitenstaanderperspectief én vanuit de eigen persoonlijkheid te reageren. Op die manier kan de humanistisch geestelijk verzorger de cliënt andere zienswijzen of perspectieven aangeven en eventueel handelingsopties. De humanistisch geestelijk verzorger begeleidt en ondersteunt de cliënt, maar het is aan de cliënt zelf om eigen keuzes te maken en zelfstandig een levensvisie te ontwikkelen. Humanistisch geestelijk verzorgers zijn gericht op bestaansvragen, zingevingprocessen, levensbeschouwing en moraliteit. Door de ander te laten vertellen, intense aandacht aan de ander te schenken, door op de juiste momenten goede vragen te stellen, een andere kijk op de zaak te verwoorden, eventueel handelingsopties te geven en door soms confronterend en adviserend te zijn, helpt de humanistisch geestelijk verzorger de cliënt in het zoeken naar zin en het geven van zin.

Deze omschrijving kan verder aangevuld worden met de beroepscode van het Humanistisch Verbond, de zendende instantie voor humanistisch geestelijk verzorgers, waarin staat vastgesteld dat humanistisch geestelijke verzorging:

‘de professionele en ambtshalve begeleiding en hulpverlening aan individuen en groepen vanuit en op basis van een humanistische levensovertuiging [is]. Zij richt zich op fundamentele vragen en existentiële aspecten van het leven. In een dialogisch proces worden cliënten ondersteund met het vinden van eigen antwoorden op levens- en zingevingsvragen. Hierdoor kunnen zij samenhang en inzicht in hun levenservaringen ontdekken, waardoor hun levensfundament kan worden verhelderd en versterkt zodat zij (opnieuw) vorm en inhoud kunnen geven aan een eigen stijl van leven die in overeenstemming is met hun eigen waarden en normen.’

(Humanistisch Verbond, 2000: 2)

Een humanistisch geestelijk verzorger is gericht op zingevingprocessen van mensen en draagt zorg voor het in stand houden, het herstellen of het versterken van het zingevingssysteem (DHGV, 2007: 6). Hij legt daarvoor verbanden tussen levenservaringen en levensbeschouwelijke uitgangspunten (in de ruimste zin van het woord: de eigen beschouwing op het leven en de eigen (levens)overtuigingen). Het specifieke van humanistisch geestelijke verzorging is dat de mens steeds het uitgangspunt is (DHGV, 2007: 5), waar confessionele geestelijk verzorgers daarbij uitgaan van een hogere macht. In het werk van (humanistisch) geestelijk verzorgers speelt, in tegenstelling tot andere hulp- en zorgverleners, de eigen levensbeschouwing een prominente rol. Van Praag (1978: 220) verwoordt dit voor humanistisch geestelijk verzorgers door te stellen dat het specialisme van een raadsman anders is dan die van de overige hulpverleners, omdat raadswerk berust op de verheldering van de menselijke situatie op grond van de eigen humanistische overtuiging. Een humanistisch geestelijk verzorger ondersteunt de ander in het zoekproces naar zingeving en moraliteit, waarbij hij bewust is van de eigen noties en die hij op een zeker moment in kan brengen om de ander te helpen in het vormen van de eigen gedachten. Deze houding is verbonden met de humanistische notie dat zelf zin en betekenis geven aan het bestaan een wezenlijk kenmerk van de mens is (Vogels, 2004: 49-50).

‘Zo staat dan de humanistische begeleider in een existentieel ‘wij’ met de ander; niets verwachtend, alles hopen; niet beschikkend over een toverwoord, dat alle moeilijkheden oplost; doordrongen van de raadselachtheid van het leven, dat zelf weer de vernieuwende krachten voortbrengt, die het verder stuwten, zolang tenminste de levenskracht niet volledig is uitgeput. (...) Alle mensen [moeten] toch hun eigen leven (...) leiden, waarvan niemand weet welke betekenis het voor wie dan ook, waar dan ook, en hoe dan ook, hebben kan. (...) Werkelijk functioneren als mens is het doel dat humanisten zich stellen.’ (Van Praag, 1978: 234-235)

3.2.1. Hoogeveen

Hoogeveen beschrijft vier kenmerken van een humanistisch geestelijk verzorger bij de uitoefening van het raadswerk (1997: 32-37). Dit geeft een verdere invulling (op paragraaf 3.2) van de humanistische houding die humanistisch geestelijk verzorgers hebben en op basis waarvan zij hun beroep uitoefenen. Ten eerste benoemt Hoogeveen de ‘grondhouding ten opzichte van zichzelf’: een geestelijk verzorger heeft in een bepaalde mate een uitgegroeide verstandhouding met het leven. Hij aanvaardt het leven en verhoudt zich tot het menselijke bestaan. Ten tweede de ‘grondhouding ten opzichte van anderen’: de geestelijk verzorger accepteert de cliënt en ziet hem als waardevol individu. De ander, en de relatie, is het doel (niet het middel). Ten derde het ‘vermogen tot reflectie’: door middel van reflectie heeft de geestelijk verzorger zicht op zichzelf, zijn eigen levenshouding en zijn functioneren. Door voor zichzelf deze zaken helder te hebben en te houden, kan hij de ander helpen diens vragen en eventuele problemen uit te kristalliseren. En tot slot heeft de geestelijk verzorger een ‘gerichtheid op de essentie van de geestelijke verzorging’, wat inhoudt dat de geestelijk verzorger persoonlijk betrokken is op de ander en het relationele contact in eerste instantie centraal stelt.

‘De aard van het werk echter houdt in dat de geestelijk verzorger zich in de relatie – indien mogelijk – niet beperkt tot deze sfeer, hoe fundamenteel die op zichzelf ook is. Alleen verzorgend werk in deze zin zou te passief kunnen blijven. Het gaat er uiteindelijk om dat die andere mens middels de relatie met de geestelijk werker gestimuleerd wordt, met zijn eigen geestelijke mogelijkheden een antwoord te vinden op de situatie waarin hij nu in zijn leven verkeert.’ (Hoogeveen, 1997: 34)

Deze vier kenmerken draaien om de houding van de humanistisch geestelijk verzorger en de essentie van het raadswerk. Vervolgens beschrijft Hoogeveen een vijftal samenhangende invalshoeken, die ‘de methodiek’ van de humanistisch geestelijk verzorger mede bepalen. Over methodiek met betrekking tot raadswerk bestaat niet veel literatuur. Dit komt vanwege het eigen karakter van het raadswerk, wat zich niet laat vatten in een ‘stappenplan’ of iets dergelijks. Hoogeveen heeft mijns inziens een concrete invulling gegeven van een ‘methodiek’, met behoudt van de essentie van geestelijke begeleiding. Dus voor een verdere invulling van humanistisch geestelijke verzorging geef ik hier de vijf invalshoeken van Hoogeveen weer, waar ik in hoofdstuk 4 op terug zal komen met mijn empirisch materiaal.

Ten eerste heeft een humanistisch geestelijk verzorger het ‘vertrouwen in de groeiende kracht van de mens’. Zoals reeds gezegd gaat een humanistisch geestelijk verzorger uit van de menselijke mogelijkheden en krachten. De cliënt kan alleen zelf zin geven aan gebeurtenissen en ervaringen in zijn leven, waarbij de geestelijk verzorger ondersteuning kan bieden.

‘Een bepalende factor van geestelijk werk is om aan de groeikracht van de ander te appelleren, deze te mobiliseren, te bevorderen, te versterken. Indien iemand (...) kan komen tot acceptatie, tot actieve aanvaarding van de situatie (...), dan komt er mogelijk energie vrij voor het zoeken naar een nieuwe betekenisgeving van het leven, tot het maken van keuzen.’ (Hoogeveen, 1997: 34)

Een humanistisch geestelijk verzorger kan volgens Hoogeveen in het proces van aanvaarding en acceptatie ondersteuning bieden door een invoelende en accepterende houding, door betrokken te reageren, en door relativering en ordening.

De tweede invalshoek is de grondhouding dat de humanistisch geestelijk verzorger uitgaat van de ‘waarde van de mens’. Hij leeft zich in de belevingswereld van de ander in en probeert de cliënt niet tot andere gedachten of gevoelens te brengen. Hij probeert zonder te oordelen en zonder vooringenomenheid te luisteren naar wat de ander werkelijk zegt, om van daaruit te reageren.

Binnen geestelijke verzorging is, ten derde, ‘de mens het doel’: het draait om het proces van de ander, zijn geestelijk welbevinden, en zijn keuzes. Een geestelijk verzorger stelt geen diagnose en heeft geen behandelplan. Waar de humanistisch geestelijk verzorger wel gebruik van maakt is het inbrengen van de eigen gedachten en constatering bij het verhaal van de ander. De cliënt kan dan meer zicht krijgen op zijn eigen situatie, motieven en waarden, waar vanuit hij zelf keuzes kan maken.

‘Waar het (...) om gaat is, dat je dat doet samen met de cliënt en niet los van hem of buiten hem om. (...) Je denken, vragen, meedenken, ervaringen, dienen er toe het denken van de ander te helpen en te ondersteunen.’ (Hoogeveen, 1997: 36)

De vierde invalshoek benoemt Hoogeveen als ‘beschikbaarheid – relatie’. Daarmee doelt ze op het eerste streven van de humanistisch geestelijk verzorger om contact op basis van wederzijds vertrouwen tot stand te brengen. In de relatie stelt de geestelijk verzorger zich beschikbaar met zijn totale persoon, en gaat in het contact in op het uitdrukkings- en gevoelsniveau van de cliënt.

Tot slot de vijfde invalshoek, ‘instelling – gerichtheid’, waarmee Hoogeveen ingaat op de eigen gerichtheid van geestelijke verzorging. De humanistisch geestelijk verzorger is gericht

op het zoeken van mensen naar de zin van het eigen leven. Een cliënt stelt niet expliciet vragen naar zin en betekenis, maar het komt impliciet aan de orde. De geestelijk verzorger is daarop gericht en luistert volgens Hoogeveen in zekere zin ‘door’ het verhaal van de ander heen. Hij vraagt naar de betekenis die de dingen voor de cliënt hebben. De humanistisch geestelijk verzorger geeft terug wat hij hoort, niet in theoretische bewoordingen, maar sluit aan bij de cliënt.

‘Fundamenteel blijft dat de ander de weg aangeeft; vaak zegt hij meer dan hij zichzelf door allerlei concrete ervaringen en problemen van de situatie heen bewust is. (...) Je bent er op gericht hem hierbij te helpen door die aspecten in zijn denken en beleven naar voren te halen. Geestelijke verzorging in deze zin uitgeoefend kan voor veel mensen een helende betekenis hebben, doordat ze middels ordening en bewustwording de greep op hun eigen leven kunnen hervinden.’ (Hoogeveen, 1997: 37)

3.2.2. De werkwijze van raadslieden in de krijgsmacht

‘Humanistisch raadslieden ondersteunen mensen in de krijgsmacht, hun gezinsleden en veteranen. Zij leveren overal waar Nederlandse militairen zijn zorg, aandacht en begeleiding bij alle aspecten van leven en werken. De nadruk ligt op het verhelderen van zingevingsvragen en morele vragen. Dit vanuit een humanistische levensbeschouwing en levenshouding. Daarin staat menselijke waardigheid en het zelf zin- en vormgeven aan het leven centraal. Door middel van advisering, begeleiding en vorming dragen raadslieden bij aan een humaan, ethisch en reflexief werk- en leefklimaat. Zo een klimaat is volgens de dienst noodzakelijk om de in de Nederlandse grondwet vastgelegde ambities op het gebied van internationale rechtsorde en vrede en veiligheid waar te kunnen maken. Vanwege de ‘vrijplaatsfunctie’ van geestelijk verzorgers mogen militairen altijd een beroep doen op een raadsman of vrouw. Hun onafhankelijke positie waarborgt een strikte geheimhouding en een grote mate van vertrouwen, zonder dat de samenwerking met- en verantwoording en advisering aan leidinggevend en collega hulpverleners daaronder leidt.’

(Brondocument DHGV, 2007: 4)

In bovenstaande *mission statement* (conceptversie november 2007) van de dienst humanistisch geestelijke verzorging bij de krijgsmacht (DHGV) staat het werk van de

raadslieden kort uiteengezet. De humanistisch geestelijk verzorgers, raadslieden, hebben een bijzondere positie in de krijgsmachtorganisatie. Net als de geestelijk verzorgers van andere denominaties hebben ze een zendend genootschap, en maken ze geen deel uit van de militaire bevelstructuur en staan ze niet onder de militaire krijgstucht. Dit in tegenstelling tot de andere zorg- en hulpverleners binnen de krijgsmacht, die wel militairen zijn.

Ik ga hier verder niet in op het wettelijke kader en de legitimatie van de (humanistisch) geestelijke verzorging in de krijgsmacht.³ Wat in het kader van mijn onderzoek wel belangrijk is, is de inhoudelijke onafhankelijkheid die de (humanistisch) geestelijk verzorgers hebben. Voor de militairen betekent deze vrijplaats dat ze altijd een beroep kunnen doen op een (humanistisch) geestelijk verzorger en dat zij de garantie hebben dat de inhoud van de gesprekken onder het beroepsgeheim valt. De DHGV zegt hier het volgende over:

‘Veel militairen waarderen deze vrijplaats, die gezien kan worden als een door het ambt gegarandeerde inhoudelijke onafhankelijkheid, waar zonder schroom, schaamte en verdere consequenties gesproken kan worden over vertrouwelijke, persoonlijke onderwerpen.’ (Brondocument DHGV, 2007: 12)

De dienst humanistisch geestelijke verzorging in de krijgsmacht heeft hun werkdomein in zes ‘primaire processen’ omschreven, te weten individuele begeleiding; begeleiden van groepen; houden van bezinningsbijeenkomsten; gevraagd en ongevraagd adviseren aan leidinggevend; communiceren van het professioneel profiel; en het handhaven van het professioneel profiel (DHGV, 2007: 9). In mijn onderzoek gaat het om één aspect van de werkzaamheden van raadslieden, namelijk de individuele begeleiding van militairen bij (levensbeschouwelijke- en) zingevingsvragen.

Het contact met een raadsman komt op verschillende manieren tot stand, namelijk op initiatief van een militair; op initiatief van de raadsman; het contact kan spontaan ontstaan; of doormiddel van een doorverwijzing. Door te gaan waar de militairen gaan (op de werkvloer, op oefening en mee op uitzending) en het werken op een specifiek werkterrein (bijvoorbeeld een bepaalde eenheid), zijn raadslieden laagdrempelig te benaderen. Een raadsman maakt duidelijk wie hij is, hoe hij bereikbaar is en waarop hij aanspreekbaar is. De raadsman zoekt

³ Onder andere omschreven in: ‘Geloven in de kracht van mensen. Brondocument humanistisch geestelijke verzorging in de krijgsmacht’ (Conceptversie november 2007). Dienst humanistisch geestelijke verzorging krijgsmacht, p. 13

de militairen op, laat zijn gezicht zien, praat met de militairen en werkt zo aan zijn 'bekendheid', wat de stap voor de militair om contact op te nemen met de raadsman verkleint.

De mens 'achter de militair' staat voor de raadsliden centraal en zij bieden ondersteuning aan de wijze waarop mensen zin geven aan hun bestaan, vanuit de grondgedachte dat het leven is wat mensen er zelf van maken, in relatie met anderen.

De Kooter (1997: 12) stelt dat de vragen waarvoor een militair hulp en begeleiding zoekt over het algemeen praktisch verwoord zijn, en in eerste instantie niet noodzakelijk als existentieel geduid worden. De existentiële elementen in de vraag of het verhaal van de militair worden in het gesprek met de raadsman verhelderd. Daartoe zal de raadsman eerst een sfeer van veiligheid en vertrouwen scheppen. Hij kan in het gesprek zijn eigen eventuele problematiek tussen haakjes zetten en zich inleven in de situatie van de militair. De raadsman luistert, identificeert zich en behoudt tegelijkertijd de afstand om een heldere kijk op het verhaal van de militair te kunnen houden, en kan de existentiële thema's in het verhaal herkennen en benoemen.

3.3. Indringende uitzendervaringen

'De kwaliteit van dit werk draait voor een belangrijk deel om de kwaliteit van de relatie met de cliënt en daarbij gaat het primair om aandacht voor de ander. Die aandacht is vooral geboden als er sprake is van ingrijpende gebeurtenissen, van het geconfronteerd worden met levensvragen en bestaansknopen; als de ander het niet meer ziet zitten en zichzelf geen raad weet.' (Van Houten, 1999: 172)

Raadlieden gaan daar waar de militairen gaan, dus ook mee op uitzending. Mijns inziens kan juist daar de behoefte aan een gesprek met een humanistisch geestelijk verzorger groot zijn. Ook na terugkeer van een uitzending is het belangrijk dat militairen met hun verhalen en eventuele problemen omtrent uitzendervaringen bij raadlieden terecht kunnen. In dit gedeelte ga ik in op zingevingsvraagstukken die samenhangen met uitzendingen. Verder geef ik een weergave van positieve, negatieve en ingrijpende uitzendervaringen weer, naar aanleiding van onderzoek.

Een uitzending kan *op zich* een ingrijpende ervaring zijn en kan als een breuk in het levensverhaal ervaren worden.

'Vertrek van een militair uit zijn of haar leefkern kan ingrijpend zijn. Zowel voor de uitgezondene als voor de thuisblijvers kan er veel gebeuren tijdens een missie. De verandering in het bestaan wordt doorgaans als zo groot ervaren dat dit leidt tot fundamentele herbezinning en herwaardering, die het leven ook daarna nog inkleuren.' (Vogels, 2002: 60)

Een militair die op uitzending gaat wordt gedurende een langere periode, bijvoorbeeld vier maanden, uit zijn eigen bestaanscontext gehaald. Hij laat gezin, familie en vrienden achter, die op hun beurt de militair moeten missen, maar waar het leven ondertussen ook doorgaat. De militair werkt en leeft tijdens zijn uitzendperiode samen met collega's. Werk en vrije tijd is altijd samen met dezelfde mensen en privacy is vaak erg gering. Wanneer de werkdruk hoog is kan dat stress opleveren en bij weinig afwisselend werk ligt de verveling op de loer. De militair komt terecht in een ander land met vaak een geheel andere cultuur met bijbehorende waarden en normen. De militair kan, zeker nu in Afghanistan, te maken krijgen met de dreiging van geweld, het zien van geweld en het toepassen van geweld. De vraag naar de zin van de missie komt dan vaak naar voren.

Dit zijn allemaal aspecten waarbij zingevingsvraagstukken op kunnen komen. De militair zal zich, professioneel en persoonlijk gezien, dienen te verhouden tot het thuisfront; de collega's, van diverse rangen; het werkklimaat, de werkdruk; en de lokale cultuur en bevolking in het uitzendgebied. Fundamentele (her)bezinning en (her)waardering op de eigen levensvisie, het bestaan, de wereld en de medemens is vaak nodig. Een militair zal zich dan (opnieuw) gaan verhouden tot de bestaanscontext van thuis en die van het uitzendgebied.

Bunnik⁴ (2002: 8-9) geeft aan dat zingevingsvragen en ethische keuzes in het bijzonder bij uitzendingen naar voren komen. De dreiging van de situatie legt volgens hem een zware druk op de motivatie, het werkklimaat en de verhouding met het thuisfront. De confrontatie met geweld en het zelf moeten toepassen van geweld geeft aanleiding tot het stellen van morele vragen en kan mogelijk tot dilemma's leiden. Hij geeft een voorbeeld:

'Een adequaat militair optreden gericht op het doden of verwonden van tegenstanders kan professioneel-ethisch zeer wel verantwoord zijn, terwijl het spanning kan opleveren met de persoonlijke ethiek. Indien er strijd ontstaat tussen de persoonlijke en professionele ethiek zullen gewetensconflicten optreden, die tot levensbedreigende en traumatiserende situaties kunnen leiden.' (Bunnik, 2002: 9)

Geestelijk verzorgers kunnen volgens Bunnik een brug slaan tussen de persoonlijke en de professionele ethiek.

Rietveld, verbonden aan het Veteraneninstituut te Doorn, beschrijft naar aanleiding van haar onderzoek 'Schuld- en schaamtebeleving bij jonge veteranen' ten aanzien van de geweldinstructie de andere kant. Namelijk het niet mogen ingrijpen, waar men dat wel zou willen.

Te denken valt dan ook aan de behoefte – vanuit een gevoel van persoonlijke verantwoordelijkheid en waarden – om in te grijpen waar (bijvoorbeeld onder de burgerbevolking zelf) geweld wordt gepleegd. De professionele bevoegdheid en normen bieden niet altijd de ruimte tot dergelijk ingrijpen om het geweld te stoppen en verdere schending van mensenrechten te voorkomen. In dit verband kan de militair een discrepantie ervaren tussen persoonlijk verantwoordelijkheidsgevoel (persoonlijke waarden) en een professionele verantwoordelijkheid en bevoegdheid (professionele normen). Verder zijn resultaten van handelen en beslissingen van te voren niet altijd even goed te overzien in een soms chaotische omgeving. (Rietveld, 2007: 23,24)

⁴ De (nu voormalige) Directeur-Generaal Personeel van het Ministerie van Defensie

Raadsman Hetebrij (2002: 12) heeft tijdens uitzendingen gemerkt dat bepaalde thema's terugkeerden in de individuele gesprekken die hij met militairen voerde. De zingevingproblematiek ligt ook volgens Hetebrij op het snijvlak van de persoonlijke levenssfeer en de specifieke militaire context in het uitzendgebied.

'Ik denk dan aan reflectie over de (in)richting van het eigen leven. In zo'n uitzendsituatie worden soms belangrijke keuzen gemaakt op het gebied van relaties en werk. (...) Het gaat om de zogenaamde trage vragen. Wat wil ik van het leven, wat is voor mij eigenlijk van waarde? Verandert dat wat van waarde is door bijvoorbeeld het meemaken van geweld- en onmachtsituaties? (...) Wat zijn mijn persoonlijke doelen? Veranderen deze tijdens een uitzending en wat betekent dat dan voor mij? Een ander thema betreft het nemen van verantwoordelijkheid voor het eigen levenslot. (...) Veel jonge militairen geven op uitzendconferenties aan dat het verkrijgen van zelfkennis een belangrijke reden is om op uitzending te gaan, naast het opdoen van ervaring en geld verdienen. Met zelfkennis wordt dan bedoeld inzicht verwerven in hun omstandigheden, mogelijkheden, waarden, doelen en het eigen karakter met de goede en minder goede kanten.' (Hetebrij, 2002: 12)

Deze thema's vormen voor Hetebrij de grondtonen van de gesprekken, waarin hij gemerkt heeft dat veel levensvragen en problemen te maken hebben met het militair zijn.

Hetebrij (2002: 18) geeft verder nog aan dat als de militair zijn werk als zinvol ervaart, de ervaring van de uitzending na terugkeer gemakkelijker te integreren zal zijn in het eigen levensverhaal.

Raadsman Vogels legt nadruk op het delen van de uitzendervaringen (tijdens en na de uitzending).

'Het praten over, verwerken van en betekenis geven aan opgedane ervaringen kan bijdragen aan het als zinvol ervaren van de uitzending.' (Vogels, 2002: 62)

Rietveld verwoordt het proces van verwerking van een indringende uitzendervaring als het integreren in de persoonlijke levensgeschiedenis. Zij gaat hiermee in op zingeving.

'Het kunnen reconstrueren – het praten over de gebeurtenis, en het opnieuw 'beleven' van de ervaring – brengt de losse gedachten en herinneringen weer langzaam terug tot een compleet en heel verhaal. De daarbij horende emoties worden daarnaast weer geleidelijk teruggebracht tot daar waar zijn ontstaan zijn en thuishoren. Ze vallen zogezegd op hun plek en integreren in het levensverhaal. Er ontstaat zo een 'zinvol' verhaal, hoe pijnlijk ook.' (Rietveld, 2007: 34)

Schok, onderzoekster verbonden aan het Veteraneninstituut, stelde in één van haar publicaties naar aanleiding van haar lopende onderzoek 'Betekenis van uitzendervaringen: cognitieve verwerking van stressvolle levenservaringen' dat veteranen (ex-militairen) hun uitzendervaringen over het algemeen als positief tot zeer positief beoordelen (2007: 41,42). Een aanzienlijk deel gaf aan zowel positief als negatief te oordelen en een klein aantal was uitsluitend negatief tot zeer negatief.

Na aanleiding van de open vraag wat de militair positief aan zijn uitzending vond, noemt Schok de vijf meest genoemde thema's (n=1023). Levenservaring en verbreding horizon; kameraadschap en verbondenheid; persoonlijke groei en ontwikkeling; werkervaring en ontwikkeling loopbaan; en directe steun en hulp lokale bevolking. Op de vraag wat de militair als negatief aan zijn uitzending had ervaren, kwamen de volgende vijf meest genoemde thema's naar voren (n=774). Omstandigheden uitzending; onderlinge verhoudingen; zinloosheid; rol autoriteiten; en machteloosheid.

In een ander artikel geeft Schok de meest ingrijpende uitzendervaringen voor de oude en de jonge generatie veteranen aan (2006: 20,21). Voor de oude generatie (uitgezonden naar Nederlands-Indië, Korea en/of Nieuw-Guinea) waren dat beschietingen (niet op hen gericht); het zien van menselijk leed; de aanblik van doden; beschietingen (ook op hen gericht); en de aanblik van ernstig gewonden. Voor de jonge generatie (voornamelijk uitgezonden naar Cambodja en voormalig Joegoslavië) waren de meest ingrijpende gebeurtenissen de aanwezigheid van landmijnen; het zien van menselijk leed; beschietingen (niet op hen gericht); de aanblik van ernstig gewonden; en explosies.

Ter afsluiting van dit gedeelte een verhaal over een militair (Dutchbat III), als voorbeeld van zingeving aan een indringende uitzendervaring.

'Zo vertelde een korporaal over zijn gevoelens van machteloosheid bij het aanschouwen van de gewonde en later overleden Jeffry Broere. Nooit wilde hij zich weer zo machteloos voelen. Het heeft richting aan zijn leven gegeven in de zin dat hij een medische opleiding is gaan volgen en van infanterist omgeschoold is tot verpleegkundige.' (Hetebrij, 2002: 17)

3.4. Waardering van de geestelijke begeleiding

‘Als het gaat om een kwaliteitsoordeel over de geboden begeleiding en ondersteuning, dan moet dat primair vanuit een leefwereldperspectief worden benaderd. De vraag is immers wat het gebodene heeft bijgedragen aan het verhogen of behouden van de ervaren kwaliteit van leven. (...)Het enige wat er toedoet is de tevredenheid van de cliënten en het lijkt me vooral zaak daarover met die cliënten in gesprek te zijn. Het draait uiteindelijk om de menswaardigheid van hun bestaan en wat de geestelijk verzorger daaraan heeft kunnen bijdragen.’ (Van Houten, 1999: 172)

Mijn onderzoeksvraag ‘hoe waarderen deze militairen de begeleiding van de humanistisch geestelijke verzorging’ ligt in lijn met het bovenstaande citaat van Van Houten. Het gaat om de beleving en waardering van de militairen. Aan hen is de vraag wat de raadslieden uiteindelijk voor hen persoonlijk hebben bijgedragen aan hun ‘zoektocht naar zingeving’. (Deze terminologie heb ik niet in gesprek met de militairen gebruikt.)

Deze benadering vanuit het leefwereldperspectief van de militair is een waardevolle aanvulling, aangezien het werk vanuit de kant van raadslieden uitgebreid wordt belicht, maar het uiteindelijk draait om wat het voor de militair heeft betekend. Dit houdt niet in dat de raadslieden een ‘u vraagt, wij draaien’ houding zouden moeten hebben, maar mijns inziens is het in het kader van het altijd voortdurende proces van professionalisering goed om te weten hoe je werk ontvangen wordt.

Wat de grote bias in mijn onderzoek is, is dat ik slechts de waardering van de drie door mij geïnterviewde militairen te weten ben gekomen. Daarbij komt dat deze militairen logischerwijs tevreden waren, aangezien ze anders geen meerdere gesprekken met de raadslieden hadden gevoerd en waarschijnlijk niet hadden ingestemd met een interview. Toch ben ik van mening dat deze (deel)onderzoeksvraag van toegevoegde waarde is. Zo heb ik gevraagd naar wat er concreet als positief ervaren was door de militairen (hoofdstuk 8). ‘Helaas’ heb ik op mijn vraag naar minder positieve punten geen antwoord gekregen. Maar ook al is de waardering alleen positief, is het nog steeds leerzaam om te weten wat als positief werd ervaren. Door inzicht te krijgen wat als positief wordt ervaren, kunnen raadslieden deze werkwijze vasthouden. Ze zijn zich er dan bewust van, doordat ik mijn scriptie heb laten lezen aan deze raadslieden. Ook kunnen collega’s dit eventueel meekrijgen, maar dat ligt eraan of de Dienst humanistisch geestelijke verzorging (DHGV) er iets mee wil doen. De antwoorden

op deze onderzoeksvraag kunnen in ieder geval een aanzet vormen tot het onderzoeken van de waardering, waar de DHGV zich mee wil gaan bezighouden.

‘Een volgende stap is verder te onderzoeken in hoeverre HGV bij de doelgroep in een behoefte voorziet, welk imago de dienst(verlening) heeft en in hoeverre gesprekspartners de aangeboden zorg waarderen.’ (Brondocument DHGV, 2007: 17)

Enkele voorbeelden van vragen die aan militairen gesteld zouden kunnen worden zijn, zoals ik ze ook in de interviews gesteld heb: Hoe heb je de gesprekken ervaren? Wat was positief, waar kon je wat mee en waarom? Wat zei en deed de raadsman concreet, kan je voorbeelden noemen? Waren er ook dingen die de raadsman zei waar je niks mee kon?

Dit zou vorm kunnen krijgen in een grootschalige enquête, wat ik bij aanvang van mijn onderzoek van plan was. Door het tijdsbestek wat voor een afstudeerscriptie staat, heb ik dit idee bij voorbaat moeten laten varen. Door middel van de evaluatie in een enquête kan het inzicht in de waardering vergroot worden binnen de DHGV. Met als mogelijk doel de uitkomsten als inspiratiebron te laten dienen en om de kwaliteit van de humanistisch geestelijke begeleiding te waarborgen en waar mogelijk te verbeteren.

Een punt om te benadrukken is dat geestelijke begeleiding niet uit te drukken valt in termen als resultaatgerichtheid. Dit zou de essentie van het raadswerk compleet voorbij gaan. Geestelijke begeleiding is geen product waaraan een criterium als efficiëntie geplakt kan worden. Het draait om aandacht voor de mens, niet om ‘na zoveel gesprekken is iemand van zijn probleem af’. Raadslieden zijn niet oplossingsgericht, maar staan naast de ander om hem bij te staan en te begeleiden in de eigen zoektocht, zolang hij daar behoefte aan heeft. In het raadsgesprek staat voor raadslieden het (levens)verhaal van de cliënt voorop.

*‘Dat vraagt om bijzondere competenties, zoals:
een onbevengende wijze van luisteren, belangeloze aandacht;
bevestigen van het verhaal vanuit empathie en door het gesprek samen te vatten;
via open vragen verder verdiepen van het verhaal tot existentieel niveau;
op basis van gelijkwaardigheid de dialoog voeren, het gesprek leiden, soms confronteren en spiegelen.’ (Brondocument DHGV, 2007: 11)*

Op deze competenties kom ik in hoofdstuk 8, bij de bespreking van deel B van mijn tweede onderzoeksvraag terug.

Ter afsluiting van deze paragraaf ga ik in op het onderzoek wat in opdracht van de Diensten Geestelijke Verzorging (DGV) binnen defensie eind 2007 is gedaan onder militairen naar de beleving van de diensten die de DGV aanbiedt.⁵ Het gaat hierin om alle diensten van de DGV, niet alleen om de persoonlijke gesprekken. En om alle diensten GV, dus niet alleen de humanistisch geestelijke verzorging. Toch wil ik als illustratie enkele onderzoeksresultaten aanstippen. Ook om te laten zien dat de geestelijke verzorging positief gewaardeerd wordt.

Uit dit onderzoek kwam naar voren dat 81% van de militairen (n=454) ooit in aanraking was geweest met het werk van de geestelijke verzorging. Zes op de tien militairen was in de afgelopen twee jaar op één of meerdere wijze(n) met geestelijke verzorgers in aanraking geweest. Het rapportcijfer voor de algemene waardering van GV binnen defensie was een 7,3 (n=331).

Met betrekking tot het 'persoonlijke gesprek' in de afgelopen twee jaar, kwam het onderzoek uit op 29% van de militairen. Deze gesprekken werden met een 7,8 (n=108) beoordeeld.

Waarbij de vertrouwelijkheid van de gesprekken een 8,4 scoorde (n=101). De beschikbaarheid en de benaderbaarheid van de geestelijke verzorging in het algemeen en in eigen omgeving werd positief gewaardeerd, respectievelijk met een 7,5 (n=274) en een 7,3 (n=247).

Ten aanzien van het belang van GV hebben de onderzoekers een zevental situaties beschreven.

'Over het algemeen vinden de militairen de geestelijke verzorging vooral van belang in het geval van een ongeval, ziekte of overlijden (69%) en wanneer er behoefte is aan een vertrouwelijk gesprek (67%). Rondom uitzendingen wordt geestelijke verzorging ook (zeer) belangrijk gevonden (63%). [n=450]' (GW, 2008: 17)

Opvallend voor mijn onderzoek is dat 'bij vragen over zingeving en betekenis van het leven' een veel minder groot percentage van de militairen aangeeft dat (zeer) belangrijk te vinden. Ook 'bij levensbeschouwelijke vragen/kwesties' kwam een lager percentage dan bij de drie situaties uit het citaat. Verder bleek overigens dat een meerderheid van de militairen vindt dat binnen de Krijgsmacht voldoende rekening wordt gehouden met de eigen religie of levensbeschouwing.

Op de vraag wat de meest positieve ervaring met de GV is, antwoordden veel militairen het klaar staan van de geestelijk verzorgers, de goede gesprekken en het luisterend oor. De

⁵ Onderzoek beleving geestelijke verzorging (concept januari 2008). Gedragswetenschappen i.s.m Blauw Research (GW-08-007). Commanda DienstenCentra

suggesties ter verbetering van de GV liggen vooral op het vlak van de zichtbaarheid van de geestelijk verzorgers. De GV zou beter bereikbaar kunnen zijn en zich wat actiever kunnen opstellen (langskomen op de werkvloer).

De onderzoekers hebben tot slot gekeken naar de personeelszorg bij uitzending, waarbij ze gebruik hebben gemaakt van de vragenlijsten 'Evaluatie Personeelszorg Uitzendingen' van Gedragwetenschappen, gebaseerd op de vragenlijsten die in 2006 en het eerste kwartaal van 2007 zijn ingevuld ('waardering zorg' is nu geen onderdeel meer van de vragenlijst). In totaal geeft 55% (n=1827) hulp te hebben gehad van de GV. De gemiddelde waardering was een 8,4 voor de gevraagde hulp (22%) en 7,9 voor ongevraagde hulp (33%).

4. Humanistisch geestelijke begeleiding

Onderzoeksvraag één – deel één

Op welke wijze begeleiden humanistisch geestelijk verzorgers militairen bij het zoeken naar zingeving aan indringende uitzendervaringen?

Na het bovenstaande theoretische gedeelte, begint hier het empirische gedeelte.

Dit hoofdstuk bestaat uit een meer algemeen deel over humanistische geestelijke begeleiding, met betrekking tot de werkwijze in individuele gesprekken en zingeving. Allereerst geef ik een weergave van onderwerpen waarmee militairen op uitzending bij raadslieden komen, die uit de vijf interviews naar voren kwamen (4.1). Dan omschrijf ik het ontstaan en verloop van contact tussen raadslieden en militairen (4.1.1). De werkwijze van raadslieden, geanalyseerd aan de hand van ‘de methodiek van Hoogeveen’ is het onderwerp van paragraaf 4.2. In paragraaf 4.3 ga ik dieper in op de rol van zingeving in raadsgesprekken, aan de hand van de acht aspecten uit 3.1.1, op basis van het aanvullende interview met raadsvrouw 4 op het gebied van zingeving in raadsgesprekken. Ik sluit dit hoofdstuk af met een paragraaf over het doorverwijzen door de vijf raadslieden.

Daarna beschrijf ik in hoofdstuk 5 de verhalen over indringende uitzendervaringen van de drie militairen, inclusief het ontstaan en verloop van het contact met de raadslieden. Vervolgens komt het tweede deel van mijn eerste onderzoeksvraag aan bod in hoofdstuk 6. De concrete begeleiding van de drie raadslieden aan de drie militairen wordt daarin uiteengezet, aan de hand van de onderwerpen ‘indringende uitzendervaringen’, ‘werkwijze in raadsgesprekken’ en ‘zingeving’. In hoofdstuk 7 behandel ik deel A van mijn tweede onderzoeksvraag en in hoofdstuk 8 wordt deel B besproken. Tot slot volgen dan in hoofdstuk 9 de conclusies van mijn onderzoek.

4.1. Militairen op uitzending in gesprek met raadslieden

In deze paragraaf geef ik voorbeelden weer van uitzendgerelateerde kwesties waarmee militairen bij de raadslieden zijn gekomen, die uit de interviews naar voren kwamen. Dit doe ik om een breder beeld te schetsen, vanwege de beperktheid van drie uitgediepte verhalen van militairen en de geestelijke begeleiding, waar de nadruk vanaf hoofdstuk 5 op ligt. Het gaat

hier om verhalen en vragen met betrekking tot zingeving waarmee militairen tijdens de uitzending bij de raadslieden zijn gekomen. Het geeft daarmee een beeld van raadswerk & uitzendingen.

Ik ga niet op alle aspecten van het raadswerk tijdens een uitzending in, aangezien het mij in lijn met mijn onderzoeksvragen gaat om individuele geestelijke begeleiding, gerelateerd aan zingeving. Raadswerk op groepsniveau en zaken omtrent de omgang van de militairen met de lokale bevolking, staan hier buiten beschouwing. Dus bijvoorbeeld de lessen ‘geloof en cultuur’ en ‘ethiek en het gebruik van geweld’, die door twee raadslieden in het interview benoemd werden, komen verder niet aan bod.

En ook niet aan bod komen de vele overwegend positieve uitzendervaringen. Zo benoemde de raadvrouw het (achteraf gezien) ‘gegroeid’ zijn van militairen, een vergrote zelfkennis en het gevoel voor ‘rechtvaardigheid’ (voor zichzelf opkomen). Hier kunnen wel degelijk zinservaringen aan ontleend worden, maar aangezien het hier gaat over geestelijke begeleiding, haal ik thema’s aan die spelen bij militairen; waar ze moeite mee hebben of nog niet helemaal uit zijn. Daarbij opgemerkt, naar aanleiding van raadsman 3: wat voor de één een ingrijpende ervaring is, hoeft dat voor een ander niet te zijn.

Vervolgens ga ik in op het ontstaan en het verloop van het contact tussen militairen en raadslieden, aangezien verschillende raadslieden benadrukte dat dit een belangrijk aspect is in het raadswerk (niet iedereen denkt: ‘goh, laat ik hier eens met de raadsman over gaan praten’). Zoals gezegd zal ik bij de verhalen van de drie militairen in hoofdstuk 5 aangeven hoe deze specifieke contacten zijn ontstaan en verlopen.

Omgekomen militairen

- Het verliezen van een collega is voor de meeste militairen een zeer indringende uitzendervaring. Raadslieden praten met militairen over het verlies en staan hen bij in het verwerkingsproces.
- Na een dergelijk ingrijpende gebeurtenis wordt de vraag naar de zin van de missie voor veel militairen op scherp gesteld. In de gesprekken die de raadslieden met militairen hebben tijdens een uitzending komt het gevoel van zinloosheid van de missie vaak naar voren.

Gevechtssituaties

- Het meemaken van gevechtssituaties kan heel ingrijpend en beangstigend voor mensen zijn.
- Een raadsman vertelde dat hij een militair had gesproken die zelfstandig de keuze moest

maken of hij wel of niet zou schieten. Het verschil tussen leven en dood is dan volgens de raadsman tot de essentie teruggebracht.

- Een lange afstand schutter vertelde een raadsman tijdens de adaptatie op Kreta dat hij door zijn vizier het hoofd van een Taliban strijder zag exploderen en merkte dat dat beeld in zijn slaap steeds vaker terugkwam.

Lokale bevolking

- Een militair in een wachtpost zag een Afghaans jongetje in het kanaal langs de compound vallen, hij sloeg alarm en heeft geprobeerd het gaas waarmee de wachtposten eerder waren afgesloten weg te halen, om het jongetje te redden. Dat lukte niet en hij en anderen hebben het jongetje voor hun ogen zien verdrinken, wat een diepe impact had.

- Een raadsman maakte mee dat het ziekenhuis op de compound zwaar gewonde Afghaanse kinderen binnen kreeg, een ingrijpende gebeurtenis die voor het personeel hard aankwam.

De druk van een uitzending

- Tijdens een uitzending kan de werkdruk erg hoog zijn, wat vermoeidheid en frustraties tot gevolg kan hebben.

- Een raadsman benadrukte het belang van het met één team op pad zijn en niet buiten de groep te vallen. Hij heeft meegemaakt dat een militair tijdens de uitzending met een pistool rondzwaaide. Hij kon bij de jongen komen, op hem inpraten en kreeg hem zover dat hij het pistool aan de raadsman overhandigde. Die militair is gerepatrieerd en de raadsman zorgde vanuit Afghanistan dat de militair de juiste zorg kreeg.

Organisatie

- Tijdens een uitzending kunnen er samenwerkingsproblemen en conflicten ontstaan, waarbij raadslieden eventueel kunnen optreden als bemiddelaar tussen twee partijen.

- Het zich niet gesteund voelen door de organisatie is een thema wat tijdens een uitzending urgenter en prangender is dan op de kazerne in Nederland. Bijvoorbeeld het gevoel van niet genoeg ruimte in het mandaat, niet genoeg munitie, onvoldoende mensen en onduidelijke opdrachten.

Thuisfront

- In de communicatie met het thuisfront kunnen soms dingen mis lopen. Een raadsman vertelde dat hij dan vroeg wat er gebeurd was, wat de persoon had gezegd, waar het over ging,

op welk punt het mis ging. In de relationele problematiek speelt vaak het vertrouwen in elkaar een rol.

- Een militair kreeg tijdens zijn uitzending in Afghanistan het bericht dat zijn vriendin zwanger was. Hij twijfelde eraan of hij wel de vader was. Zeker tijdens een uitzending, ver weg van Nederland en alle sociale netwerken, geeft dat veel spanning.

Bezinnen op werken bij defensie

- Een raadsman vertelde dat veel mensen zich tijdens een uitzending bezinnen op het werken bij defensie. Hoewel de militairen over het algemeen positief tegenover hun uitzendingen staan, is het voor veel militairen én voor hun thuisfront een grote belasting. Men worstelt met de loyaliteit ten opzichte van het werk en met de loyaliteit ten opzichte van thuis. Het ging in de gesprekken in het uitzendgebied over thuis en de relatie ten opzichte van thuis, waarbij iemands visie op zijn bestaan een rol speelt en de worstelingen daarin.

4.1.1. Contact

Op de kazerne

Het contact komt volgens raadsman 1 vaak heel terloops tot stand. Het begint met een ‘hé, hallo, hoe is het’ en dan kan er een heel verhaal komen. Het tot stand komen van een dergelijk contact heeft voor de raadsman te maken met het aanwezig zijn en echt actief luisteren, niet met het op zoek gaan naar problemen. *Je kunt niet op voorhand er op anticiperen van ‘dit wordt een langdurig contact’ of ‘dit wordt een heel intens en intensief traject’.* Maar je moet er wel op voorbereid zijn dat dat kan gebeuren. Raadsman 0 vertelde dat hij op de kazerne actief aanwezig moet zijn, willen de militairen de stap naar hem zetten. Al naar gelang ze hem beter kennen wordt die drempel lager.

Tijdens uitzending

Op patrouille tijdens de rust had raadsman 2 tijd om met mensen te praten. *Dan heb je de tijd om rustig met mensen te praten. En de vragen te stellen die bij dit vak horen, om mensen ook echt te leren kennen.* De raadsman vertelde dat dit op een intensievere manier gebeurde dan op het kamp, waar veel mensen zaten en ieder bezig was met zijn eigen ding.

Raadvrouw 4 vertelde dat er militairen tijdens de uitzending waren, die verplicht werden door hun leidinggevende om bij haar langs te gaan. Deze militairen hadden dan alles behalve zin om te praten, dus pakte ze het als volgt aan. *‘Iemand maakt zich zorgen om jou, anders zat*

je hier niet, het is aan ons om die zorgen of weg te nemen of te versterken: begin te praten.'

Dit motiveerde militairen om hun verhaal te doen, omdat ze bijvoorbeeld, door 'het wegnemen van zorgen' door de raadvrouw, weer toestemming kregen op patrouille te gaan.

Na uitzending

Verschillende raadslieden gingen in op de band die het 'samen op uitzending zijn geweest' schept; er is een sterke verbondenheid ontstaan. De militairen van de bepaalde eenheid komen vaak even langs voor een praatje en soms komt het gesprek op onderwerpen met betrekking tot de uitzending die nog spelen. De positieve en negatieve uitzendervaringen komen in een gesprek gemakkelijk naar voren, door het gezamenlijk delen van de ervaringen. En vanuit de militair is de raadsman gelegitimeerd om naar de (indringende) ervaringen te praten, omdat hij er ook was of in een soortgelijke situatie heeft gezeten en het begrijpt.

4.2. Werkwijze raadslieden - Hoogeveen

De vijf samenhangende invalshoeken, die 'de methodiek' van Hoogeveen uitmaken (zoals beschreven in paragraaf 3.2.1) zet ik hier in om de werkwijze van raadslieden nader te beschouwen. Om geen overlap te krijgen met de verhalen van de drie raadslieden die ik met betrekking tot de militairen heb geïnterviewd (hoofdstuk 6), ga ik in op uitspraken en voorbeelden van raadsman 0 en raadvrouw 4.

- Vertrouwen in de groeiende kracht van de mens

Hoogeveen: De humanistisch geestelijk verzorger probeert de kracht van de ander te mobiliseren, te bevorderen en te versterken, vanuit het vertrouwen in de kracht van de mens.

Een mens kan uiteindelijk alleen zelf zin geven aan levenservaringen en eigen keuzes maken.

Raadsman 0: De raadsman vindt dat je een persoon niet moet hospitaliseren door hem als patiënt te behandelen, maar juist moet empoweren. En vragen 'wat scheelt eraan en wat denk jij dat de oplossing is'.

Raadvrouw 4: Na aanleiding van een voorbeeld dat iemand bleef hangen in het kringetje van 'waarom overkomt dit mij' legde de raadvrouw uit dat ze dit benoemde en in is gegaan op het benaderen van de andere kant: 'waarom laat je de dingen gebeuren', 'waar is je eigen controle'. Het is een voorbeeld over een persoon uit de slachtofferrol te halen en aan te spreken op de eigen mogelijkheden en krachten.

- Waarde van de mens

Hoogeveen: Een humanistisch geestelijk verzorger gaat uit van de waarde van de mens, laat de ander in zijn waarde en probeert te reageren zonder te oordelen.

Raadsman 0: De raadsman begint een raads gesprek met een kop koffie en met het laten zien: *ik vind jou de moeite waard en ik ga tijd aan jou besteden*. Hij vindt het belangrijk dat de militair zich ontspant en dat hij het prettig vindt om met de raadsman in gesprek te zijn. *Heel basaal*. Hij kijkt wat voor ‘vlees hij in de kuip heeft’. Gaandeweg in het gesprek krijgt de raadsman steeds meer beeld op de militair en zijn situatie en vanzelf komt er een moment waarop duidelijk wordt waarvoor de militair bij hem is gekomen.

Raadvrouw 4: Met betrekking tot ‘zonder te oordelen’ legde de raadvrouw uit dat ze wel een mening heeft, maar mensen niet veroordeelt. Niemand is volgens haar oordeelsvrij, maar het zit ‘m in het niet veroordelen en het aan de praat blijven met iemand. Bijvoorbeeld het vragen naar alle scenario’s en die samen met de militair uitdenken: ‘wat als je dit doet, wat zou er dan gebeuren, en waarom denk je dat, en wat als je dat doet’. Maar de raadvrouw heeft wel een mening en als die haar in de weg gaat zitten benoemt ze wat zij over het verhaal denkt en stelt ze vragen. *Of non-verbaal, als iemand met een grote grijns of lachend een heel tragisch verhaal verteld, zeg ik ook inderdaad letterlijk: ‘Ja, je vertelt..., maar je lacht er wel bij, wat voor lach is dat dan? Mij raakt je verhaal en ik moet er niet van lachen.’* De raadvrouw benoemt wat ze hoort en ziet en gaat daarover in gesprek met de militair.

- De mens als doel

Hoogeveen: Het draait in het raads werk om het proces van de ander en zijn geestelijk welbevinden. De humanistisch geestelijk verzorger stelt geen diagnose, heeft geen behandelplan, maar geeft de eigen gedachten bij het verhaal van de ander aan. Hij gaat samen in gesprek met de cliënt op zoek om meer zicht te krijgen op zijn situatie.

Raadsman 0: De raadsman benadrukte het ‘niet problematiseren’, het gaat om de bereidheid om te luisteren. *Geef een cliënt maximaal de vrijheid, binnen de door jou gestelde kaders*.

De raadsman maakt geregeld gebruik van een rollenspel. *Laat iemand uit zijn eigen situatie treden en laat hem in een rol komen waarin hij naar zijn eigen situatie mag kijken*.

Bijvoorbeeld de militair in de rol van raadsman en andersom en vervolgens de militair vragen laten stellen, om zo inzicht in de eigen situatie te verwerven.

Raadvrouw 4: De raadvrouw vraagt vaak naar het levensverhaal van iemand. Dus als iemand met iets actueel in het hier en nu komt, kijkt ze naar het ‘grotere plaatje’. Ze is

geïnteresseerd in hoe iemand komt tot waar hij nu is en wat daar allemaal aan is voorafgegaan. Dat wil niet zeggen dat ze altijd naar iemand zijn levensverhaal vraagt, maar daar waar het past. Er ligt volgens haar vaak wat in het verleden. Ze vraagt er zeker niet naar om het te problematiseren, maar meer om een eventueel oorzaak en gevolg te zien. Voor de raadvrouw is het een stukje intuïtie waarmee ze werkt. Zo was er een militair die over iets heel anders aan het praten was dan waar hij, naar het gevoel van de raadvrouw, voor kwam. De raadvrouw vroeg op grond van wat losse opmerkingen als ‘vertel even heel globaal: hoe zit je hier, wat is je achtergrond’ naar zijn biografie. *Dan hoor ik dat terug, dan zie ik zijn non-verbaal als hij het verteld, ja daar ga ik dan wel even bij stilstaan. (...) ‘als jij met je beide ouders geen contact meer hebt en je bent nu 26, dat doet wat met je’. En ik hoor niks van gevoel, dan zeg ik dus ook ‘ik hoor niks van gevoel bij je, en dat is wat het met je doet’. ‘Kun je nog wel voelen?’*

Voor de raadvrouw is het niet zo dat gesprekken altijd ergens bij uit hoeven te komen; ze vindt dat geestelijk verzorgers juist ook het vrijblijvend even kunnen luchten bieden. De ander is het doel en als het voor die ander ‘slechts’ gaat om even zijn verhaal kwijt te kunnen is dat goed.

- Beschikbaarheid – relatie

Hoogveen: Het eerste streven van een humanistisch geestelijk verzorger is om het contact op basis van wederzijds vertrouwen tot stand te brengen. In de relatie stelt hij zich beschikbaar met zijn totale persoon.

Raadsman 0: De raadsman spreekt de militairen bewust aan bij de voornaam (in het leger noemt iedereen elkaar bij de achternaam). *Dus het is authentieke aandacht wat je schenkt. En dat is eigenlijk je instrument waarmee je binnenkomt.* De raadsman maakt ook wel gebruik van methoden en technieken. *Maar het is authentieke aandacht, wat eigenlijk de communicatie en de relatie draagt.*

Raadvrouw 4: Voor de raadvrouw is het eigen aan geestelijke verzorging dat mensen gemakkelijk binnen kunnen komen lopen. En de eerste bevestiging dat het bijvoorbeeld helemaal niet raar is dat iemand nog veel aan een uitzending denkt. En het helemaal niet zo raar is dat hij af en toe heel erg schrikt van een deur die dichtklapt. *Dus het normaliserende wat een GV'er vaak uitdraagt van ‘het is helemaal niet zo raar, hoor’, dat vind ik typisch GV. Niet problematiseren, vind ik ook met nadruk GV. Een eindje op weg gaan met mensen.* Het een eindje op weg gaan houdt voor haar in dat ze met iemand die ze een tijd geleden heeft

gesproken en weer tegenkomt even een praatje maakt. En dat ze op wezenlijke momenten even met de militairen praat. Het betekent ook: daar gaan waar zij gaan. *Ik doe wat zij doen, tot op zekere hoogte, en dat maakt bereikbaar.*

- Instelling – gerichtheid

Hoogeveen: De humanistisch geestelijk verzorger is gericht op het zoeken van mensen naar de zin van het eigen leven. Een cliënt stelt niet expliciet vragen naar zin en betekenis, maar het komt impliciet aan de orde, waar de humanistisch geestelijk verzorger op gericht is. De humanistisch geestelijk verzorger geeft terug wat hij hoort, niet in theoretische bewoordingen, maar sluit aan bij de cliënt.

Raadsman 0: Wanneer de raadsman in een gesprek vraagt naar de betekenis van een aantal basiswaarden voor iemand, komen er onmiddellijk tien andere punten naar voren waar hij naar kan vragen of verder op kan borduren. Het gaat voor de raadsman om maatwerk.

Raadvrouw 4: Voor de raadvrouw draait het in de geestelijke verzorging om zinervaringen en die zinervaringen in te kunnen passen in het eigen leven. Rouwverwerking, de doden een plekje geven in je leven, vindt de raadvrouw typisch een gebied voor de geestelijke verzorging.

De raadvrouw vindt het de kunst van een geestelijk verzorger om ‘zingeving’ te vertalen naar de militairen, het te verpakken in gewone taal, zodat het aankomt en ze erin meegaan. *Het is aan ons om het normaal te maken, dat het niet eng is. (...) Niet problematiseren, maar wel verduidelijkend en naar de mensen toe. In hun taal, zonder ze dom te houden, want dat is weer wat anders.*

4.3. Zingeving en raadsgesprekken

Het aanvullende interview wat ik met raadvrouw 4 heb gehouden, ging specifiek in op zingeving en raadsgesprekken. Ze antwoordde op de vraag wat zij onder zingeving verstaat het volgende. *‘Dat je de dingen die je doet in je leven in een bepaald kader kan passen. Waarbij jij het gevoel hebt dat de dingen die je doet: A, passen bij jezelf, dat wil zeggen dat het authentiek is; en B, dat het er toe doet, dat jij er toe doet. En dat kan heel klein zijn. Zingeving hoeft voor mij niet iets heel hoogdravends te zijn. Ik houd het zoveel mogelijk klein. Dus dat je zelf een kader creëert of vindt, waarbinnen jouw handelingen en jouw wezen passen.’*

Tijdens de uitzending kwam zingeving nadrukkelijk naar voren in vragen als ‘heeft het zin wat ik/wij hier doen?’. In gesprekken na de uitzending kwam de raadvrouw tegen dat mensen zoeken naar het vinden van hun draai en het op een rijtje krijgen van de ervaringen. De rode draad in zinservaring is volgens de raadvrouw het voor jezelf aan elkaar verbinden van de ervaringen, waardoor het zin in je leven krijgt. Ze merkt dat het daar wel eens aan ontbreekt, het is dan gefragmenteerd. Na het horen van het verhaal van een militair, wanneer blijkt waar het gefragmenteerd raakt of klem komt te zitten, expliciteert de raadvrouw dit. Ze probeert in de gesprekken samen met iemand een rode draad af te tekenen, wat zij verstaat onder zingeving. De ene keer benoemt ze heel expliciet de zinservaringen en een andere keer tekent ze impliciet het levensverhaal samen met iemand uit, om de knooppunten te vinden en die aan elkaar te verbinden. Zodat er meer samenhang gecreëerd wordt tussen de ervaringen. Hoe de raadvrouw in gesprek met een militair omgaat met ‘zingeving’ of het missen van zin op bepaalde gebieden, ligt heel erg aan de persoon en hoe helder iemand zijn vragen geformuleerd heeft. Ze vertelde dat iemand binnen kan komen met ‘ik mis wat delen’ of ‘ik krijg het niet aan elkaar geknoopt’, maar dat het ook minder duidelijk kan zijn in de trant van ‘ik heb een kort lontje’.

De mate waarin je betekenis kan hechten aan datgene wat je doet en gedaan hebt, heeft te maken met hoe je in je leven staat. In de tijd na de uitzending sprak de raadvrouw met militairen die terugkijken en zich afvragen of het allemaal wel zin gehad heeft en of ze het wel goed hebben gedaan. De raadvrouw probeert het dan kleiner te maken en begint met te vragen naar wat voor zin het voor de militair zou moeten hebben en wat vooraf zijn verwachtingen waren. Ze vraagt vaak naar hoe iemand er zelf is uitgekomen en wat hij ervan heeft geleerd, dus het kleiner maken door het bij zichzelf te houden. Als de militair een leidinggevende functie heeft vraagt ze naar hoe hij met de groep daar is omgegaan en hoe zijn militairen eruit zijn gekomen.

4.3.1. De acht aspecten

In mijn gesprek met raadvrouw heb ik ‘de acht aspecten van zingeving’ voorgelegd. Dit om een hele expliciete verbinding te maken tussen de theorie (3.1.1) en de empirie. In deze paragraaf heb ik haar reacties uitgewerkt.

1. Betekenisgeving en verwerking

Iets heeft zin als men er betekenis aan kan geven. Door middel van het betekenis geven kunnen indringende ervaringen verwerkt worden.

De raadvrouw vertelde me dat ze een aantal gesprekspartners heeft die in hun huidige verwerkingsmechanisme met betrekking tot de uitzendervaringen spaak lopen. Ze geeft de militair dan de opdracht om een aantal eerdere indringende ervaringen of momenten op te schrijven (die kunnen maar hoeven niet uitzendgerelateerd te zijn) en om te beschrijven hoe hij daar toen op reageerde. De raadvrouw bespreekt dit met de militair en vraagt hem hoe hij daar nu op terugkijkt. Om dan vervolgens samen zoekend de reacties door te trekken naar hoe hij nu op dingen reageert en of het daarmee te maken kan hebben. *En waar zit dan de discrepantie, waar zit de ruimte, waar dissonneert het. En dat vind ik bij uitstek biografisch counselen. En dat is natuurlijk gericht op zingeving.*

2. Samenhang en oriëntatie

Samenhang aanbrengen en ervaren in het eigen leven en in het grotere geheel. Door middel van samenhang te ervaren kan iemand zich oriënteren.

De raadvrouw begon met het vertellen met betrekking tot zingeving over de rode draad in iemands leven en het ervaren van samenhang. Ze benadrukte bij dit punt dat er echter soms een kink in de rode draad kan zitten, en dat dat, mits als zodanig benoemt, ook goed is. Er bestaan tegenstrijdigheden en die hoeven volgens haar ook niet mooier gemaakt te worden; niet alles past in een samenhang. *Het kan soms gewoon een zwarte bladzijde zijn, en dan hoeft je er niet een mooi kader overheen te trekken.* De vraag is voor haar echter of iemand het ook zo kan benoemen, aangezien veel mensen het dan proberen in te passen, terwijl sommige dingen gewoon niet in te passen zijn. *Sommige dingen hebben geen zin.* Bijvoorbeeld wanneer je alcoholistische moeder je mishandelde, dan is dat niet mooier te maken. En de één kan daar een soort van vergiffenis voor vinden en een ander niet. Blijft staan dat je je zal moeten verhouden tot je moeder. De raadvrouw benoemt dit ‘mooier wordt het niet’ in een gesprek, maar pas na een aantal gesprekken en op een luchtige manier. Om vervolgens in te gaan op hoe iemand omgaat met dat minder mooie. Dus niet alles heeft zin en niet alles hangt samen, *er zitten gewoon hele onaffe, ruwe plekjes in iemands levensverhaal.* Zolang dat maar niet onder het kleed geveegd wordt, maar benoemd wordt zodat iemand zich ertoe kan verhouden. En dat, het er mogen zijn van alles, ook de minder mooie dingen, is volgens de raadvrouw ook GV. Wanneer iemand fouten heeft gemaakt, is dat iemands verantwoordelijkheid, maar

het maakt hem geen minder mens. *Je bent meer dan je gedragingen.* Het gaat erom dat je het achteraf kan benoemen, het in de toekomst anders kan doen, en *kun je jezelf ook vergeven voor wat je toen deed?* De raadvrouw werkt veel met vergeving. En uiteindelijk ben je zelf je eigen kader, met alle minder mooie kanten, die ook bij je horen.

3. Richting en evaluatie

Mensen geven richting aan hun leven op basis van evaluatie. Door middel van het evalueren van zichzelf, gebeurtenissen en ervaringen.

Net als bij de samenhang, kan ook richting tijdelijk even ontbreken, maar dat is volgens de raadvrouw ook goed. Tegen de tijd dat een militair bij een geestelijk verzorger binnenstapt, heeft hij het idee dat er iets moet gebeuren en daarmee is hij voor haar al halverwege. Hij mist dan al iets en is op zoek naar iets, bijvoorbeeld antwoorden; bevestiging; vragen; spiegeling. *Dan zijn ze al bezig om een richting aan te geven en aan het evalueren en aan het reflecteren, anders komen ze niet binnen.* Wat voor de raadvrouw gemakkelijker is om daarmee aan de slag te gaan.

4. Activiteit en ervaring

Zin geven versus zin ervaren. Actieve rol in eigen zingeving versus zin als constatering en (essentieel) nevenproduct. Zin geven met behulp van beginselen versus verbondenheid/betrokkenheid/engagement als voorwaarde voor zin ervaren.

'Zin ervaren' is meer: dat overkomt je en je hobbelt maar door en gaandeweg denk je ineens 'hé!', op die manier. En 'zin geven', dan ben je al actief bezig als reflectief dier, met over dingen na te denken. En dan denk ik dat de meeste militairen inderdaad meer van het ervaren zijn. En 'geholpen door' wel uitkomen op zin-geving. Raadslieden zetten aan tot reflectie, doordat ze een bepaald soort vragen stellen. Zoals 'hoe kijk je daar nu tegenaan, en wat doe je daarmee?'.

5. Individueel en inter-persoonlijk

Zingeving is individueel en persoonlijk. Voor zingeving heeft men inter-persoonlijke contacten nodig (interactie/relatie/dialog). Zin kan gecreëerd worden door middel van het vertellen van het eigen narratief.

Militairen zijn al 'op zoek naar' en 'bezig met' op het moment dat ze naar de raadvrouw gaan. Ze komen erachter dat ze het niet alleen kunnen en zoeken naar interactie, naar dialoog

met iemand. De raadvrouw hoort dan geregeld 'u heeft er voor geleerd', ze weet niet precies wat voor verwachtingen de militairen daarbij hebben. Ik vroeg de raadvrouw naar het verschil tussen 'de begrijpende buurvrouw met een kopje koffie' en de geestelijk verzorger. *Soms helemaal niks. En dan moeten wij ons vak ook niet groter maken dan het is.* De raadvrouw maakte een onderscheid tussen verhalen die iemand alleen maar even kwijt moet en bij gebrek aan de begrijpende buurvrouw de GV'er kan opzoeken. En het opzoeken van een GV'er als deskundige voor bevestiging en erkenning. *Dus waarom gaan ze naar een GV'er? A, omdat ze die persoon prettig vinden, dat weet ik zeker. En B, omdat ze behoefte hebben aan dat wat ze al zo'n beetje vermoeden, 'is niet helemaal lekker, is niet helemaal goed', dat dan de deskundige, zonder dat je gelijk in de psychologensferen zit, 'want dan ben je echt gek', zegt: 'nou ja, nou valt wel mee' of 'nee, dat klopt wel, dat is eigenlijk niet zo raar', of het is wel raar en dat is ook goed.*

Uiteindelijk moet iemand zelf de beslissing nemen wat hij gaat doen. Soms geeft de raadvrouw wel aan wat ze zelf zou doen, maar doet dat liever niet, aangezien de kans bestaat dat iemand 'wat ik zou' vergeet en alleen het 'doen' hoort. Hoe ze de gesprekken voert en met wat voor toonzetting ligt aan de persoon die ze voor zich heeft. Zo kan ze confronterend zijn, maar in een andere situatie juist niet en biedt ze bijvoorbeeld veiligheid. *Inmiddels merk ik ook, dat voel je aan en dan zal ik bijvoorbeeld niet zo doorprikken of confronteren, want dat schuilen en dat arm om de schouders 'nou, we hebben het alleen maar even daarover, al het andere vergeten we even lekker', dat vind ik ook GV, dat is namelijk zorg.*

6. Persoonlijke zingeving en zingevingskaders

Zingeving is een persoonlijke aangelegenheid, waarbij men gebruik maakt van overkoepelende zingevingskaders. Men heeft een 'zingevingssysteem'. Een levensbeschouwing of religie kan een belangrijk zingevingskader zijn.

Volgens de raadvrouw gelooft iedereen ergens in. Zoals ze wel eens tegen jonge militairen zegt: 'al geloof je in je scooter, je vriendin of je heavy metal muziek, je gelooft ergens in'. *Je haalt namelijk ergens kracht uit. Je laadt ergens van bij. Of je ontspant ergens van. Nou, laat dat het begin van jouw kader zijn.* De raadvrouw maakt de militairen bewust van hun bron en hoe ze die bron (op een andere manier) kunnen gaan gebruiken. *Ik probeer mensen wel bewust te maken van dat ze natuurlijk altijd wel ergens een kader hebben waar ze invallen. En dat dat heel belangrijk, heel wezenlijk is.*

7. 'Hier en nu' en procesmatig

Reflectie. Zingeving gebeurt in het heden, op basis van het verleden, met het oog op de toekomst. Zingeving is een voortdurend proces en is aan verandering onderhevig. De raadvrouw heeft al over reflectie en biografie gesproken. Ik vroeg haar naar 'met het oog op de toekomst'. *Dingen uit je verleden bepalen hoe je nu dingen voor later doet, denk ik, daar ontkom je niet aan. Dus daar een stukje bewustwording in, ja. Alleen als ze zelf met die vragen zitten.* De raadvrouw richt militairen niet ongevraagd op hun toekomst. Wanneer mensen bijvoorbeeld bezig zijn met gedachten over de dienst uit te gaan, gaat de raadvrouw wel in op wat de militair later wil, op wat hij binnen defensie heeft gedaan en wat hij daarvan meeneemt.

8. Alledaags en existentieel

Alledaagse zingeving is veelal onbewust en onbereflecteerd; men verleent vanzelfsprekende betekenissen. Wanneer de alledaagse zingeving stagneert, stelt men expliciete zingevingsvragen. 'Vragen des levens': existentiële zingeving. Indringende ervaringen triggeren existentiële zingeving; het zet aan tot reflectie en eventueel heroriëntatie/herwaardering/herstructurering van het zingevingssysteem.

Mijn handel is existentiële zingeving en de vragen des levens, alleen ik verpak ze wel bij iedereen anders. De raadvrouw sluit met haar taalgebruik aan bij de persoon die ze voor zich heeft.

Al de voorgaande aspecten dragen voor de raadvrouw bij tot de existentiële zingeving. Het doel is voor de raadvrouw om deze punten, zoals de ervaringen en de persoonlijke zingeving, uiteindelijk in te kaderen. En waar mogelijk te benoemen; dat het wel binnen iemands persoonlijke kader past (dus dat het minder mooie ook bij jou hoort).

Baumeister

De raadvrouw begon zelf over Baumeister en benoemde de doelmatigheid. Ze zal niet snel het model in een gesprek gebruiken, maar ontleent er wel woorden uit.

De raadvrouw komt veel vragen rondom het gevoel van controle en dan vooral het gevoel van geen controle te hebben tegen in haar werk. Van de waarde, de betekenis van dingen,

probeert de raadvrouw wel een gespreksonderwerp te maken als het zich aandient. De relaties met (belangrijke) anderen zijn regelmatig het onderwerp van gesprek.

De raadvrouw heeft gemerkt dat er veel mensen de dienst binnenkomen met een slecht gevoel van eigenwaarde (zonder dat ze dat zelf zo zouden benoemen). Veel militairen komen uit gebroken gezinnen, met een slechte opvoeding, en hebben een jeugd gehad waarin weinig aandacht en zorg was. Daar is de raadvrouw in het begin ook echt van geschrokken. Het gebrek aan liefde in de jeugd kan met zich meebrengen dat iemand een slecht gevoel van eigenwaarde heeft. Een militair hoeft zich daar in eerste instantie niet van bewust te zijn, maar kan daar bijvoorbeeld in relaties tegenaan lopen, doordat blijkt dat hij veel bevestiging nodig heeft. Het kan ook zijn dat iemand een buitenproportionele bewijsdrang heeft, waar vaak een slecht gevoel van eigenwaarde aan ten grondslag ligt.

De 'competenties' koppelt de raadvrouw in gesprekken aan: houdt het klein. De raadvrouw expliciteert bijvoorbeeld werkgerelateerde competenties van tijdens de uitzending. Ze gaat met de militair op zoek naar goede dingen, naar wat hij goed heeft gedaan, wat een gevoel van nut en van zin geeft. Het benoemen van competenties draagt volgens de raadvrouw bij aan zingeving.

4.4. Doorverwijzen

Bij toeval hebben twee van de drie (in relatie tot een geïnterviewde militair) raadslieden de militair doorverwezen naar een psycholoog. Vandaar dat ik een paragraaf besteed aan wat de vijf raadslieden over doorverwijzen naar een psycholoog of bedrijfsmaatschappelijk werker binnen defensie hebben verteld.

Zonder diep in te gaan op de verschillen en de raakvlakken tussen deze beroepsgroepen en geestelijk verzorgers, zal ik kort enkele verschillen aanduiden. Een psycholoog stelt in tegenstelling tot de humanistisch geestelijk verzorger een diagnose en gaat met de cliënt met een therapeutisch behandelingsplan aan het werk. Een bedrijfsmaatschappelijk werker is in tegenstelling tot een humanistisch geestelijk verzorger probleem georiënteerd en oplossingsgericht (bijvoorbeeld schuldsanering) en houdt een dossier bij. Dit is kort door de bocht en er bestaat ook zeker overlap in het werk tussen deze beroepsgroepen, maar het geeft wel degelijk essentiële verschillen aan.

Een ander essentieel verschil, maar dan van een andere orde, namelijk op basis van waaruit iemand zijn werk doet, vertelde raadsman 1. Juist in het werk van een geestelijk verzorger doet de eigen levensbeschouwing er toe. Dit kwam ook in paragraaf 3.2 naar voren. Geestelijk verzorgers worden aangesproken omdat ze een bepaalde levensovertuiging hebben en zetten die in hun werk in. Dit in tegenstelling tot een arts, een psycholoog of een maatschappelijk werker, die worden aangesproken op hun taak als arts, psycholoog of maatschappelijk werker, maar bij wie hun eigen levensbeschouwing geen rol speelt in hun werk.

De raadsman vertelde verder dat bedrijfsmaatschappelijk werkers het belang van het bedrijf in hun werk moeten meenemen en daardoor niet altijd voor honderd procent kunnen kiezen voor de mensen (dit had hij gehoord van een bedrijfsmaatschappelijk werker).

Raadsman 0 verwoordde de verschillen tussen de beroepsgroepen als volgt: *Als er iets ernstigs aan de hand is, bijvoorbeeld als hij ziek is, net zoals bij de auto op de brug, dan ga je naar de arts. En is hij in zijn hoofd ziek, dan gaat de mentale motorkap open, dan gaat hij naar de psycholoog of een psychiater. (...) Zolang het nog in het gezonde vlak zit, nou dan kan hij bijvoorbeeld bij een MDD'er of bij een GV'er te biecht. Maar als je blijft niet problematiseren. Daar help je niemand mee. En als het echt moeilijk wordt, dan komen ze heus wel bij je.*

Deze raadsman vertelde dat als hij doorverwijst dat meestal naar de MDD is (maatschappelijke dienst defensie, tegenwoordig BMW, bedrijfs maatschappelijk werker) voor psychosociale problematieken. En soms naar een arts.

Als raadvrouw 4 doorverwijst doet ze dat eigenlijk altijd naar een psycholoog. *Het gaat meer om een stukje gedragsproblematiek, echt trauma's uit het verleden, echt jeugdtrauma's, dat breng ik bij een psycholoog. Want daar zit vaak dan inmiddels zo'n persoonlijkheidsstoornis aan vast, ja dat kan ik niet oplossen. (...) Dat ga ik niet behandelen, ik behandel namelijk niet.*

Zo iemand moet dan volgens de raadvrouw gedragstherapeutisch aan het werk. Als het binnen de mogelijkheden ligt blijft ze de militair wel volgen, om te horen hoe de therapie verloopt.

Raadsman 3 gaf net als raadvrouw 4 aan dat hij geen therapeut is, maar dat zijn werk gaat over zingeving en levensbeschouwing. Op het moment dat iemand bijvoorbeeld vastzit in bepaalde angsten, verwijst hij door naar een psycholoog, omdat er dan bij die gevoelens van angst een psychologisch component aanwezig is. Er kan dan vanuit een psychologisch therapeutische manier naar gekeken worden om te kijken of er vanuit die hoek iets te veranderen valt. Ook hij houdt dan contact met de militair; *zijn leven gaat natuurlijk gewoon*

door [en de kwesties die daarin spelen], terwijl de psycholoog naar een klein stukje van zijn leven kijkt.

Doorverwijzen is ook volgens raadsman 2 op zich relatief dichtbij en gemakkelijk om te doen. Hij vertelde door te verwijzen als een situatie duidelijk problematisch is en het helder is dat er een langdurige begeleiding op dat gebied moet zijn. Maar hij vindt het onzin om dat te doen als hijzelf iemand in een relatief korte tijd weer op de rails kan krijgen. Het is voor hem belangrijk om mensen als geheel te zien en niet voor elk deelprobleem naar een ander loket te verwijzen, als dat niet nodig is. De raadsman zei daarbij dat een geestelijk verzorger zelf goed moet weten wat hij zelf kan en waar de eigen mogelijkheden eindigen.

5. De indringende uitzendervaringen:

Intermezzo

Hier volgen de verhalen van de geïnterviewde militairen, gebaseerd op hetgeen de militairen en de raadslieden mij verteld hebben. Daarbij geef ik weer hoe het contact tussen de militairen en de raadslieden is ontstaan en verlopen.

Militair 1

Deze militair, die ik in het vervolg Paul zal noemen⁶, is vijf keer uitgezonden, waarvan de laatste keer naar Irak. In Irak aangekomen ontmoette hij een bevriende collega, die zijn uitzendtijd erop had zitten. Paul had nog een functie vrij en vroeg hem om te blijven. Die collega leek het wel wat om onder Paul een uitzending te draaien en bleef in Irak.

Tijdens de uitzending is er een situatie geweest waarin onder andere Paul en deze collega auto's aan het doorzoeken waren, omdat er berichten binnenkwamen dat er explosieven voor autobommen gesmokkeld werden. Een burger, die naderhand onschuldig bleek te zijn, negeerde het stopteken. De collega heeft op een gegeven moment de trekker overgehaald en de zoon van de bestuurder doodgeschoten. Vervolgens bleek dat er niets in het voertuig zat en dat de man geen kwaad in de zin had, maar bang was dat hij overvallen zou worden. Een uitgebreid marechaussee-onderzoek heeft plaatsgevonden en uiteindelijk heeft alles eromheen ervoor gezorgd dat de collega helemaal ontspoord is geraakt en defensie heeft verlaten. Paul vond zijn collega een uitstekende militair en hij heeft twee jaar lang de last met zich meegesleept: 'als ik hem nou niet gevraagd had, dan was dit nooit gebeurd'.

Via een geheel andere aanleiding kwam Paul in gesprek met de raadsman. Het bleek dat er bij Paul veel speelde en hij veel aan zijn hoofd had. Hij stond onder een hoge werkdruk. Zijn ouders waren net gescheiden. En een tijdje daarvoor had Paul per ongeluk de keuken van zijn vriendin met haar er middenin in brand gestoken. Paul heeft haar geblust en zij is ernstig verbrand geraakt aan haar onderbenen. Een zeer ingrijpende en indringende ervaring.

Tijdens mijn interview met Paul, ongeveer een jaar nadat hij enkele gesprekken met de raadsman had gehad en hij nog bij een psycholoog liep, lag de nadruk niet op deze

⁶ Ten behoeve van de anonimiteit maak ik gebruik van gefingeerde namen.

gebeurtenissen en ervaringen. We hebben voornamelijk gesproken over de manier waarop Paul op het moment van het interview in zijn werk en in zijn (privé)leven stond.

Het contact

Paul is geestelijk verzorgers tegengekomen door hun aanwezigheid op de kazernes, tijdens conferenties van de geestelijke verzorging in zijn eigen opleidingen en in de gebruikelijke gesprekken na zijn uitzendingen. Hij was echter nooit voor een individueel gesprek bij een geestelijk verzorger geweest. De aanleiding dat hij nu in gesprek kwam met de raadsman was in principe buiten hem om. Een leerlinge uit zijn groep was namelijk met de raadsman naar Paul gegaan, omdat ze geruchten over hem had gehoord. Paul was geschrokken en behoorlijk van streek door het gerucht dat hij een relatie zou hebben met een leerlinge, wat niet op waarheid berustte. De raadsman en Paul hebben, nadat de leerlinge weg was, gepraat over waarom het hem zo raakte.

De raadsman is daarna nog een keer langs gekomen om te kijken hoe het Paul verging. Het ging helemaal niet zo goed met hem. In zijn groep liep het niet goed, de werkdruk was hoog, zijn ouders waren met een hoop trammelant uit elkaar gegaan, zijn vader had een tia gehad en zijn oma was overleden. Maar de gebeurtenis die de meeste impact op hem had en wat hij, naar bleek, nog helemaal niet verwerkt had, was dat hij per ongeluk de keuken met zijn vriendin erin in brand had gezet. De raadsman vond dit verhaal erg indrukwekkend en heftig en nodigde Paul uit om een keer te komen praten en aldus geschiedde. Paul heeft toen met de raadsman uitgebreid over het ongeluk met zijn vriendin gesproken. Daarna kwam ook het verhaal van de gebeurtenis in Irak naar voren, de impact die dat op Paul's collega heeft gehad en de schuldgevoelens van Paul.

De raadsman en Paul hebben een aantal gesprekken gevoerd en vervolgens is Paul op aanraden van de raadsman naar de SIH (sectie individuele hulpverlening van defensie), naar een psycholoog gegaan. De raadsman volgt Paul nog wel, maar heeft geen begeleidende rol meer in dat geheel.

Militair 2

Militair 2, in het vervolg Wouter, is uitgezonden naar Uruzgan, Afghanistan. Op 15 juni 2007 ging hij in een kleine colonne, ongeveer zes voertuigen, mee naar Tarin Kowt, waar het relatief rustig was. Op deze 'vrouwendag' bezochten de Nederlandse vrouwelijke militairen Afgaanse vrouwen. De mannelijke militairen bleven als beveiliging buiten wachten en

speelden ondertussen met de toegestroomde kinderen, zo ook Wouter en Timo Smeehuijzen. Op de terugweg, net na vertrek, moest de colonne vanwege een mankement even stoppen. De eerste twee voertuigen stonden op een kruising en daar werd toen een aanslag gepleegd. Een man heeft zichzelf, een vrouw en twee kinderen in een auto opgeblazen. Wouter stond bovenluiks en werd het voertuig ingeslagen door de ontploffing. Hij zag een enorme vuurball en daarna heel veel rook. In eerste instantie zag hij niet precies wat er gebeurd was, maar nadat de rook was weggetrokken zag Wouter dat een YPR-pantservoertuig was getroffen en aan één kant in brand stond. De klep ging naar beneden en Wouter zag Timo in het voertuig liggen. En hij zag enkele gewonde militairen. Hij heeft drie kinderlijkjes, kinderen met wie hij net daarvoor nog gespeeld had, op straat zien liggen. Terug op de compound kregen de militairen van de colonne te horen dat Timo Smeehuijzen overleden was. Het zien van de hele gebeurtenis, het verliezen van een collega en het aanschouwen van de kinderlijkjes waren zeer indringende ervaringen voor Wouter.

Het contact

Na de aanslag van 15 juni heeft Wouter er veel met collega's over gepraat, wat voor hem heel belangrijk is geweest. Een kapitein, die de raadsman goed kende, raadde Wouter aan om met de raadsman te gaan praten, aangezien het voor Wouter moeilijk was om deze indringende ervaring te verwerken. Hij maakte bij de raadsman een afspraak en kon dezelfde avond terecht. Wouter had voor deze uitzending wel eens met een aalmoezenier gesproken, omdat hij zelf katholiek is. Aangezien de raadsman op de hoogte was van de aanslag van 15 juni en de militairen van de eenheid van Timo ook opving is hij naar de raadsman toe gegaan (er was ook een aalmoezenier in het uitzendgebied aanwezig). De raadsman kende het peloton van Timo Smeehuijzen goed en Wouter, die deel uit maakte van het Provincial Reconstruction Team (PRT), was op het moment van de aanslag bij die mensen en de link met de raadsman was in dat opzicht snel gelegd (zo vertelden de raadsman en Wouter).

De raadsman en Wouter hebben elkaar een aantal keer gesproken en in Nederland heeft Wouter de raadsman nog een keer, zoals afgesproken, opgezocht, om te vertellen hoe het met hem ging.

Militair 3

Militair Jan was in 2006 voor twee maanden uitgezonden naar Afghanistan. In die tijd zijn er drie mortiergranaten op het kamp gevallen.

Op de heenreis, de vlucht van Kabul naar Kandahar in een Hercules, zakte een collega naast Jan in elkaar en reageerde niet meer. Ook voelde Jan zijn pols niet meer. De collega kwam door middel van een klap van een Amerikaanse collega weer bij en is door de twee artsen in het vliegtuig aan het infuus gelegd. Ze hebben een tussenlanding gemaakt en de collega is met een arts uit het vliegtuig gegaan. Met deze collega is het allemaal goed gekomen, hij had 3,5 liter vocht tekort gehad. Terug in de lucht kreeg een Amerikaan last van zijn rug. Toen de arts met hem bezig was oefeningen te doen, greep hij ineens naar zijn kruis. Later bleek dat hij last had van nierstenen. Twee maanden later op de terugreis van Kandahar naar Kabul in de Hercules, ging ook het een en ander mis waardoor Jan geen vertrouwen meer in het vliegen had.

Het contact

Jan heeft in de afgelopen twee jaar veel dingen meegemaakt. Naast zijn uitzendervaringen had hij privé gezien meerdere problemen en had hij naar eigen zeggen te veel hooi op zijn vork genomen. Door de combinatie van verschillende factoren heeft hij een tijdje ziek thuis gezeten met een burnout. Jan zijn leidinggevende raadde hem aan om met de raadsman te gaan praten en gaf hem het telefoonnummer. De raadsman had deze leidinggevende regelmatig gesproken tijdens diens uitzending. Jan maakte een afspraak met de raadsman en heeft sindsdien heel wat gesprekken met hem gehad.

De raadsman heeft, in samenspraak met de arts van Jan, hem doorverwezen naar een psycholoog.

6. Humanistisch geestelijke begeleiding

Onderzoeksvraag één – deel twee

Op welke wijze begeleiden humanistisch geestelijk verzorgers militairen bij het zoeken naar zingeving aan indringende uitzendervaringen?

In dit hoofdstuk zal ik met behulp van de interviews die ik met de drie raadslieden heb gehouden een concrete invulling geven aan de wijze waarop raadslieden militairen begeleiden. Ik heb de interviews geanalyseerd op drie thema's, gebaseerd op de drie kernbegrippen in deze onderzoeksvraag: indringende uitzendervaringen; werkwijze in raads gesprekken; en zingeving. Bij 'indringende uitzendervaringen' en 'zingeving' komt vanzelfsprekend ook iets van de werkwijze van de individuele raadslieden naar voren. Bij elk thema geef ik mijn bevindingen vanuit de empirische gegevens weer. In de conclusie zal ik de bovenstaande onderzoeksvraag beantwoorden, door het empirisch materiaal te verbinden met het theoretisch kader.

6.1. Indringende uitzendervaringen

Raadsman 1

De raadsman en Paul hebben lang gepraat over het ongeluk met de vriendin van Paul. Het hele tafereel speelde zich telkens opnieuw voor Paul zijn ogen af. Keer op keer was hij aan het herbeleven wat er in de keuken gebeurd was en elke keer wilde hij ingrijpen. Het liet hem niet los en door erover te praten met de raadsman merkte hij hoe erg het ook voor hem was. Maar hij vond dat hij geen ruimte aan zijn eigen verdriet en pijn mocht geven, want zij was het slachtoffer van zijn handelen. Volgens de raadsman oordeelde Paul heel zwaar over zichzelf.

De raadsman legde de link met uitzendingen, vooral missies waar 'spannende' dingen gebeuren. *Ik zeg 'dat zijn de plekken, denken wij altijd, waar je trauma's oploopt, waar je zulke gruwelijkheden moet zien en dus ook moet zien te verwerken, dat we er helemaal niet bij stilstaan dat dat gewoon hier thuis op de straat, wat, bij jou in de keuken, kan gebeuren'. En toen keek hij me echt aan met een paar grote ogen van 'meen je dat?'. Ik zeg 'ja, dat meen ik.*

Dit is een traumatische ervaring geweest. Alleen al als ik zie hoe jij ermee omgaat en de moeite die je nu hebt. (...) Dat is totaal niet een plekje gegeven en rationeel bespreken jullie het wel, maar gevoelsmatig heb je het er nooit echt met V over gehad'. De raadsman gaf aan dat het belangrijk was dat Paul in het reine zou komen met zichzelf.

Paul kwam vervolgens met het verhaal over wat er was voorgevallen tijdens zijn uitzending in Irak, waar hij met de raadsman over wilde praten. Dit is het verhaal van de collega van Paul, aan wie hij gevraagd had nog een lichter in Irak te blijven. De raadsman wist niet meer precies wat er met die collega was gebeurd, maar wel dat Paul vertelde dat hij er zo veel moeite mee had en een sterk gevoel van schuld had. De raadsman heeft onder andere met Paul gesproken over het feit dat er voor zijn collega allerlei argumenten hadden gespeeld om 'ja' te zeggen. Dat zag Paul ook in, maar hij voelde zich toch verantwoordelijk. De raadsman heeft Paul aangeraden om naar de SIH te gaan om met een psycholoog te praten over de gebeurtenissen en zijn ervaringen, en te werken aan zijn verantwoordelijkheidsgevoel en schuldgevoelens die in alle kwesties die Paul inbracht naar voren kwamen.

Raadsman 2

In het eerste gesprek tussen de raadsman en Wouter ging het natuurlijk al snel over de aanslag. Deze gebeurtenis had volgens de raadsman een behoorlijk grote impact op Wouter. Beelden drongen zich overdag en 's nachts aan hem op. De raadsman heeft in eerste instantie samen met Wouter 'de film' heel uitgebreid gereconstrueerd. Hij heeft gevraagd naar wat er precies gebeurd was, om te proberen de geluiden, de beelden, de geuren en de gevoelens terug te laten komen. De raadsman stelde dat op het moment van een dergelijke ingrijpende gebeurtenis er geen ruimte is voor gevoelens, omdat men alert is op wat er eventueel nog meer kan gaan gebeuren. *Waar het om gaat is dat je probeert om in het proces van verwerken als het ware de passende gevoelens bij die film te krijgen*. Naarmate mensen hun verhaal meer vertellen komt er plaats voor de emoties en die emoties komen terug bij de gebeurtenis. *Dat de ondertiteling in dat opzicht bij de film komt*. De raadsman vertelde dat op Wouter het beeld van Timo in het voertuig en de beelden van de eerst spelende en na de aanslag uiteengereten kinderen een grote impact hadden. Het vertellen over de gebeurtenis en wat dat met hem deed was voor Wouter emotioneel. In dit eerste, maar ook in latere gesprekken, waarin ze ook over andere dingen spraken, zijn de raadsman en Wouter dieper op de indringende ervaring ingegaan. Volgens de raadsman is het goed als de beelden en gevoelens weer gaan samenvallen.

Maar het zijn redelijk confronterende situaties en wij kunnen maar beperkt dingen aan. Dus wat je ziet is dat mensen dat portiegewijs doen. Verwerken is het heen en weer gaan tussen toelaten en vermijden. Door erover te praten kunnen mensen steeds een stapje verder in het toelaten komen en daarmee met het verwerkingsproces.

Over het praten over indringende uitzendervaringen vertelde de raadsman dat mensen het gevoel hebben dat deze ervaringen zich alleen goed laten delen met mensen die erbij waren of die in vergelijkbare situaties zijn geweest. *In de zin van het helemaal delen. Mensen kunnen wel, dat heb ik net geprobeerd te schetsen, relatief dichtbij komen en verderaf blijven. Maar wat rondom deze existentiële ervaringen het lastige is, (...) is dat het gaat om ervaringen die te maken hebben met hoe je leven eruit ziet en waar je als mens in geraakt wordt, ik bedoel het gaat om leven en dood, letterlijk. En juist die ingrijpende ervaring kun je niet goed delen met de mensen die je het meest dierbaar zijn, de mensen thuis.* Het is volgens de raadsman moeilijk om de essentie over te brengen aan anderen, wat komt doordat de beelden die mensen hebben sterk aan de situatie zelf verbonden zijn.

Raadsman 3

De gesprekken met Jan begonnen bij diens uitzending en de raadsman is uitgebreid ingegaan op wat er daar gebeurd was.

In het interview met Jan, wat ik op dezelfde dag vóór het interview met de raadsman heb gehad, werd duidelijk dat Jan niet diep wilde ingaan op wat hij met de raadsman besproken had. Ik heb dit natuurlijk gerespecteerd en dacht dat het gedeelte waar hij niet diep op in wilde gaan vooral te maken zou hebben met zijn privésituatie. Jan vertelde mij over zijn uitzendervaringen, dingen waar hij van schrok, dingen waar hij het moeilijk mee had, maar bleef erg aan de oppervlakte. Daarover in het volgende hoofdstuk meer. Ik heb de raadsman in het begin van ons gesprek verteld dat Jan het moeilijk vond om er concreet iets over te zeggen, waardoor ik het ook niet gepast vond om de raadsman naar de details te vragen. De raadsman op zijn beurt vond het ook lastig om er diep op in te gaan, omdat Jan dat zelf dus kennelijk niet wilde.

Wat uit het interview met de raadsman wel duidelijk naar voren kwam, is dat Jan erg te kampen had met gevoelens van angst.

De raadsman vertelde dat de dingen die tijdens een uitzending gebeuren, zeker als het een nare gebeurtenis is, iemand overkomen; in de zin dat het bijna altijd onverwachts is en dat je

je er nauwelijks op kan voorbereiden. *Dat overviel hem ook, dat gebeurt plotseling en vervolgens heeft hij daar maanden erna.. kijk ja daar heb je toch last van. Je zit er vaak over te denken, maar dingen hangen ook met elkaar samen. (...) Dingen die in de privésituatie dan nog een keer spelen, en dat stapelt zich dan op.* Voor Jan speelden veel dingen eromheen een rol. De raadsman sprak met Jan over zijn indringende uitzendervaringen, wat er tijdens de uitzending gebeurde, maar vervolgens ook over de andere dingen die allemaal meespeelden. De raadsman vertelde dat Jan zichzelf erg is tegengekomen tijdens de uitzending. *En ook gevoelens van angst te hebben, angst hebben en daar ook niet zo goed een weg mee weten, het daar niet heel makkelijk met mensen over kunnen hebben.*

Het praten over die ervaringen kan dan volgens de raadsman goed helpen, het kan bevrijdend en helend zijn om het verhaal te vertellen. Jan kon na zijn uitzending over zijn ervaringen met de raadsman praten, zeggen dat hij bang was, dingen die hij tijdens zijn uitzending niet aan zijn collega's durfde te laten merken. De norm is 'ik ben niet bang'. *En hij was gewoon inwendig doodsbang.* De raadsman heeft Jan vragen gesteld over zijn uitzending: wat er gebeurd was, hoe de situatie was, hoe de sfeer was, hoe Jan zich gevoeld had, hoe het was om te merken hoe anderen ermee omgingen. Ook om te begrijpen wat die stoerheid die heerste inhield. *En ook voor zichzelf te begrijpen waarom hij niet vond dat hij dan kwetsbaar mocht zijn.*

Om met de gevoelens van angst om te gaan en om het vastzitten in bepaalde angsten op een therapeutische manier aan te pakken, heeft de raadsman Jan doorverwezen naar een psycholoog.

Over indringende uitzendervaringen in het algemeen, vertelde de raadsman het volgende. *Als iemand voor aanvang van een uitzending heel goed in zijn vel zit en hij heeft het helemaal goed thuis en alles is stabiel en rustig en het is een stabiel persoon, dan kunnen we er een beetje vanuit gaan dat hij wel wat kan hebben. En dan toch is het nauwelijks te voorspellen of moeilijk te voorspellen hoe iemand reageert, bijvoorbeeld als er een raket op het kamp valt.* Iemand weet van te voren ook niet of hij daar wel of geen last van zal hebben. Maar de raadsman heeft wel gemerkt dat wanneer het van te voren al niet zo goed gaat met iemand, dat die persoon dan wel kwetsbaarder is in de uitzendperiode. En ook als na de uitzending iemand nog slechter in zijn vel komt te zitten, zoals bij Jan het geval was, dan is het niet alleen die uitzendervaring, maar dan is het ook de voorgeschiedenis van iemand die daarin meespeelt.

6.1.1. Bevindingen

Uit bovenstaande verhalen van de raadslieden over indringende (uitzend)ervaringen blijkt dat de militairen, en over het algemeen mensen die zeer ingrijpende gebeurtenissen meemaken en indringende ervaringen opdoen, last kunnen hebben van herbelevingen; van het zich opdringen van de beelden van de gebeurtenis. De gehele gebeurtenis speelt zich dan voor de ogen af en men kan niet ingrijpen om datgene wat gebeurd is te voorkomen. Voor het proces van verwerking is het van belang om over de gebeurtenis te praten en over de eigen beleving en gevoelens daarbij. Bij de raadsman krijgt de militair de ruimte om zijn verhaal in openheid en vertrouwen te kunnen vertellen en te praten over de eigen emoties en ervaringen. Bij defensie heerst een cultuur waarin de gevoelens van de militairen minder aandacht krijgen; het is een 'machocultuur' van 'niet praten over soft gedoe, maar doorgaan met je werk, daar word je voor betaald'. Door gevoelens van verantwoordelijkheid, schuld, kwaadheid, machteloosheid en angst toe te laten, er ruimte aan te geven en die te delen met de raadsman, kan de militair verder komen in het proces van verwerking en zingeving aan de indringende uitzendervaringen. De raadslieden vragen door om zo op een dieper liggend, existentieel niveau te komen. In het raadsgesprek ligt de nadruk niet op het praten over de feitelijke gebeurtenissen, maar vooral op het ingaan hoe men dat beleefde; welke gevoelens er speelden; hoe men er nu tegenover staat; waar men moeite mee heeft; en wat de ervaring voor de persoon betekent.

Bij het verwerken van indringende uitzendervaringen gaat het in eerste instantie om het (steeds opnieuw) vertellen van het eigen verhaal en uit de verhalen van de raadslieden blijkt dus dat vooral het zicht krijgen op de eigen emoties en gevoelens door deze te verwoorden een grote rol spelen. In het theoretisch kader (3.3) kwam dit ook naar voren en dat het delen van de indringende uitzendervaringen van belang is, dat dit helpt in het proces van het zich gaan verhouden tot de gebeurtenissen en om de ervaringen in te kunnen passen in het eigen levensverhaal (Rietveld en Vogels).

Het omgaan met indringende uitzendervaringen kan voor militairen die stabiel in het leven staan gemakkelijker zijn dan voor iemand bij wie nog veel meer mee speelt, maar het is niet op voorhand te zeggen of iemand er wel of geen last van de ervaringen zal krijgen.

6.2. Werkwijze in raads gesprekken

Raadsman 1

Paul had het gevoel niks meer in de hand te hebben. De raadsman heeft geholpen om alles wat meer in perspectief te zetten en de brei in het hoofd van Paul te ordenen. Bijvoorbeeld met betrekking tot de scheiding van de ouders van Paul heeft de raadsman gevraagd of het aan Paul was om dat allemaal in de hand te houden. Het ging om het weer terugbrengen in de juiste proporties en al pratend in dialoog erachter te komen wat de plek van Paul was. Wat zijn ouders betreft kreeg Paul het inzicht dat hij zijn eigen leven moest leiden en zijn ouders hun leven. *En ik zeg er ook altijd bij: 'ik leef jouw leven niet, ik kan alleen met je meekijken en een paar dingen die mij opvallen, kan ik aan je teruggeven, zo van 'hoe zit dit en hoe zit dat' en jij maakt vervolgens op basis van die nieuwe kennis de keuzes van: hoe wil ik het eigenlijk hebben'. De bottom-line is voor mij altijd wel dat je voor de rest van je leven met jezelf op moeten kunnen schieten.*

Het zich verantwoordelijk voelen en zich schuldig voelen speelde bij Paul met betrekking tot wat er met zijn collega gebeurd was, het ongeluk met zijn vriendin en bij de scheiding van zijn ouders. De raadsman heeft dat wat hij hoorde aan Paul teruggegeven. *'Kijk eens wat jij allemaal op je schouders bent gaan dragen'*. De raadsman haalde het van de persoon af door te vragen aan Paul wat hij zou denken als iemand anders zijn verhaal tegen hem zou vertellen. De raadsman weet niet precies wat hij gedaan heeft waardoor Paul zich is gaan openen. *Het klinkt heel magertjes, maar aan de andere kant heeft het ook wel iets relativerends, van je moet jezelf ook niet groter maken dan dat je bent, maar volgens mij is het gewoon begonnen met aandacht. Oprechte aandacht. 'Vertel nou jouw verhaal eens.'*

De raadsman vindt zijn rol als luisterend oor heel actief. Hij laat de dingen die de cliënt vertelt door zich heen gaan. Zoals het verhaal van Paul over de brand in de keuken. De raadsman gaf aan Paul aan wat dat met hem zou doen en checkte of dat voor Paul ook zo was.

Verder vertelde de raadsman dat hij problemen nooit hoeft op te lossen, maar dat hij wel keuzes kan voorleggen en dat hij met iemand kan meekijken: *'wat is belangrijk, wat is minder belangrijk, hoe zou je het willen en hoe kom je daar'*. *Ik vind van mezelf in dit werk dat ik altijd erg goed in het hier en nu kan blijven. Dus niet in dat wat geweest is en ook niet in dat wat misschien wel zal gaan komen, dus dat 'als-dan' verhaal. Dat voorwaardelijke, daar heb je niks aan, want je moet het nu doen. (...) Ik denk 'ja, als het dan kan, dan kan het nu ook'. (...) Je kunt alleen maar in het nu handelen, denk ik.*

Raadsman 2

Tijdens het eerste gesprek probeerde de raadsman de situatie (werk en privé) van Wouter in kaart te brengen, te kijken wie Wouter was. Dit is voor de raadsman altijd een onderdeel van het gesprek, het leren kennen van de ander, weten met wie hij van doen heeft. *Ik wil altijd aan het einde van een gesprek een beetje een beeld hebben van hoe iemand gesitueerd is. Hoe hij zichzelf ziet en omschrijft, wat zijn situatie is en hoe hij die waardeert.* Voor de raadsman is de kennismaking ook voor een deel wederzijds. Hij vertelt wat over zichzelf, wat voor hem plezierig is, maar vooral functioneel, om iemand te kunnen ontmoeten. *Dat is het unieke van dit vak, in tegenstelling tot een maatschappelijk werker of een psycholoog, die op een probleemgeoriënteerde of diagnostische-therapeutische afstand staat, is dat ook voor een deel wederzijds. (...) Dan wel functioneel, omdat ik niet het verhaal wil overnemen, maar om de situatie ook gelijkwaardig te houden.*

Zoals gezegd heeft de raadsman met Wouter, zoals hij altijd doet bij ingrijpende gebeurtenissen en het zich opdringen van beelden, geprobeerd de hele situatie en de beleving daarbij te reconstrueren. Het gaat er in het proces van verwerken om als het ware de passende gevoelens bij die film te krijgen.

De raadsman merkte op dat mensen die ingrijpende gebeurtenissen meegemaakt hebben soms de onophoudelijke behoefte hebben om dat verhaal te vertellen. En hij vertelde dat geestelijk verzorgers met militairen die ingrijpende uitzendervaringen hebben meegemaakt aan de praat blijven, zonder dat er een probleem of storing hoeft te zijn. Het blijven praten over hoe die ervaringen in hun leven, in hun biografie een rol spelen. En vooruitkijkend hoe ze verder willen gaan met hun leven, naar hoe mensen naar zichzelf kijken. Ingrijpende gebeurtenissen een plek en betekenis geven vraagt tijd en kan mensen veranderen.

De raadsman had met Wouter in Uruzgan afgesproken dat Wouter hem in Nederland zou komen opzoeken, om te vertellen hoe het met hem ging. Op zichzelf ging het met Wouter wel goed, maar met één van zijn kinderen ging het niet zo goed. Dat had te maken met de uitzending en de manier waarop het kind was omgegaan met het weg zijn van zijn vader. Dat was voor de raadsman bekende thematiek. Hij heeft met Wouter gesproken over wat er mis kan gaan in hechting, over hoe dat er bij zijn kind uitzag en ook over wat Wouter en zijn vrouw zouden kunnen doen om het kind zo goed mogelijk te helpen.

Dat is het lastige van dit vak, dat je ook wat andersoortige bagage hebt. Dat is lastig, maar ook een voordeel. (...) Je kunt dan ook wat praktisch bezig zijn, in de zin van hoe je met zo'n situatie kunt omgaan. Dus dan, laten we zeggen, dan gebruik ik mijn bagage (...), die ik op dat moment inzet om hem het een en ander mee te geven. De raadsman gaf daarbij aan dat je als raadsman wel moet weten wat je zelf kunt en waar je eigen mogelijkheden eindigen. Wanneer iemand begeleiding nodig blijkt te hebben op het vlak van het werk van een psycholoog of maatschappelijk werker, verwijst de raadsman door.

Raadsman 3

De raadsman heeft Jan begeleid in het herstellen van het ervaren van samenhang in zijn leven. Volgens de raadsman was er in Jan zijn leven veel aan de hand en hij vond dat Jan soms meer als slachtoffer tegenover de dingen stond, in plaats van het vermogen of het idee te hebben van grip op zijn leven te hebben. De raadsman heeft met Jan gesproken over dat dingen je niet alleen overkomen, maar dat je er zelf ook een rol in kan spelen door je ertoe te verhouden. Op die manier heeft hij geprobeerd om Jan op een iets andere manier naar (onder andere) zijn indringende uitzendervaringen te kijken: dat hij niet alleen slachtoffer is, maar dat hij een actieve rol kan spelen in hoe hij daarmee omgaat en het daarmee deel wordt van zijn leven.

De raadsman vertelde dat hij ervan uit gaat dat als iemand een zekere geestelijke weerbaarheid heeft, en voor zichzelf enigszins helder heeft wat zijn overtuigingen zijn, dat de persoon iets gemakkelijker met ingrijpende uitzendgebeurtenissen om kan gaan.

Maar ik heb ook gezegd, dat je dat dus nooit weet. Je kunt er ook heel erg door overvallen worden, hoe goed je jezelf ook kent. (...) En kan je, ook al ben je nog zo weerbaar en zit je nog zo goed in je vel, in één keer 'bam', ongelofelijk veel last krijgen, terwijl de rest van het kamp allemaal geen last ervan heeft.

De raadsman probeert in het praten over de indringende uitzendervaring een verbinding te maken tussen de gebeurtenis en de samenhang met de rest wat tijdens de uitzending gebeurde, en de eigen overtuiging van de persoon. Om vervolgens te kijken naar welke zin en betekenis de persoon binnen de eigen overtuigingen aan de gebeurtenis kan geven.

6.2.1. Bevindingen

In het raadswerk is het belangrijk dat de raadsman goed en actief luistert, met oprechte aandacht. Raadslieden laten de ander zijn verhaal vertellen en reageren daarop, op basis van het ‘door zich heen laten gaan’ van het verhaal van de ander en de eigen gedachten daarbij. In het theoretisch kader (3.4) kwam naar voren dat de Dienst humanistisch geestelijk verzorging dit verwoordt als ‘het bevestigen van het verhaal vanuit empathie’ en het ‘via open vragen verder verdiepen van het verhaal tot existentieel niveau’. Raadslieden kunnen de existentiële thema’s herkennen en benoemen. Ze kunnen daarbij een andere belichting en kijk op de situatie en het gedrag van de militair geven, waardoor deze een helder beeld hierop kan krijgen. De raadslieden helpen de militair om de kwesties die spelen in perspectief te zetten, te ordenen en te proportioneren. Ze ondersteunen de militairen met het reconstrueren van hun verhaal en kunnen hen begeleiden bij het herstellen van samenhang. In de bovenstaande verhalen kwamen verder ook het confronteren en het adviseren door raadslieden aan bod. Het is daarbij uiteindelijk aan de militair zelf welke keuzes hij maakt.

6.3. Zingeving

Raadsman 1

De raadsman heeft het idee dat voor Paul de gesprekken met hem een soort bevestiging waren: ‘dit is wel belangrijk, dit is wel een issue in mijn leven, daar mag ik best aandacht aan schenken’. Bij Paul, en breder gezien binnen het militaire bedrijf, worden dergelijke dingen vaak onder de mat geschoven. ‘Gewoon doorgaan’ is de tendens.

Naar aanleiding van de opmerking ‘vallen ze daar nou de GV mee lastig’ van een adjudant in een bepaalde situatie, is de raadsman bij zichzelf nagegaan dat hij inderdaad ook nooit ‘nee’ zegt. In het geval waar de adjudant naar verwees, zat de betreffende militair enorm met iets, wat volgens de adjudant niet belangrijk was. De raadsman vond het wel degelijk belangrijk, juist omdat de jongeman er zo erg mee zat. *We stellen de mens centraal met de dingen die in zijn leven belangrijk of minder belangrijk zijn. (...) Wij moeten zo lang mogelijk, vind ik, in ons werk ons oordeel uitstellen. Als iemand zegt uit zichzelf, dat vind ik dus de belangrijkste beweging altijd, dat iemand uit zichzelf zegt ‘ik ga dit aan de GV voorleggen’. Dan is het dus al een issue. Dan is het al belangrijk genoeg.*

Impliciet komt zingeving volgens de raadsman altijd naar voren, alleen al door het feit dat militairen bij hem langskomen. Zingeving gaat voor hem ook heel erg om betekenisverlening, en daar stuurt hij ook heel expliciet op aan in zijn gesprekken met militairen. *Ik zeg heel vaak 'en wat betekent dat voor je, dat het nu is zoals het is, we hebben nu geconstateerd hoe het eruit ziet, wat betekent dat voor je?'*. De raadsman vindt dat het zijn baan is om aandacht te schenken aan mensen, aan wat hen bezighoudt en hoe ze daarmee omgaan, en hen daarin bij te staan. *Ik geloof in de kracht van mensen en ik mobiliseer die kracht, ik probeer die te ontdekken en dan vervolgens voor zichzelf in te zetten.*

Raadsman 2

De raadsman en Wouter hebben naar aanleiding van de aanslag ook gesproken over de vragen naar de zin van het alles. *'Wat zijn we hier nou aan het doen?', 'Heeft het wel betekenis?'. Ja, dat is natuurlijk ook glashelder, dat die vragen opkomen, als je dat voor je ogen ziet gebeuren. (...) Is het dit waard, wat wij hier aan het doen zijn?'*. De raadsman begreep deze vragen en gevoelens, het zijn reële, maar ook lastig te beantwoorden vragen. Het gaat er niet om dat de raadsman 'het' antwoord heeft op deze vragen als wel om het in gesprek blijven over de gedachten en gevoelens, zodat iemand er voor zichzelf zin aan kan geven.

Het gesprek dat de raadsman in Nederland met Wouter had, ging ten eerste over hoe het nu met hem ging en hoe hij terugkeek op de ingrijpende gebeurtenis. Het tweede onderwerp was hoe het thuis ging, met zijn gezin. *En zijn plannen om toch wat anders te gaan doen. De druk op zijn gezin door weg te zijn en het effect op de kinderen. Voor hem betekent dat dat hij toch aan het nadenken is of hij niet beter buiten dit bedrijf iets kan gaan doen.*

De raadsman vertelde dat het werken bij de krijgsmacht en het uitgezonden worden aantrekkelijk is, omdat het spannend is en de dingen 'er toe doen'. Maar het meemaken van een dergelijke ingrijpende gebeurtenis is behoorlijk traumatisch. En aan de andere kant is er ook het gegeven dat het een belasting is voor het thuisfront en dat de omloopsnelheid van het weer uitgezonden worden behoorlijk groot is. Het effect daarvan op het gezin is wat bij Wouter ook speelde. Zingevingsvragen die hiermee verbonden zijn en die de raadsman aan hem stelde zijn: *'Wat wil je met je leven?', 'Hoe belangrijk is het om ouder te zijn van kinderen en om partner te zijn?' en 'Wat wil je daarvan bakken (...), waar kies je dan voor?'*.

De twee grote clusters van onderwerpen waar het bij mensen over gaat die bij de raadsman komen, zijn zingeving en moraliteit. Veel mensen, gelovig of niet, vinden dat ze zelf zin en betekenis aan hun bestaan geven. *Dat is eigenlijk het hart van de humanistische levensovertuiging.(...) En het is dus de vraag naar zingeving, dat is in belangrijke mate vooruitkijken, maar het is ook dat doen op basis van achteromkijken, de biografische gegevens, en de vraag naar 'wie ben je' en 'wie wil je zijn'. Dat zijn, heel simpel verwoord, de vragen waar het om draait, en waar ik ook op gericht ben in mijn contact met mensen.*

Raadsman 3

De raadsman vertelde dat voor hem het werk gaat over zingeving en levensbeschouwing. Hij vroeg Jan naar hoe hij in het leven stond, hoe hij daarin zou willen staan en hoe hij met de vervelende dingen in het leven omging. De raadsman stelde dat je het niet voor het zeggen hebt wat je allemaal overkomt, maar dat je wel een rol hebt in hoe je daarmee omgaat. Een mens kan daar keuzes in maken: je verhoudt je tot de dingen die gebeuren. Als mensen tot het inzicht komen dat ze zelf ook iets kunnen doen, kan ze dat sterker maken en uit de slachtofferrol halen. Dit is ook waar de raadsman met Jan over heeft gesproken. *Als je alleen slachtoffer bent, dan heb je geen controle meer, dan overkomt het je alleen maar.*

De raadsman vertelde dat hij het belangrijk vindt dat mensen stil staan bij wat ze nou eigenlijk echt vinden van het leven. En die vragen worden volgens de raadsman belangrijker als er ingrijpende dingen gebeuren, bijvoorbeeld een mortiergranaat die op het kamp valt. Dit kan zingevingsvragen oproepen, zoals 'hoe kijk ik tegen het leven aan'. De raadsman vertelde dat mensen heel erg geschokt kunnen zijn, doordat ze met het idee kwamen om goed te doen voor het land en de inwoners, en vervolgens blijkt dat diezelfde mensen hen dood willen maken. *Het idee hebben van: 'het is volstrekte onzin dat we hier zitten, want de mensen willen ons helemaal niet en het lukt niet om iets op te bouwen'. En aan de andere kant het gevoel hebben van: 'ja, maar als we hier weggaan, dan laten we de mensen die altijd al slachtoffer waren in de steek, dat kan ook niet'.* Het was volgens de raadsman heel dubbel en daar viel ook niet zomaar een antwoord op te geven, maar hij vond het belangrijk om erover te praten en tot een tussenweg te komen. Dit is voor de raadsman het gebied van levensbeschouwing en zingeving. Hoe verhoud je je in een wereld die in Nederland zo vertrouwd en veilig was, maar ineens zeer bedreigend en gevaarlijk is, terwijl je dacht goed te komen doen.

De raadsman ging dan in op het idee van goed en kwaad van militairen en op hun kijk op verantwoordelijkheid. Hij probeerde te kijken waar meningen op gebaseerd waren, om in

gesprek met de ander een paar stappen de diepte in te gaan om erachter te komen waarom die persoon iets vond, wat de basis was, bijvoorbeeld het waarde hechten aan gelijkwaardigheid. *Als dat uiteindelijk lukt, vind ik dat erg goed, dan kunnen mensen voor zichzelf ook iets makkelijker de verbinding maken van het werk wat ze doen en met hun eigen dieper liggende waarden. (...) Ik heb de indruk dat als je dat voor jezelf helder hebt, dan kun je volgens mij ook makkelijker met nare gebeurtenissen omgaan.* Omdat het dan volgens de raadsman gemakkelijker is om de indringende uitzendervaringen een plaats in het eigen leven te geven. Door de gebeurtenis in een context te plaatsen en een verbinding te leggen met de eigen overtuigingen. De raadsman legde de nadruk op het menselijk vermogen om zelf na te denken, over het leven en over de wereld, om zelf een visie te ontwikkelen. De raadsman probeert dan *de impliciete overtuiging die iemand heeft iets explicieter te maken, voor zichzelf helderder te maken.*

6.3.1. Bevindingen

In de humanistisch geestelijke begeleiding speelt zingeving een grote rol. Het draait in de raads gesprekken om kwesties die voor de militair belangrijk zijn (de mens staat centraal) en hoe hij zich daartoe verhoudt. Raadslieden staan expliciet stil bij wat er speelt voor de militair en wat daar voor hem zo belangrijk in is. Samen bekijken de raadsman en de militair naar hetgeen waardoor de alledaagse zingeving van de militair is vastgelopen, zoals door een indringende uitzendervaring, en wat dat betekent voor de militair. In de gesprekken wordt uitgediept wat de ervaring voor de militair betekent en hoe de militair de indringende ervaring een plek zou willen en kunnen geven in zijn levensverhaal. Hoe de militair is omgegaan met zijn eerdere (negatieve) ervaringen, zijn kijk op het leven en hoe hij in het leven zou willen staan, zijn daarbij van belang. Door middel van de gesprekken met de raadsman kan de militair meer zicht krijgen op de eigen dieper liggende waarden en (levens)overtuigingen, wat helpt in het proces om de indringende uitzendervaringen zin te geven.

Raadslieden ‘dragen zorg voor het in stand houden, herstellen of versterken van een goed en geïntegreerd functionerend zingevingssysteem’, zoals de Dienst humanistisch geestelijke verzorging het verwoord (3.2). Waarbij zij gericht zijn op het helpen bij het integreren van de gebeurtenissen en ervaringen in het leven van de militair. Dit doen de raadslieden door, zoals in de verhalen ook naar voren kwam, de militair in contact te brengen met zijn eigen beschouwingen op het leven, die de raadslieden door middel van vragen te stellen expliciet en bewust proberen te maken.

6.4. Conclusie

Om mijn eerste onderzoeksvraag *op welke wijze humanistisch geestelijk verzorgers militairen begeleiden bij het zoeken naar zingeving aan indringende uitzendervaringen* te beantwoorden, ga ik de drie thema's (indringende uitzendervaringen, werkwijze in raads gesprekken en zingeving) langs op basis van mijn theoretisch kader.

In het theoretisch kader over indringende uitzendervaringen (3.3) heb ik Hetebrij aangehaald en de terugkerende thema's die hij in zijn werk tegenkomt. In het bovenstaande hoofdstuk is duidelijk geworden dat raadslieden militairen helpen met het bewust nadenken over zichzelf en de eigen ervaringen, en over de omgeving en gebeurtenissen die plaats hebben gevonden ('reflectie'). De militairen zijn zelf verantwoordelijk voor de invulling van het eigen leven en zullen zelf hun indringende uitzendervaringen moeten zien in te passen in het eigen levensverhaal ('verantwoordelijkheid'); de raadslieden kunnen hun moeilijkheden niet voor hen oplossen, maar hen wel bijstaan in het proces van verwerking en betekenisgeving. De raadslieden helpen militairen om uit te diepen wat zij werkelijk van waarde achten en of dat wat zij van waarde achtte al dan niet veranderd is door het meemaken van de indringende uitzendervaring ('waarde'). Op basis van de eigen fundamentele waarden en het nadenken over de indringende uitzendervaringen kunnen militairen keuzes maken en richting geven aan hun verdere loopbaan en levensweg ('keuzen'). (Levens)doelen kunnen door indringende uitzendervaringen wijzigen en de raadslieden staan de militairen bij in het vormen van gedachten daarover ('doelen'). De kijk op zichzelf en de omgeving wordt door indringende uitzendervaringen en het spreken over alles wat daarmee samenhangt vaak meer helder.

In paragraaf 6.2 heb ik de werkwijze van raadslieden in raads gesprekken behandeld en op basis van de empirische gegevens neem ik de vijf invalshoeken van Hoogveen (3.2.1) met betrekking tot de 'methodiek' van het raads werk door. Raadslieden gaan uit van de menselijke mogelijkheden en krachten en proberen deze aan te spreken, ze hebben 'vertrouwen in de groeiende kracht van de mens', zodat de militair zelf zin kan geven aan de indringende ervaringen. De ondersteuning bestaat in de invoelende houding en het betrokken reageren, en door te relativeren, zoals de militair uit de slachtofferrol halen, en te ordenen. De raadslieden gaan uit van de 'waarde van de mens', elk mens is uniek en waardevol. Raadslieden nemen het verhaal van de ander serieus, leven zich in de belevingswereld van de

militair in en vragen naar de overtuigingen van de militair. ‘De mens is het doel’, het draait om het zingevingsproces van de ander, hoe hij daarin staat en zijn keuzes in het leven. De raadsman vertelt de militair wat hij hoort in het verhaal en wat dat bij hem oproept. In gesprek denkt de raadsman mee, stelt vragen, deelt eventueel eigen ervaringen, met als doel om de militair te ondersteunen en een stap verder te helpen in het zicht te krijgen op de eigen situatie. Wat Hoogeveen ‘beschikbaarheid – relatie’ noemt, heeft te maken met het contact maken op basis van wederzijds vertrouwen. Raadsman 2 geeft aan dat hij vragen stelt aan de militair om erachter te komen wie hij voor zich heeft en dat hij daarbij ook iets over zichzelf verteld, om de relatie gelijkwaardig te houden. Raadslieden gaan in op het feitelijke niveau van het verhaal, maar de focus ligt op het gevoelsniveau van de militair. De ‘instelling – gerichtheid’ van de raadslieden ligt op het vlak van zingeving; raadslieden zijn gericht op het proces van het zoeken naar zin van de militairen. Om op het existentiële niveau te komen vraagt de raadsman naar de betekenis van dingen voor de militair. In het gesprek wordt dit verder uitgediept, in een taalgebruik dat aansluit bij de betreffende militair. Op die manier kan de militair meer bewust worden van wat er voor hem speelt en kan hij daarmee aan de slag gaan.

Ik ga nu specifiek in op het centrale aspect binnen mijn onderzoek, te weten zingeving: op welke manier zingeving een rol speelt in het raads gesprek met de militairen (met betrekking tot indringende uitzendervaringen). Ik maak daarbij gebruik van ‘de acht aspecten van zingeving’ uit mijn theoretisch kader (3.1.1).

Raadsman 1 stelt dat als militairen bij een geestelijk verzorger binnenstappen er iets speelt op het gebied van zingeving. De alledaagse zingeving is gestagneerd en er spelen (existentiële) kwesties (**alledaags en existentieel**). De militair komt daar zelf niet uit en gaat in gesprek met de humanistisch geestelijk verzorger (**individueel en inter-persoonlijk**). Raadslieden kunnen militairen begeleiden, ondersteunen en bijstaan in het zoeken naar zin en het geven van zin. De raadsman gaf aan dat zingeving voor hem vooral draait om dingen betekenis te geven (**betekenisgeving en verwerking**). Raadslieden staan militairen bij in het zich verhouden tot de indringende (uitzend)ervaringen op een manier die voor de militair in het eigen levensverhaal past.

Raadsman 2 ging in op het evalueren van het eigen (handelen in het) leven en op het evalueren van hoe belangrijk anderen voor de militair zijn. Op basis van deze evaluatie kan de militair (hernieuwde) richting aan zijn leven geven (**evaluatie en richting**). Raadslieden

stellen de militairen vragen om hun ervaringen en levensvisie te evalueren en staan hen bij in het ordenen van gedachtes over de richting die ze met hun (werk en privé) leven op willen. Raadsman 2 stelde dat de vraag naar zingeving een reflectief vooruitkijken is op basis van het achteromkijken (**hier & nu en procesmatig**). Het verwerken van indringende uitzendervaringen is een proces en raadslieden blijven met een militair in gesprek, zolang deze daar behoefte aan heeft. Zingeving heeft tijd nodig en kan de kijk op het leven van mensen veranderen.

Voor Raadsman 3 gaat zijn werk over zingeving en levensbeschouwing. Hij vindt het belangrijk dat mensen stilstaan bij hun diepere waarden achter hun mening, bij hun levensovertuigingen. Op basis van levensovertuigingen kan men, al dan niet op het fundament van een religieus of levensbeschouwelijk kader, een eigen zingevingskader helder krijgen (**persoonlijke zingeving en zingevingskader**). Raadslieden helpen het in stand houden, het herstellen of het versterken van het eigen zingevingskader van de militair. De raadsman legt daarbij de nadruk op de eigen activiteit in het zich verhouden tot (vervelende en negatieve) gebeurtenissen (**activiteit en ervaring**). Dingen gebeuren je niet alleen, je hebt een eigen keuze hoe je daarmee omgaat. Door een gebeurtenis in een context, in een groter geheel te plaatsen en verbinding te leggen met de eigen overtuigingen is het volgens de raadsman gemakkelijker om ervaringen een plaats te geven in je leven en de gebeurtenissen in de wereld beter te begrijpen (**samenhang en oriëntatie**).

7. Zingeving van militairen

Onderzoeksvraag twee – deel A

Hebben militairen (na de geestelijke begeleiding) zin aan hun uitzendervaringen kunnen geven? Zo ja, welke dan?

Voor het beantwoorden van deze onderzoeksvraag maak ik gebruik van mijn analysekader voor zingeving op basis van de theorieën van Baumeister en Lowenthal om de verhalen van de militairen te analyseren.

- De relaties met (belangrijke) anderen;
- Doelen, (levens)perspectieven, richting geven aan het eigen leven;
- Waarden en normen, rechtvaardiging, levenshouding;
- (Gevoel van) controle, capabel en sterk voelen, gericht op overleving;
- Eigenwaarde, competenties.

Daarbij geef ik aan om welke van ‘de acht aspecten van zingeving’ het daarbij gaat: betekenisgeving en verwerking; samenhang en oriëntatie; richting en evaluatie; activiteit en ervaring; individueel en inter-persoonlijk; persoonlijke zingeving en zingevingskaders; ‘hier en nu’ en procesmatig; alledaags en existentieel.

7.1. Militair 1

In mijn gesprek met Paul kwam het verhaal omtrent de gebeurtenis in Irak pas later naar voren. Paul vertelde hoe het was gegaan. *Ik zeg ‘wij hebben nog een functie vrij, wil je niet blijven? Maar dan met deze functie, dit peloton, prachtig, mooiste opdracht gaan we doen, veel de woestijn in.’ Ja, leek hem wel wat.* Na het schietincident is er een heel onderzoek geweest, wat volgens Paul op zich goed is, maar in dit geval té. Zijn collega werd haast als verdachte gezien, omdat het, achteraf gezien, om een onschuldige burger ging. Paul vond dat zijn collega volgens de procedure heeft gehandeld en een juiste keuze heeft gemaakt. Aangezien de man anders was doorgereden en er misschien twee militairen niet meer waren geweest. Als de auto vol had gezeten met explosieven, was zijn collega waarschijnlijk beloond geworden voor zijn daad, zei Paul. De collega heeft defensie verlaten en Paul denkt dat het voor hem de druppel is geweest dat mensen anders tegen hem gingen aankijken en de

manier waarop defensie met hem is omgegaan. *Die jongen die is wel helemaal ontspoord. Die zit niet meer bij defensie, heel z'n toekomstbeeld.. echt een dijk van een vent, die zou ik zo bevorderen tot luitenant, die wou ook naar de KMA, zou hij ook naar toe gaan, maar ook uit loyaliteit nog een tour gebleven, extra, omdat ik hem dat vroeg.* Paul heeft als een sterk verantwoordelijkheidsgevoel voor zijn personeel en heeft zich op een bepaalde manier verantwoordelijk gevoeld voor de keuze van zijn collega om de trekker over te halen. Paul heeft twee jaar rondgelopen met een schuldig gevoel: 'als ik hem niet gevraagd had, dan was dat nooit gebeurd', en had zijn collega gewoon zijn defensieloopbaan kunnen blijven vervolgen. *Totdat ik hem tegenkwam op een reünie en dat de situatie zo ontstond dat we met z'n tweeën stonden, dat ik tegen hem zei 'nou, er moet me toch iets van het hart', 'dit is waar ik twee jaar mee rond loop'. En toen hij zei 'ik ben blij dat je (...) dit nou zegt, want dat is namelijk helemaal niet zo, ik ben juist blij dat je me gevraagd hebt, en dat ik ook een keer onder jou heb mogen dienen, en dat er dan wat gebeurd is, dat is natuurlijk vervelend, maar dat had net zo goed jij kunnen zijn', ik zeg 'ja, dat klopt'. Ja, dan heb je wel zoiets.. toen viel er een behoorlijke last van mijn schouders af. Dat speelde trouwens ook ongeveer vorig jaar, die hele situatie waar alles bij elkaar kwam.*

Ten tijde dat Paul de raadsman sprak had Paul de collega gesproken en de raadsman vertelde dat die collega tegen Paul had gezegd dat hij het zich niet aan moest trekken, omdat hij er zelf voor had gekozen, maar dat Paul er toen nog heel erg mee zat.

Mijns inziens was Paul ten tijde van het interview een heel stuk verder gekomen in het omgaan met zijn verantwoordelijkheid en schuldgevoelens. In termen van zingeving heeft dit met verschillende gebieden van doen. Paul heeft ingezien dat hij niet verantwoordelijk is voor de keuzes van andere mensen. Dit heeft te maken met zijn relatie met anderen. En met zijn zelfbeeld, in de zin van jezelf niet groter maken dan dat je bent. Daardoor heeft hij zijn eigen handelen, het vragen aan de collega om op uitzending te blijven, gerechtvaardigd. Door dit hele gebeuren in perspectief te zien heeft hij een deel van controle op zijn eigen leven terug verworven. Het lijkt mij namelijk heel zwaar om twee jaar lang met een schuldgevoel rond te lopen. (Paul had overigens wel al eerder geprobeerd contact te zoeken, maar de collega was een tijd in het buitenland geweest en had met niemand contact.) Paul heeft actief greep op zijn (gevoels)leven terugverworven, door tegen de collega te zeggen hoe hij zich voelde.

Zoals reeds geschetst kwamen er voor Paul op een zeker moment veel dingen bij elkaar. In zijn hoofd draaide alles in een kringetje rond, waar hij niet uit kon komen. Hij was gefrustreerd, ergerde zich snel en reageerde dat ook af op zijn vriendin, tegen wie hij verbaal agressief kon zijn. Zo kende hij zichzelf niet en door met de raadsman te praten kwam hij tot het inzicht dat hij eraan moest en wilde gaan werken. Hij is ook, op aanraden van de raadsman, naar een psycholoog gegaan.

Met betrekking tot zingeving heeft voor Paul niet alleen de geestelijke begeleiding geholpen, maar ook de behandeling bij de psycholoog. Wel is het zo dat het begonnen is met de gesprekken met de raadsman, daarover in het volgende hoofdstuk meer.

Het zingevingsaspect 'individueel en inter-persoonlijk' komt hier sterk naar voren; Paul had anderen nodig en kwam verder in zijn zingeving door het vertellen van het eigen verhaal.

Met de psycholoog was Paul ten tijde van het interview bij het uitzendhoofdstuk aangekomen. Eerst werd er gedacht dat hij misschien last zou hebben van posttraumatische stressstoornis of iets dergelijks. Maar Paul is met zijn psycholoog vooralsnog tot de conclusie gekomen dat hij uitzendverslaafde is. *Wat ik zelf niet in zag, ik wist wel dat het niet goed was, maar ja je gaat je aan alles en nog wat ergeren en je geeft alles en nog wat de schuld. Aan de werkdruk en weet ik wat allemaal: het ligt aan alles, behalve aan mij, daar kan het niet aan liggen. Want dat dit eruit zou komen, dat had ik nooit gedacht. Uitzendverslaafd.. heet dat zo? Bestaat het überhaupt? Nou kennelijk bestaat zoiets.*

- (Gevoel van) controle, capabel en sterk voelen, gericht op overleving

Paul vertelde dat hij verslaafd is aan de kick, de spanning, het leven op het randje. *Dan besef je pas dat je echt leeft. (...) Dat je met een groep iets volbrengt of ergens zit, waar geen gek normaal gesproken zou komen. (...) Ja dat doet dan iets met je, dat is gewoon de spanning die je opsnuift, de drive om op te zoeken waar je voor getraind bent.*

Dit is een uiterste van wat Baumeister het gevoel van capabel en sterk zijn noemt. Het is een ware uitdaging aangaan, gericht op overleving (Lowenthal), die Paul het gevoel van echt te leven geeft. Het gaat daarbij om primaire controle; Paul en zijn collega's proberen tijdens een dergelijke missie de omgeving naar hun hand te zetten.

Ik vind nog steeds dat ik daarvoor gemaakt ben [om op uitzendingen te gaan] en niet voor hier. Dus dat is een beetje, een korte omschrijving, van wat er in mijn hoofd speelt, met uitzendingen. En dan komt dat andere er allemaal bij en ja toen ben ik even geknakt, om het zo maar te zeggen. Dat is een bijzondere gewaarwording, maar het maakt niet uit hoe groot, sterk of hoe mentaal sterk je bent: iedereen is te breken. Paul geeft hier duidelijk aan dat hij

even de greep op zijn leven was verloren. Op zich is dat nog geen zin geven aan het leven, maar juist door dat knakmoment is hij in staat geweest om zijn levenswijze en gedrag te gaan herzien en te veranderen. Hij zei dat alles terug moet komen in de juiste proporties. *Dat dit weer mijn werk wordt, en dat dit niet mijn leven is.* Paul is op zoek, zoals hij het zelf verwoordde, naar de gulden middenweg.

In termen van de acht aspecten van zingeving, komen hier twee aspecten naar voren. Ten eerste 'alledaags en existentieel'. Het brekmoment van Paul zorgde ervoor dat zijn alledaagse zingeving stagneerde, waardoor er existentiële vragen naar boven kwamen. Dit moment is als het ware een randvoorwaarde geweest om zich op zijn bestaanswijze te gaan bezinnen. Ten tweede 'activiteit en ervaring'; Paul heeft actief zijn brekmoment bij de horens gepakt, om zin te geven aan elementen (werk en privé) van zijn leven.

- Doelen, (levens)perspectieven, richting geven aan het eigen leven

Heel Paul zijn verhaal beluisterend zit hij in een fase waarin hij zijn leven een nieuwe richting aan het geven is. Zijn perspectief op het leven is veranderd. Twaalf jaar lang waren Paul zijn doelen en zijn levensperspectieven op defensie gericht. Maar hij *wil niet eindigen in een bar als een oude adjudant die niks meer heeft, dat heb ik al jaren lang geleden gezegd, dat ik dat niet zo wou, dat zag ik. En toch ben ik dan eigenlijk, toch op die toer gegaan. Zonder dat ik het zelf wist.* Door de gesprekken met de raadsman is hij dat gaan inzien. En hoewel het moeilijk loslaten is voor hem, heeft hij wel een duidelijke keus gemaakt om zijn leven te veranderen. Uiteindelijk wil Paul weg bij defensie. Maar eerst wil hij op zijn voormalige werkplek nog een functie draaien, en hij hoopt dat daar nog een uitzending aan vast zit, 'om het af te sluiten'. Paul zei dat hij weet dat het werk niet nummer één kan of moet zijn, maar dat was voor hem wel altijd zo geweest. *Wat telde was werk. Maar V [zijn vriendin] heeft schijnbaar iets bij mij losgemaakt, waar ik door ben gaan denken 'goh, er bestaat ook nog iets anders dan werk'.*

Paul heeft zich in de termen van Baumeister een beeld gevormd bij zijn doel en hij heeft zijn huidige gedrag geanalyseerd en geëvalueerd met betrekking tot zijn gewenste doel, namelijk meer uit zijn leven halen dan de zin die het werken bij defensie geeft. Tot slot heeft Paul bewust keuzes gemaakt om zijn doel te bereiken, door het besluit te nemen om (uiteindelijk) weg te gaan bij defensie. Het aspect 'richting en evaluatie' komt hierin duidelijk naar voren; naar aanleiding van het evalueren van zijn leven en gedrag, is Paul een andere richting in geslagen.

- De relaties met (belangrijke) anderen

De relatie met V is voor Paul heel erg belangrijk. Hij is over zijn toekomst, samen met haar, gaan nadenken en hij wil daarin investeren. Paul denkt achteraf gezien dat hij eerder naar een andere functie (dus niet paraat) had moeten overstappen, om 'af te koelen', om terug te keren naar de normale wereld met sociale contacten. Voor zijn relatie met V zag hij alleen zijn ouders, broertjes en militaire maten. Hij ging ook in zijn vrije tijd met collega's om en voor de rest was hij bezig met sport. *En dat is toch wel zonde, want je loopt wel een hele hoop moois mis. (...) Dat besef ik nu pas naderhand. En het is verrekte moeilijk om een sociale kring op te bouwen, als je niks en niemand meer kent.* Paul werkt nu op een kazerne in de buurt van zijn huis, waardoor hij na zijn werk naar huis en zijn vriendin kan (hij was twaalf jaar 'binnenslaper' geweest). Hij krijgt weer hobby's en sociale contacten, ook omdat hij is gaan studeren. Door het praten met zijn medestudenten, 'burgers', gaat er een wereld voor hem open. In de trant van: 'o ja, zo ziet het normale leven er eigenlijk uit'. Paul heeft zich er ook heel erg voor opengesteld, vertelde hij.

Zijn (vroegere) collega's zijn ook belangrijke anderen voor Paul. Hij vertelde over de reünie op zijn voormalige werkplek. *'Zo vertel ik het ook, zo voel ik het ook, zo merk ik het ook, als ik (...) daar naartoe rij, een lange weg naar de poort toe, (...) 'ik ben weer in het beloofde land, waar het leger nog echt is'. En dan kom ik binnen en dan denk ik 'yes, ja hier hoor ik thuis'. Ik ben weer thuis bij mijn familie. En dan, bij wijze van spreken, schieten mij de tranen in de ogen als ik het weer zie.* Paul sprak over het intense groepsgevoel, waar hij heel veel aan ontleent en wat vooral ook tijdens een uitzending van (levens)belang is.

Zoals Nies het naar aanleiding van Lowenthal verwoordt zijn de contacten met andere mensen van cruciaal belang. Bij Paul vindt er een gedeeltelijke verschuiving plaats van het zin ervaren in de contacten met collega's, naar ook veel moois ervaren in de relatie met zijn vriendin en 'burgers' en daar zin uit halen.

Het gaat hier om 'betekenis' (in dit geval geen verwerking) geven aan (nieuwe) relaties. Paul beseft steeds meer wat zijn vriendin voor hem betekent. De contacten met de collega's waren en zullen waarschijnlijk ook betekenisvol blijven voor Paul.

- Waarden & normen, rechtvaardiging, levenshouding

Paul is bewust aan het kijken naar wat het leven nog meer te bieden heeft. En achteraf gezien is hij blij dat hij op een zeker moment 'brak'. *Het is een wel een hele ervaring, je gaat tegen*

een hele hoop dingen anders aankijken. Van wat zijn nou inderdaad de prioriteiten? En wat vind ik belangrijk?

Paul vertelde dat hij en V aan het uitkijken zijn naar de wintersportvakantie, hij heeft weer leren genieten van andere dingen dan defensiegerelateerde aangelegenheden. *Als ik mij drie jaar geleden nu had horen praten, dan had ik mezelf voor gek verklaard. (...) En dat ik zo zou praten, dat had ik niet gedacht. Ik bedoel toen ik 22 was, hoorde ik wel eens mensen van 'ik mis mijn vriendin' of 'ik mis mijn kinderen', en dan had ik zoiets van: Wat een gelul, dit is het toch. Dit is toch je familie? Dat is het prachtigste wat er is! Wat kletsen ze nou.* Nu gaan zulke dingen ook bij Paul spelen en kan hij zich heel goed inbeelden hoe die mensen zich gevoeld hebben. En dat vindt hij een verrijking, want hij heeft er ook van geleerd. Hij hoort zichzelf wel eens tegen zijn leerlingen hierover praten. *Ik zeg 'ja, ik weet dat ik als een oude lul klink, dat dacht ik precies hetzelfde namelijk, toen ik zo oud als jullie was, maar er is wel meer in het leven dan alleen dit'.* Door dit aan zijn leerlingen over te brengen, geeft Paul zin aan zijn eigen (missen van) ervaringen. Zijn houding is veranderd, door eerst een, naar eigen zeggen, te intensief defensielevens te hebben en nu in te zien dat het leven nog meer te bieden heeft. Het gaat hier niet zozeer om morele waarden en normen, maar wel om datgene waar Paul waarde aan hecht en wat zijn levenshouding beïnvloed. Hij reflecteert en geeft op basis van het heden, duiding aan zijn verleden (in de zin dat hij nu een aantal zaken begrijpt en dat een verrijking vindt) en richt zich op de toekomst. Niet alleen zijn eigen toekomst, maar Paul probeert ook op basis van zijn eigen zinservaringen zijn leerlingen wat mee te geven. Het aspect wat hierin naar voren komt is 'hier & nu en procesmatig'. Een ander aspect wat hierin meespeelt is 'samenhang en oriëntatie'. Door zijn eigen vroegere en huidige gedragingen in een groter geheel van zijn eigen leven te plaatsen oriënteert hij zich op de toekomst.

- Eigenwaarde, competenties

Paul ontleende zin en betekenis aan het werken bij defensie. Dat is ook waar hij goed in is. *Ik ben niet gemaakt voor hier, ook niet voor les te geven, ik kan het wel go.. naar wat ze zeggen: goed. Maar ik ben gemaakt, voor.. ja voor te vechten, en niet voor hier op de kazerne rond te rennen om hier mooi te zijn. Of wat dan ook. Nee, ik ben gemaakt voor dát. (...) Dat is het echte werk voor mij.*

Paul baalt dat hij uitzendingen mis loopt. Maar ook als hij kleinere dingen mist, zoals een gedeelte van de eindoefening van zijn leerlingen, omdat hij toen bezig was met zijn studie. Studeren doet Paul met dezelfde intensiteit en drive als zijn werk. *Ik heb het gemist, daar baal*

ik van. (...) Ik ben echt daarvoor gemaakt. En niet voor op school te zitten. Terwijl als ik op school zit en ik krijg mijn punten terug, dan denk ik van: hé, dat heb ik wel goed voor elkaar gebokst. Wat hem bevestigt in zijn eigen kunnen.

Met betrekking tot sociale contacten leggen was Paul niet zo zeker van zichzelf. Zijn medestudenten vertelden hem echter dat het hem goed afging.

In het kader van eigenwaarde en competenties, wil Paul niet in een bepaald aspect goed zijn, maar in alles wat hij doet en daar zet hij zich dan ook volledig voor in. Ook hierin komt het aspect van 'richting en evaluatie' naar voren, aangezien Paul in zowel zijn werk, studie als sociale contacten stilstaat bij hoe hij daarin functioneert. Hij twijfelt soms aan zijn eigen kunnen met betrekking tot zijn studie en sociale contacten, maar de bevestiging van anderen geeft hem aan dat hij op de goede weg is.

Met betrekking tot 'persoonlijke zingeving en zingevingskaders' heeft Paul benoemd dat hij katholiek gedoopt is, maar dat hij met name in zichzelf en de mens gelooft.

7.2. Militair 2

De aanslag op 15 juni, het zien van Timo Smeehuijzen in het getroffen voertuig, het bericht van het overlijden van Timo, het spelen met de kinderen, het later zien van de kinderlijkjes. Dit alles heeft Wouter diep geraakt en hij heeft moeite gehad met de verwerking ervan. Om deze indringende uitzendervaring een plek te kunnen geven, heeft het voor Wouter heel erg geholpen om er met de raadsman en met zijn collega's, gedurende de hele uitzending, over te praten. Ook thuis, tijdens zijn verlof, heeft Wouter er goed over kunnen praten. Door deze indringende ervaring ontstond er een breuk in de alledaagse zingeving en riep dat bij Wouter existentiële vragen op, zoals uit deze paragraaf zal blijken.

- (Gevoel van) controle, capabel en sterk voelen, gericht op overleving

Toen Wouter het bericht te horen kreeg dat Timo was overleden, kreeg hij een gevoel van machteloosheid, omdat ze er helemaal niks aan konden doen. En hij was heel erg kwaad. Het horen van meer details over de aanslag, nadat er een onderzoek was ingesteld, maakte het voor hem nog erger. Dat iemand zich had opgeblazen, terwijl er allemaal kinderen en vrouwen op die weg liepen, dat is voor Wouter onbeschrijfelijk.

Wouter voelde dus alles behalve controle en kon de gebeurtenis niet begrijpen of verklaren (geen *interpretive control*). De aanslag zorgde er wel voor dat Wouter zich richtte op overleving.

Na 15 juni was Wouter zich zeer bewust van het feit dat er ook iets met hem zou kunnen gebeuren. Hij hield dat constant in zijn achterhoofd. Het gevolg was dat hij voorzichtiger is geweest en meer alert was. Hij vertelde dat het na 15 juni voor hem moeilijker was om de poort uit te gaan. *Het heeft toch wel een tijdje geduurd, voordat ik weer durfde of er in ieder geval dat ik er een goed gevoel over had om weer weg te gaan.* Hij was bang dat het weer kon gaan gebeuren. Niks was zeker en niks was veilig. Hij zorgde ervoor dat kinderen uit zijn buurt bleven en wanneer auto's dicht in de buurt kwamen, had hij de neiging om er met een omweg omheen te gaan. *Terwijl het misschien niet eens nodig is, maar dat zijn toch wel dingen die je in je achterhoofd houdt. Ja, dat is toch wel heftig.*

Wouter hield vast aan een gevoel van primaire controle; hij probeerde zijn omgeving in de hand te houden. Deels is dit een illusie van controle, aangezien er altijd wat kon gebeuren, maar door zijn alertheid nam de controle zeker toe.

Wouter heeft bewust geprobeerd om weer greep te krijgen op zijn leven. Het verwerken van deze indringende ervaring was voor hem een proces. *Ik had voor mezelf gezegd 'ik wil het hier afsluiten, ik wil niet dat ik als ik zo meteen weer thuis ben, dat ik dan in de problemen kom, in wat voor zin dan ook'. Naarmate ik de gesprekken had met [raadsman 2] en met mijn eigen collega's, kon ik zeggen dat ik gewoon lekker in mijn vel zat, dat ik me gewoon normaal voelde. Natuurlijk, je hebt zo af en toe nog wel momenten dat je eraan terugdenkt. En daar had ik ook nog wel last van nachtmerries van wat er allemaal was gebeurd. Maar het was niet zozeer dat ik daar heel veel problemen mee had en dat ik eraan onderdoor zou gaan. Ik kon mijn eigen werk normaal uitvoeren en ik deed mijn eigen ding daar. En ik had naar mijn idee toch wel een goed gevoel. Ja, dat bedoel ik met 'een plekje geven'.*

In termen van de aspecten van zingeving was het voor Wouter belangrijk om het voor zichzelf ten tijde van de uitzending af te sluiten; het 'hier & nu en procesmatig'. Hij gaf daarbij aan dat hij nog wel aan de ingrijpende gebeurtenis terugdenkt. Het is, zoals raadsman 2 ook zei, een zeer indringende ervaring, die geleidelijk aan verwerkt wordt. Wouter nam het "een plekje geven" op als een activiteit die hij zelf, in samenspraak met anderen, kon bewerkstellingen ('activiteit en ervaring'). Het draait om het aspect van 'betekenisgeving en verwerking', waarbij het hier gaat om de verwerking van de indringende ervaring.

- Waarden & normen, rechtvaardiging, levenshouding

Zin geven aan het omkomen van een 20-jarige militair is mijns inziens onmogelijk. Het is echter wel mogelijk om zin te geven aan de missie door de waarde van de missie in Afghanistan te zien, zodat de militair niet voor een verloren zaak omgekomen is.

Wouter voelde zich machteloos en kwaad na het verliezen van zijn collega Timo, en heeft zichzelf afgevraagd of de missie dit wel waard was. Wouter vertelde dat hij, behalve dus vlak na het verliezen van Timo, nooit negatief tegenover de missie heeft gestaan. En hij staat nog steeds voor honderd procent achter de missie. *Omdat het gewoon heel erg belangrijk is. De mensen daar hebben het gewoon nodig. En omdat je zelf bij een Provincial Reconstruction Team gezeten hebt, je hebt een aantal dingen daar toch opgebouwd en ik zag daar in die vijf maanden dat ik daar heb gezeten toch vooruitgang. Wel hele kleine beetje, maar je zag vooruitgang.* Wouter noemt het voorbeeld dat de vrouwen op de vrouwendag zonder burka over straat liepen en de mannelijke militairen durfden aan te spreken. Hele kleine dingen die heel erg positief waren. *En als je dan die kleine kinderen ziet, die constant om een pen of om eten staan te vragen. En als je dan ziet dat die kinderen naar school zijn gegaan en met hun schoolspullen naar je auto toekomen, dat ze Engels kunnen schrijven, gewoon hele kleine woordjes, dat ze een huisje tekenen en vertellen dat het een huis is. Ja, dat zijn gewoon hele positieve dingen, ja daar putte ik na 15 juni mijn krachten uit.* Wouter heeft zich sterk vastgehouden aan het geloof in de missie en het goed doen voor zijn medemens.

Dit zit in de morele sfeer: het goed doen voor de ander en daar ook positieve zin uit ervaren. Het aspect wat hier speelt is 'samenhang en oriëntatie'; doordat Wouter de ingrijpende gebeurtenis in een groter geheel plaatste kon hij de zin van de missie blijven zien en daar nog meer kracht uit halen. Het meemaken van deze indringende ervaring heeft Wouter aangezet tot het oriënteren op zijn levenshouding.

Door het zien van de aanslag is Wouter gaan nadenken over zijn leven en zijn houding op hoe hij in het leven wil staan. Door het besef van de eigen eindigheid en de kwetsbaarheid van de mens, is hij tot het besef gekomen dat hij meer uit het leven wil halen, meer wil genieten. *Ik heb een aantal dingen meegemaakt en daar ben ik wel wijzer van geworden, daar heb ik veel dingen van geleerd. (I: Wat heb je geleerd?) Dat niks zeker is in het leven. Dat het ieder moment afgelopen kan zijn. (I: Ja. Dat is een harde les.) Ja, maar zo is het wel. En ja daarom ben ik wel van plan om wat meer te genieten van het leven. En een dag nemen zoals het is.*

- De relaties met (belangrijke) anderen

Wouter had tijdens de uitzending, voor 15 juni, twee keer meegemaakt dat ze werden aangevallen (*Troops In Contact*), maar dat deed hem niet veel. De impact van het verliezen van een collega, dat is waar hij het heel erg moeilijk mee gehad heeft. Ook het omkomen van Jos Leunissen en Tom Krist had een grote impact. Wouter zegt daarbij 'vooral daar'. Zonder familie en zonder vrienden, alleen via de telefoon, brieven of email kon hij contact hebben. *Ja, je moet het daar toch met elkaar doen. Daar gebeuren zulke dingen en je zit er zelf middenin.*

Tijdens zijn uitzending is Wouter twaalf dagen op verlof naar huis geweest. Hij heeft over 15 juni gepraat. Hij heeft beschreven hoe alles was gegaan en dat heeft hem geholpen. Na één dag praten heeft hij het een beetje achter zich gelaten, omdat hij ook wilde genieten van het thuis zijn met zijn dierbaren. Eenmaal terug had Wouter moeite om opnieuw op te starten. (Weer weg van huis en nieuwe mensen waarmee hij moest samenwerken.)

De raadsman, voor zijn verlof een 'tijdelijk belangrijke ander' was geroteerd en dat vond Wouter wel even moeilijk, omdat de raadsman een spreekbuis voor hem was geweest.

Na 15 juni is Wouter over een aantal dingen gaan nadenken, onder andere dat het hem ook zou kunnen overkomen. Hij heeft besloten om uit dienst te gaan. *Ook mede door het thuisfront, want mijn vrouw en mijn twee kinderen, die hebben er toch wel, het half jaar dat ik weg was, heel veel moeite mee gehad. En dat zegt voor mij toch ook wel wat. Ik vind mijn gezin belangrijker dan mijn werk.*

De relaties met belangrijke anderen komt hier, vanuit het analysekader voor zingeving op twee manieren aan bod. Ten eerste de helpende werking van het praten met (tijdelijk) belangrijke anderen over de aanslag. In de uitzendsituatie kon Wouter niet optimaal contact hebben met zijn dierbaren, maar sprak er over met de raadsman en collega's. Dit houdt ook verband met het aspect 'individueel en interpersoonlijk'; Wouter had de contacten met anderen nodig. Ten tweede het betrokken zijn op belangrijke anderen en in die relaties zin ervaren. Voor Wouter is zijn gezin het belangrijkste.

- Doelen, (levens)perspectieven, richting geven aan het eigen leven

Voor zijn uitzending was Wouter bezig met het traject om onderofficier te worden, maar na 15 juni heeft hij besloten om de dienst uit te gaan. *Het werk bevalt me nog wel, maar na 15*

juni ben ik toch ook daarover gaan nadenken van 'wat wil ik nu eigenlijk' en 'is het mij mezelf wel allemaal waard'. Als Wouter zijn gekozen traject zou volgen, zou de kans groot zijn dat hij terug zou moeten naar Afghanistan en dat hoeft voor hem niet. Ik vroeg hem af het om Afghanistan ging of dat hij sowieso niet meer op uitzending wilde. Ja, gewoon alle uitzendingen. Ik ben nu twee keer weggeweest en ik ervaar het nog steeds als heel erg positief, maar ik vind dat er nu iemand anders weg mag. Ja, ik ben nu twee keer weggeweest en dat vind ik meer dan genoeg.

Wouter heeft op basis van 'evaluatie en richting' zijn (werk)leven bezien en heeft zijn doel bepaald om op korte termijn uit dienst te gaan. Hoewel hij positief tegenover zijn beroep en de uitzendingen staat, kiest hij voor zichzelf en zijn gezin.

Het zingevingsgebied 'eigenwaarde en competenties' is niet in het gesprek met Wouter naar voren gekomen. Verder is er ook niet een bepaald (religieus) zingevingskader naar voren gekomen ('persoonlijke zingeving en zingevingskaders'). Maar zoals ik eerder (in 3.1.1) aangaf, ben ik daar ook niet naar op zoek gegaan, maar stond ik er open voor als blijken zou dat een bepaald zingevingskader een rol zou spelen in de persoonlijke zingeving.

7.3. Militair 3

- (Gevoel van) controle, capabel en sterk voelen, gericht op overleving

Op het moment van het vertrek naar Afghanistan gingen er gevoelens van angst door Jan heen. Hij vond het een hele stap om naar het onbekende te gaan, niet wetend waar hij terecht zou komen. Er ging van alles door zijn hoofd heen en hij dacht aan dat het niet zeker was dat hij heelhuids terug zou komen. Hij ging, zoals hij zelf zei, doemdenken. Bovendien had hij nog nooit gevlogen, wat hij ook spannend vond. Eenmaal daar was hij vrij snel gewend aan zijn tijdelijke leven in Afghanistan.

Jan begon zijn verhaal over zijn uitzending met te vertellen dat in de tijd dat hij in Kandahar was er drie granaten op het kamp waren neergekomen.

Geen gewonden, dus.. dat viel op zich ook nog wel mee. Ja de eerste keer is het natuurlijk wel schrikken als zo'n granaat naar beneden komt. Dan gaat opeens, midden in de nacht, om drie uur geloof ik was het, ging het alarm af. (...) En ik zat rechtop in bed, want ik was ervan geschrokken, alleen ik was nou eenmaal zo van de kaart, zeg maar van het slapen, ha. En dan

ga je (...) een beetje in je ondergoed, en ha je neemt je laarzen maar even mee en haha je strompelt een beetje naar buiten met je helm en je harnasje en je geweer. En dan ga je maar even in de bunker zitten, want ja je weet maar nooit of er nog wat meer naar beneden komt natuurlijk. Safety first, natuurlijk. Dus... Ja dat is wel even een raar.. een raar moment. En daarna die twee keren, ja op zich.. De tweede keer schrik je bijna al niet meer. Nee, nee het valt reuze mee. En dan bij de derde keer dan is het helemaal zo van 'och' haha.

De manier waarop Jan dit verhaal vertelde was haast onverschillig en hij lachte op een schampere manier. Het was wel één van de eerste dingen die hij vertelde, maar hij deed zelf alsof het niets voorstelde. Zoals gezegd weet ik niet alle ins en outs van Jan zijn verhaal, maar aangezien de raadsman mij vertelde dat Jan tijdens zijn uitzending bang was geweest, komt dit op mij over als een tegenstrijdigheid. Alsof Jan het gevoel had dat hij zijn stoere militaire identiteit tegenover mij hoog moest houden. Ik heb nog wel even doorgevraagd naar de ervaring en zijn beleving van de mortiergranaten die op het kamp vielen, maar Jan deed het af als Nederlandse nuchterheid en gewenning. *'Ik heb daar niet een specifiek gevoel bij gehad of zo. Van angst of van.. weet ik veel wat, boosheid of bezorgdheid of... Totaal niet. Nou ja het is in principe wel zo: ja je rent natuurlijk met z'n allen naar zo'n bunker toe, dan sta je in die bunker, en dan gaan ze koppen tellen natuurlijk hè.* Hij vertelde dat hij direct kon zien dat iedereen er was en er niets aan de hand was. Jan zegt in dit stukje letterlijk dat hij geen gevoel van angst had. Ik kan en wil verder dus niks concluderen, maar voor mijn gevoel klopte het niet helemaal. Aangezien ik Jan aan het interviewen was (en geen raads gesprek aan het voeren was), vond ik het ook niet gepast om door te blijven gaan hierover. Bovendien wist ik toen nog niet wat de raadsman mij later vertelde.

Die granaten, die ploften zover van je vandaan, dat kamp is zo groot. En ja.. ik weet niet, heel veel mensen zeggen van 'nou ja goed, als je naam erop staat..'. Weet je wel, dan.. ja dan heb je pech natuurlijk. Maar... nou ja goed, ik kan er zelf niet zo over denken. Ik denk daar iets anders over, ik denk... Nou laat ik het zo zeggen, ik ben het er wel mee eens, maar.. tuurlijk het gevoel zegt wel wat anders natuurlijk, want tuurlijk, je weet maar nooit. Maar het is niet zo dat je nou de hele dag en de hele nacht daaraan denkt of zo. Totaal niet. Ik weet niet.. ja het is niet zo... Ja het is, ja het klinkt misschien voor een ander heel spannend en zo, maar ja, als je het één keer hebt meegemaakt, ja dan.. valt het ook wel weer wat mee, haha. Dus ja, het is heel moeilijk te omschrijven, maar ik heb daar niet echt een gevoel bij gehad, of zo.

Jan vertelde verder over de vliegreis van Kabul naar Kandahar in een Hercules, die hij verschrikkelijk vond. In een Hercules zit je aan de zijkant naast elkaar en je vliegt ook opzij, door het ‘tactische’ vliegen hing Jan afwisselend voor- en achterover. Op een gegeven moment zakte een collega van Jan in elkaar tegen hem aan. *En er kwam ook een beetje speeksel uit zijn mond, en ik heb hem een paar tikjes tegen zijn gezicht aan gegeven, maar hij gaf geen reactie. Dus ik heb geprobeerd op dat moment, om zijn pols te voelen. Die voelde ik ook niet, toen schrok ik natuurlijk heel erg. Toen heb ik gelijk door het hele vliegtuig heen geroepen, van dat hij geen pols heeft.* Jan kon zich nog goed herinneren dat er een Amerikaan opstond, die zijn collega een hele harde klap in zijn gezicht gaf, waardoor de collega weer bij kwam. En gelukkig waren er twee artsen aan boord, die meteen een infuus hadden aangelegd. Na een noodlanding gemaakt te hebben op een andere basis, zodat de collega en een arts naar de ziekenboeg konden, zijn ze weer verder naar Kandahar gevlogen. Op dat moment kreeg iemand last van zijn rug en toen de overgebleven arts rugoefeningen met hem aan het doen was, greep hij naar zijn kruis. De man crepeerde van de pijn en later bleek dat hij last had van nierstenen. *Adrenaline natuurlijk en een polsslag van 180 op dat moment natuurlijk.* Jan had dus al heel wat meegemaakt voordat hij überhaupt op de plek van bestemming was. Ik kreeg het idee dat het een grote indruk op Jan had gemaakt, zeker het moment dat hij geen polsslag voelde bij zijn collega.

Ook de terugreis van Kandahar naar Kabul verliep niet zoals Jan gehoopt had. *In die stomme propellerkist* kwamen ze de bergketen bij Kabul niet over omdat ze de cabine niet op druk konden brengen. Ze zijn teruggevlogen en op Kandahar bleek dat er iets niet goed was met de deur, die had niet goed dicht gezeten. *Dus op dat moment was het helemaal afgelopen met mij, ik had er helemaal geen vertrouwen meer in.* Tijdens de nieuwe poging konden ze niet landen vanwege het slechte weer. De volgende dag is Jan met een rustigere vlucht in een Engels vliegtuig in Kabul aangekomen, om een dag later terug naar Nederland te gaan.

- De relaties met (belangrijke) anderen

Jan had het behoorlijk zwaar met het afscheid nemen van zijn vader en zijn vriendin, die hem hadden weggebracht. In Kandahar was hij druk bezig met zijn werk, wat afleiding gaf en 's avonds was hij te moe om na te denken en viel hij zo in slaap.

De overige gebieden van zingeving kwamen in het gesprek met Jan niet naar voren. Ook wat betreft de aspecten van zingeving hoor ik in het verhaal van Jan weinig terug. Dit komt omdat

Jan wel vertelde over gebeurtenissen en indringende uitzendervaringen, maar er niet dieper op in kon of wilde gaan met betrekking tot wat het met hem deed, hoe hij daarmee om is gegaan en hoe dat nu voor hem is. Als mijn interpretatie van de discrepantie correct is, op basis van wat Jan en de raadsman mij verteld hebben, dan zijn het juist de aspecten van ‘betekenisgeving en verwerking’, ‘samenhang en oriëntatie’ en ‘richting en evaluatie’ waaraan Jan in het kader van zingeving wil werken. Zijn alledaagse zingeving is blijkbaar gestagneerd en hij wil met behulp van de raadsman en de psycholoog aan de kwesties die voor hem spelen werken. Jan geeft aan dat de gesprekken met de raadsman geholpen hebben (daarover meer in hoofdstuk 8), maar wilde over de inhoud niet praten. Jan wil meer greep, meer controle krijgen op zijn leven en de andere gebieden zouden daarmee samen kunnen hangen.

7.4. Conclusie

Om te beginnen zal ik iets zeggen over het feit dat in de bovenstaande beschrijving van zingeving door de militairen niet telkens alle vijf de zingevingsgebieden vermeld staan (zie ook 2.4.4). Het wil namelijk niet zeggen dat de militairen geen bronnen van zin hebben in deze categorieën, maar wel dat die in het interview niet naar voren zijn gekomen. Ik kan daaruit concluderen dat deze gebieden en bronnen in de zingeving aan deze indringende ervaringen geen of een minder grote rol hebben gespeeld.

Ik heb ervoor gekozen om niet op basis van de literatuur omtrent zingeving het gesprek met de militairen in te gaan. Deze keuze is gebaseerd op de reden dat ik het belangrijk vond om me met heel mijn aandacht te richten op het (levens)verhaal van de militair en niet (als een soort verborgen agenda) op zoek wilde gaan naar ‘daar zit vast nog wat’. Mijn interviews waren gericht op het narratief en door middel van doorvragen wilde ik dieper op datgene wat de militairen vertelden ingaan, maar ik wilde niet een rijtje afwerken. Mijn insteek was dat datgene wat voor de militairen van belang was op deze manier naar boven zou komen in het gesprek en ik heb daarom ook veel ruimte geboden voor uitweidingen.

Na het uitgebreid neerzetten van de verhalen van de militairen omtrent zingeving is de vraag of de militairen zin aan hun uitzendervaringen hebben kunnen geven en welke zin dat dan is.

Voor Paul hield zijn 'breekmoment' en het verlies van controle op aspecten in zijn leven in dat hij zich ging bezinnen op wat hij met zijn leven wilde en wat hij belangrijk vond. Door verschillende indringende ervaringen en het besef dat hij volledig gefocust was op defensie en met name op uitzendingen, is hij zijn levensperspectieven gaan herzien. Hij zit midden in het proces van zijn leven een nieuwe richting te geven. Vooral de relatie met zijn vriendin heeft hem daartoe aangezet. Hij wist altijd al dat er een leven buiten defensie was, en was ook van plan daar in de toekomst aandacht aan te schenken, maar bevond zich in de situatie dat hij zelf niet zag waar hij mee bezig was. Voor Paul hebben de gesprekken met de raadsman in gang gezet dat hij problemen in zijn leven ging aanpakken en nieuwe doelen en perspectieven in zijn leven heeft gevonden, waarbij hij voornamelijk zijn energie meer wil inzetten voor het beginnen en onderhouden van relaties met (belangrijke) anderen.

Voor Wouter is de zingeving aan zijn indringende uitzendervaring vooral het een plek kunnen geven en verder kunnen met zijn leven. Aan de indringende uitzendervaring op zich valt geen zin te ontleen, maar Wouter heeft door die indringende uitzendervaring verdere zin gegeven aan zijn leven. Hij is tot de conclusie gekomen dat hij defensie gaat verlaten. Om zelf niet meer uitgezonden te worden (met alle risico's) en om meer tijd bij zijn gezin te kunnen zijn.

Jan is bezig met de greep op zijn leven, een gevoel van controle, terug te krijgen. De gebeurtenissen in de Hercules hebben grote indruk op hem gemaakt. Ik verwacht de mortiergranaten ook, maar zoals gezegd kan ik daar niets over concluderen. Beide hebben wel te maken met het geen controle hebben over er wat er in je omgeving gebeurt en geconfronteerd worden met het feit dat het leven zomaar afgelopen kan zijn. Jan is met de raadsman aan de slag gegaan om zijn (privé)problemen helder te krijgen, en het is zijn doel om greep op zijn leven te krijgen en richting te kunnen geven aan zijn leven.

Het zijn drie heel verschillende verhalen en die vallen niet goed te generaliseren naar de grote populatie militairen (van verschillende achtergrond, leeftijd en opleidingsniveau). De aanleidingen tot zingeving zijn echter wel met het militair-zijn verbonden, en er kan zondoende geconcludeerd worden dat meer militairen met de volgende situaties te maken hebben. Het indirect ervaren van een mogelijk effect van gebruik van geweld (naar aanleiding van het verhaal van Paul), het zien van geweld en daarbij de mogelijkheid om een collega te verliezen (naar aanleiding van Wouter zijn verhaal), en het ervaren van de dreiging van

geweld (Jan zijn verhaal). Daarbij blijkt het (missen van een) gevoel van controle te hebben een belangrijke factor met betrekking tot zingeving te zijn. Ook de relaties met anderen, het richting geven aan het eigen leven op basis van doelen en perspectieven, en op basis van belangrijke waarden een levenshouding bepalen blijken belangrijke bronnen van zin. Door stil te staan bij deze bronnen en ze een verdere of versterkte invulling te geven, geven de militairen na de meegemaakte ervaringen zin aan hun leven.

8. Waardering van de begeleiding

Onderzoeksvraag twee – deel B

Hoe waarden deze militairen de begeleiding van de humanistisch geestelijk verzorgers?

Ik heb de militairen gevraagd naar hun gesprekken met de raadslieden en wat ze daaraan hebben gehad. Alle drie de militairen waren heel positief, ze deden uitspraken als: ‘het waren hele prettige gesprekken’, ‘ik vond het fijn om met hem te praten’, ‘ik waardeer het zeer’ en ‘ik ben hem heel erg dankbaar’. Deze positiviteit vind ik niet opmerkelijk, aangezien de militairen meerdere gesprekken met de raadslieden hebben gehad. Als ze het eerste gesprek niet als positief hadden ervaren, waren ze vast niet meer naar de raadslieden gegaan.

Bovendien stemden deze militairen in met een interview over (onder andere) de raads gesprekken. Wat naar mijn idee eventueel wel had kunnen voorkomen, was dat een militair zou zeggen dat hij met een bepaalde opmerking van de raadsman helemaal niets kon of dat hij het er niet mee eens was, maar dat was niet het geval.

Alle drie de militairen hebben gezegd dat de gesprekken met de raadslieden hen hebben geholpen. Ik heb concrete voorbeelden gevraagd van wat de raadsman zei of deed, wat ze als positief hebben ervaren en waar ze wat aan hebben gehad. Wouter en Jan vonden het wat moeilijker om daar antwoord op te geven. Paul wist zonder erover na te denken wat de precieze vraag van de raadsman was, die voor hem alles in gang heeft gezet. Ik begin hieronder (bij ‘confronteren’) met deze vraag, en ga vervolgens andere aspecten langs, die in de interviews naar voren kwamen. Daarbij leg ik een link met de competenties van raadslieden, zoals verwoord door de Dienst humanistisch geestelijk verzorging defensie (DHGV) en die in paragraaf 3.4 naar voren zijn gekomen. Ook komt het fundament onder geestelijke verzorging, de vrijplaats, naar voren. Als mede het verschil met ‘de begrijpende buurvrouw met het kopje koffie’, waar ik het ook met raadvrouw 4 (in 4.3.1) over heb gehad. Vervolgens ga ik in op het al dan niet ervaren van een drempel door militairen om met een raadsman te gaan praten. Ik sluit af met wat enkele raadslieden in de interviews over waardering hebben verteld.

8.1. De militairen over de raads gesprekken

- Confronteren

DHGV: *'soms confronteren en spiegelen'*

De raadsman heeft Paul, volgens eigen zeggen, echt wakker geschud. Op een gegeven moment, na een heel gesprek, stelde de raadsman de vraag: waar ben je het meeste bang voor? In eerste instantie dacht Paul 'lastige vraag, ik ben niet zo heel snel bang'. *En toen zei hij 'wat zou nou het ergste zijn wat jou kan overkomen?'. Nou toen ben ik gaan nadenken. 'Het ergste wat mij zou kunnen overkomen, waar ik bang voor zou kunnen zijn, is dat mijn relatie kapot gaat'*. Daarop heeft de raadsman heel confronterend gezegd dat als Paul zo door zou gaan, het ergste waar hij bang voor was hem zou overkomen. *En toen was voor mij ook wel heel erg duidelijk dat ik er iets aan moest gaan doen. Dat ik stappen moest gaan ondernemen om m'n hoofd weer op orde te krijgen, want het was gewoon één grote chaos.* Het effect van die ene confronterende vraag is voor Paul de doorslag geweest om aan de slag te gaan met de kwesties die voor hem speelden, en om naar de psycholoog te gaan. Een jaar later, ten tijde van het interview, is Paul een heel eind verder gekomen, maar weet nog goed dat de eerste stappen 'in deze stoel' zijn gezet. Paul is de raadsman erg dankbaar voor de eyeopener die hij had gegeven, zodat hij inzag dat hij er iets aan moest gaan doen. De confrontatie met zijn eigen gedrag was voor Paul de juiste manier. Hij voegde hieraan toe dat de raadsman met de confrontatie hem heeft weten te raken. *En daarom is die vraag, die is echt.. die is goud waard.(...) Ja die hakte erin, ik schoot ook helemaal vol, normaal ben ik niet heel erg emotioneel, maar toen was ik zeer zeker emotioneel. Toen zag ik wel pas waar ik mee bezig was.(...)Hij heeft me echt dusdanig een 'klap' verkocht, dat ik zoiets had van 'dong', ja die zat, die zat echt. En wat ik al zeg, die gaat er ook, ik denk nooit meer van mijn leven uit. Want dat heeft mij van het rondje afgeholpen naar het volgende station.* Paul gaf nog wel aan dat hij zich kon voorstellen dat een confronterende manier niet bij iedereen werkt, doordat iemand zich dan bijvoorbeeld aangevallen voelt.

- Een klik hebben

DHGV: *'op basis van gelijkwaardigheid de dialoog voeren, het gesprek leiden'*

Daarnaast zei Paul dat het ook moet klikken. Hij vertelde me dat hij de raadsman spontaan en oprecht vond, en oprechtheid is ook iets waar Paul zelf voor staat. *Als iemand oprecht is en die confronteert me, dan is de acceptatie voor mij natuurlijk ook groter.* Ook het feit dat de

raadsman na de gesprekken nog af en toe even langs kwam, opbelde of een sms stuurde kon Paul waarderen.

Wouter vertelde dat hij meteen een klik had met de raadsman en de gesprekken als heel erg positief waardeerde. *Het ging niet alleen over de problemen, het ging over van alles. Daar had ik gewoon zelf een heel fijn gevoel over.* Nadat Wouter terugkwam van verlof had de raadsman zijn uitzendperiode erop zitten. Er was wel een andere geestelijke verzorger, maar daarmee had Wouter niet echt een klik. Hij is één keer langs geweest. Wouter zei dat hij het ook niet zozeer meer nodig had, maar als de raadsman er nog was geweest was hij zeker regelmatig langs gegaan.

Jan gaf aan dat hij in het begin tegen de raadsman had gezegd dat hij niet zo gemakkelijk over zijn eigen problemen praatte, en zeker niet bij iemand die hij nog niet kende. Hij voelde zich naar eigen zeggen wel snel op zijn gemak bij de raadsman.

- Vertrouwensband

DHGV: 'de vrijplaats: strikte geheimhouding, grote mate van vertrouwen'

Paul vertelde dat de raadsman ook zijn eigen ervaringen deelde, wat voor Paul in een korte tijd een vertrouwensband opbouwde. Daardoor kon hij tot inhoudelijke gesprekken komen.

Jan vertelde ook dat hij een vertrouwensband met de raadsman heeft opgebouwd. Hij vindt het erg jammer dat de raadsman binnenkort wordt overgeplaatst, waardoor hij waarschijnlijk naar iemand anders toe zal gaan. Dan moet hij opnieuw zijn hele verhaal vertellen en een band opbouwen. De raadsman weet het hele verhaal en weet hoe Jan daarin staat, bovendien weet Jan dat wat hij tegen de raadsman zegt onder hen blijft. *Ik weet zeker dat ik hem wel kan vertrouwen met een heleboel dingen die andere mensen niet mogen weten.*

- Luisteren en de tijd nemen

DHGV: 'een onbevangen wijze van luisteren, belangeloze aandacht'

De drie militairen vertelden dat de raadsman goed kon luisteren. Paul voegde toe dat de raadsman ook alle tijd voor hem nam. Wouter zei erbij dat de raadsman hem liet uitpraten. Jan had *echt het gevoel dat hij luisterde, hij begreep ook waar ik het over had.* En voegde daaraan toe dat veel mensen niet echt luisteren, maar geneigd zijn hun eigen verhaal kwijt te kunnen.

- Vragen stellen

DHGV: 'via open vragen verder verdiepen van het verhaal tot existentieel niveau'

Jan heeft de raadsman aangegeven wat in korte lijnen het probleem was, waarop deze vragen ging stellen. Door de vragen kon Jan zijn verhaal vertellen. *Je moet meer dingen uit me trekken, dan dat ik vanzelf het bij wijze van spreken in de groep gooi.*

- Inzicht en bewustwording

DHGV: *'bevestigen van het verhaal vanuit empathie en door het gesprek samen te vatten'*

De raadsman stelde Paul vragen en liet hem reflecteren, wat Paul tot het inzicht bracht dat hij het niet meer allemaal alleen kon oplossen en dat het onmogelijk was de gebeurtenis met zijn vriendin zo naast zich neer te leggen. De raadsman heeft Paul een aantal zaken die hij vertelde van een andere kant laten zien, met een andere belichting. Paul vertelde dat hij op een gegeven moment in een kringetje van frustratie en ergernis zat. Door de 'helikopterview' die de raadsman gaf, zijn voor hem de ogen open gegaan. Door de confrontatie en zijn verhaal van een andere invalshoek te zien, werd Paul zich volgens eigen zeggen bewust van het feit waar hij mee bezig was.

Voor Jan heeft de raadsman dingen meer inzichtelijker gemaakt, *dingen waar ik mee zat, onduidelijkheden voor mij. Het klinkt heel vaag, omdat ik er eigenlijk niet dieper op wil ingaan. Maar hij heeft gewoon bepaalde dingen..., voor mij een helder beeld geschetst. En tekst en uitleg gegeven, waarom bepaalde dingen zo zijn of niet zo zijn.* Dat waardeert Jan erg en het heeft hem geholpen om een stap verder te komen in het oplossen van zijn problemen.

- Tips en adviezen

DHGV: *'advisering en begeleiding'*

Wouter vertelde dat hij het idee had dat hij wel wat kon met de dingen die de raadsman vertelde. Op mijn vraag of hij een voorbeeld kon noemen van wat de raadsman vertelde, antwoordde hij: *Dat is een beetje te lastig. Meer over.. om dingen te verwerken zeg maar. Hoe je de thuissituatie, hoe je daarmee moest omgaan, als ze je vragen stelden daarover, onder andere over 15 juni. Gaf hij gewoon een aantal tips om er goed over te kunnen praten. Ja, ik heb eigenlijk wel hele goede gesprekken gehad met hem. Wat ik net ook al zei, het ging niet alleen over die aanslag van 15 juni, maar later hadden we het ook gewoon over privédingen, hadden we het over mijn kinderen.*

Jan gaf ook aan dat de raadsman hem advies en tips gaf over hoe hij bepaalde dingen kon aanpakken.

- Praten en verwerken

‘De begrijpende buurvrouw met het kopje koffie’ is niet hetzelfde als raadswerk. Wouter legde nadruk op het belang van het praten over de indringende ervaringen, met collega’s en met de raadsman. *Het heeft mij gewoon heel erg geholpen, om het daar een klein beetje te verwerken. Ik heb daar geprobeerd om het toch ergens een plaatsje te kunnen geven. En ik moet zeggen, dat is me toch wel aardig gelukt. En dat is mede door de gesprekken die ik daar gevoerd heb, dat heeft mij echt geholpen.* Aangezien Wouter had aangegeven dat hij het echt nodig had om met iemand te praten en ook zei dat hij goed met zijn collega’s kon praten, vroeg ik hem naar het verschil tussen de gesprekken. Wouter vertelde dat hij ook wel goed werd opgevangen door zijn collega’s (en andersom), maar dat hij op dat moment iemand nodig had die ervoor geleerd had en wat meer verstand van zaken had. *Ik stond wel op het punt van: ik moet nu op dit ogenblik met iemand praten. Meer omdat ik het gewoon zelf moeilijk kon verwerken. Ja, dat was toch wel iets ingrijpends wat je meegemaakt hebt. (...) Ik had op dat ogenblik dat ik naar hem toeging het ook wel echt nodig. Ik denk zelf als ik de gesprekken niet had gehad, ik eraan onderdoor ging.*

8.1.1. Een drempel?

Raadsman 1 heeft gemerkt dat sommige militairen moeilijk kunnen inschatten of ze met iets naar de geestelijke verzorging zullen gaan, of dat ze er zelf moeten zien uit te komen. Ze werpen vaak een drempel op: ‘daar ga ik de geestelijke verzorger toch niet mee lastig vallen’. De raadsman kan zich dat goed voorstellen, maar benadrukt altijd: *sommige vragen zijn gewoon te groot voor een mens alleen, dus daar moet je gewoon een ander mens bij pakken.*

Voor Paul, voor wie het een hele stap was om bij een geestelijk verzorger te zitten, was het prettig dat het heel vrijblijvend was. In de zin dat de raadsman aangaf dat als hij niet meer wilde praten, hij gewoon kon opstaan en weggaan, ‘even goede vrienden’. En Paul had ook niet het idee dat de raadsman ergens iets achter ging zoeken of dacht ‘dat heb ik wel eens eerder gehoord of gelezen, het zou dat wel eens kunnen zijn’.

Paul had in eerste instantie erg last van een gevoel van schaamte, omdat hij hulp nodig had aangezien hij er zelf niet uit kon komen. Het raakte hem in zijn eer. Naar een geestelijk verzorger of psycholoog gaan is in de defensiewereld (en ook voor Paul) een beetje een taboe. ‘Niet lullen, maar doorgaan’ is de tendens. Paul zijn trots kwam in het gedrang. Hij kon de

twee functies die hij op dat moment had best aan, maar in één keer brak hij. De tranen stonden hem haast in de ogen toen hij aan zijn baas moest vertellen dat hij naar de SIH (sectie individuele hulpverlening van defensie), naar de psycholoog ging. Paul is ervan geschrokken hoe druk het bij de SIH is. Als hij er naartoe gaat, hoopt hij dat hij niemand tegenkomt die hij kent of die hem kent. Zijn eer en trots. Aan de andere kant vraagt hij zich af waar hij zich druk over maakt: iedereen die hij daar tegenkomt, zit er met dezelfde reden. Paul vindt het zelf eigenlijk best erg dat hij té trots is.

Paul vertelde later in het gesprek dat zijn schaamtegevoel nu wel weg is, en dat hij door deze ervaring heeft geleerd dat het er wel bij hoort. Een militair is een mens in een pak. Het is mij duidelijk geworden dat het voor Paul een hele overwinning is geweest om dit voor zichzelf toe te geven, dat een mens kan breken en daar hulp bij nodig kan hebben (en kan krijgen). Paul heeft niet alleen voor zichzelf het taboe (redelijk) doorbroken, maar hij probeert dat ook mee te geven in zijn lessen. Hij heeft zin gegeven aan zijn eigen breekmoment en hulpvragen. Hij vertelt leerlingen *dat je op de hoogte moet zijn wat bepaalde mensen kunnen betekenen voor jou, dat ze wel eens belangrijker kunnen zijn, dan dat je misschien in eerste instantie zou denken*. Paul heeft ervan geleerd en probeert ook die ervaring, net als alle andere ervaringen die hij op militair vlak heeft opgedaan, te delen. Het is niet zo dat hij aan de grote klok hangt dat hij bij de SIH loopt, maar hij probeert wel duidelijk te maken dat het niet voor niets is dat er geestelijk verzorgers, maatschappelijk werkers en psychologen bij defensie rondlopen.

8.2. Raadslieden over waardering

Raadsman 0 vertelde dat hij strikt is op zaken als: zitten we op de goede weg, hebben we rapport, schiet het op. Hij checkt dat ook altijd. *Het is een stap zetten en checken, een stap zetten en checken. Maar de volgorde waarin en welke methode ik tijdens zo'n gesprek gebruik, dat varieert*. De raadsman vertelde dat als iemand een beetje glazig begint te kijken, hij dat meteen benoemt. Ik vroeg hem of militairen het volgens hem zouden zeggen als ze niet zo positief over het gesprek waren of dat ze dan sociaal wenselijke antwoorden zouden geven. Voor de raadsman is dat een gevoelskwestie en hij gaf aan dat hij een gebrek of een te veel aan enthousiasme zou benoemen. De raadsman haalt zijn voldoening uit zijn werk als hij waardering voelt.

Op mijn vraag waar raadsman 1 zijn voldoening in dit werk uithaalde, antwoordde hij (onder andere) ook het gewaardeerd worden, het iets kunnen betekenen voor de ander. Vooral als het niet alleen het ‘bedankt’ is op het moment dat iemand na het gesprek weggaat, maar juist het naderhand aangeven van de militair wat het hem opgeleverd heeft. *Dat vind ik ook altijd heel erg beeldend, mensen die hier dan ‘nou, raadsman, bedankt hè’, zeggen ze dan, nou dat hoort er natuurlijk ook een beetje bij, ‘joh, graag gedaan’, maar je bedankt nog veel meer, als je laat zien wat het met je gedaan heeft, wat het je opgeleverd heeft, dat je voort kunt.*

Als de raadsman iemand tegenkomt die hij gesproken heeft, vraagt hij hoe het nu gaat. En dan komt naar voren wat diegene aan het gesprek heeft gehad. Wanneer militairen zelf nog iets over het gesprek willen zeggen, sturen ze vaak een sms.

Raadsman 1 vertelde me overigens dat hij eigenlijk nooit stilstaat bij de keerzijde; dat het ook kan voorkomen dat iemand negatief tegenover een gesprek met hem zou staan.

Raadvrouw 4 gaf aan dat je de minder positieve ervaringen van de militairen met individuele gesprekken minder snel hoort, omdat ze het er dan meestal niet meer over hebben. De raadvrouw ervaart wel dat het tij ten opzichte van geestelijke verzorging bij defensie in positieve zin keert. Dit kan te maken hebben met veranderingen in het raadswerk en in de krijgsmacht.⁷

Op mijn vraag of de raadvrouw bewust naar de waardering en de beleving van militairen na een individueel gesprek vraagt, antwoordde ze dat ze dan het gevoel zou hebben naar complimentjes te vissen en dat vindt ze oneigenlijk. Ze probeert elk gesprek wel af te ronden met de vraag of het zo goed is voor de ander, maar daarmee bedoelt ze vooral of de tijd zo voldoende is. Wel is ze, net als raadsman 1, gericht op het horen of het naderhand beter met iemand gaat: *Het is wel zo, als op een gegeven moment iemand zegt ‘nou ja, het is nu wel goed’, ja dan weet ik eigenlijk genoeg, zeg ik ‘nou, kun je zo verder’ en ‘zien we elkaar over een maand nog een keer’, dan hoor ik daar ook uit en heb ik natuurlijk ook wel gemerkt aan iemand, dat het beter gaat, dat iemand meer grip heeft op de dingen.* De raadvrouw gaat er vanuit dat ze het wel zou merken als iemand het contact niet meer op prijs stelt.

⁷ Zie daarvoor onder andere: Frank J. Buijs (2000). *Contouren van nieuw beleid. Een onderzoek naar de toekomst van de humanistisch geestelijke verzorging in de krijgsmacht*. Dienst humanistisch geestelijke verzorging in de krijgsmacht/Universiteit van Amsterdam. Hoonte Bosch & Keuning, Utrecht
En: Jules Brabers (2006). *Van pioniers tot professionals. De dienst humanistisch geestelijke verzorging bij de krijgsmacht (1964-2004)*. De Tijdstroom, Utrecht

8.3. Conclusie

Concluderend kan ik zeggen dat deze militairen erg positief waren over de begeleiding en bijdrage van de raadslieden. Om indringende (uitzend)ervaringen te verwerken en eventuele problematische kwesties aan te pakken, is het in eerste instantie belangrijk dat het klikt tussen de militair en de raadsman. (Dit in ieder geval van de kant van de militair.) Het echt goed luisteren en de tijd nemen zijn twee aspecten die de militairen waarderen in de gesprekken met de raadslieden. Uit het onderzoek naar de diensten van de geestelijke verzorging binnen defensie (zie paragraaf 3.4) bleek ook dat het klaar staan van de geestelijk verzorgers, de goede gesprekken en het luisterend oor door de militairen als positieve ervaringen met de geestelijke verzorgers zijn genoemd.

Alles wat de militair zegt is vertrouwelijk, wat mijns inziens meespeelt in het vrijuit kunnen spreken over persoonlijke onderwerpen. Vooral voor Jan was dit naar mijn idee erg belangrijk. Voor militairen zou daarbij kunnen spelen dat de raadsman niet alleen een beroepsgeheim heeft en het gesprek dus vertrouwelijk is, maar dat daarmee samenhangt dat er voor hun loopbaan geen verdere consequenties zijn. Een raadsman valt buiten de militaire hiërarchie en een meerdere van de militair kan niet vragen naar de inhoud van het gesprek. De vertrouwelijkheid van de gesprekken kreeg uit het onderzoek naar de beleving van de geestelijke verzorging een 8,4, wat het belang ervan goed uitdrukt (in vergelijking met de algemene waardering van de individuele gesprekken van een 7,8).

De militairen gaven aan dat ze door de gesprekken met de raadslieden een helder beeld kregen van hun eigen situatie en gedrag. Het confronteren is een manier die raadslieden in kunnen zetten, de persoon in acht nemend ('kan hij het aan'). Ik vond het heel bijzonder dat Paul zich de exacte vraag kon herinneren die 'het balletje aan het rollen' bracht. De raadsman wist zelf niet meer goed wat hij precies had gezegd, maar hij had wel van Paul terug gehoord dat het allemaal bij hem begonnen was. Raadslieden geven militairen vaak hun eigen verhaal in een ander perspectief terug, wat inzicht en bewustwording kan bewerkstelligen. De bottom-line is dat de militair zijn eigen verhaal in alle rust kwijt kan, zonder daar op beoordeeld te worden, maar daar wel in dialoog in verder kan komen.

Ik kan geen uitspraak doen over het aantal militairen die een drempel ervaren om met een humanistisch geestelijk verzorger te gaan praten. Ook kan ik geen uitspraak doen van de hoogte van die drempel. Dat er voor sommige militairen een drempel ligt, is mij wel duidelijk

geworden uit de gesprekken met de militairen en de raadslieden. Mijns inziens valt deze drempel ook nooit in zijn geheel weg te halen, aangezien het een stap is naar een zorgverlener. Het voordeel bij de geestelijk verzorger is, is dat deze stap niet altijd vanuit de ander gemaakt hoeft te worden. Raadslieden zijn zeker niet alleen op hun kantoor bereikbaar, maar lopen rond op de werkvloer en spreken mensen aan (zonder dat daar direct een 'raadsgesprek' uit voort hoeft te komen). Uit de gesprekken met de raadslieden blijkt deze proactieve houding en in mijn stage heb ik dit ook ondervonden. Het vergroot de bereikbaarheid en zichtbaarheid van de raadslieden. Een militair herkent de raadsman en kan hem even aanschieten voor een praatje of om een afspraak te maken.

Uit het genoemde onderzoek blijkt dat de beschikbaarheid en de benaderbaarheid van de geestelijke verzorging in het algemeen en in eigen omgeving positief wordt gewaardeerd. In hetzelfde onderzoek komt echter ook naar voren dat de suggesties ter verbetering van de geestelijke verzorging vooral liggen op het vlak van de zichtbaarheid. De geestelijk verzorgers zouden volgens deze onderzoeksresultaten beter bereikbaar kunnen zijn en zich wat actiever kunnen opstellen (langskomen op de werkvloer).

Zoals gesteld is voor iets dergelijks als een waarderings- of tevredenheidsonderzoek mijn scriptie te beperkt, maar ik hoop toch een bescheiden bijdrage te hebben geleverd. En wellicht kan het een aanzet zijn tot verder onderzoek naar de waardering door militairen van individuele humanistisch geestelijke begeleiding.

9. Conclusie

Mijn onderzoek bestond uit voornamelijk drie aan elkaar gelinkte onderwerpen, te weten individuele humanistisch geestelijke begeleiding; zingeving; en indringende uitzendervaringen.

Ik wilde, naast theoretische en abstracte bewoordingen over het werk van een humanistisch geestelijk verzorger (in de krijgsmacht), achter de concrete invulling van de werkwijze van raadslieden in individuele gesprekken komen. Door middel van de interviews heb ik hier meer zicht op gekregen. Het is mij duidelijk geworden dat aan de ene kant er veel verschil bestaat tussen de raadslieden in de benadering van hun werk. Dit hangt samen met het beroep: de raadsman als professional en de raadsman als persoon kunnen niet gescheiden worden. En dat moet je volgens de raadslieden ook zeker niet willen. Raadslieden zetten juist veel van zichzelf in. Aan de andere kant is het ook duidelijk dat de raadslieden allen hetzelfde fundament, dat wil zeggen dezelfde insteek en humanistische houding in hun werk hebben. De mens, met al zijn (eigen)aardigheden en met al zijn (on)mogelijkheden staat centraal. En de raadslieden begeleiden de militairen in het ‘helpen zichzelf te helpen’. Dat ieder zijn eigen leven moet leiden staat als een paal boven water, en de raadslieden zetten zich in om daar ondersteuning bij te bieden.

Met betrekking tot zingeving bood dit onderzoek mij de gelegenheid om dit complexe concept uit te diepen. Tijdens de studie humanistiek is er veelvuldig gesproken over zingeving, maar toch bleef het deels een begrip waar ik niet helemaal grip op kon krijgen. Nu denk ik dat er over zingeving en zingevingsprocessen nog veel meer te lezen en te schrijven valt, maar binnen het bestek van deze scriptie heb ik voor mezelf een completer beeld gekregen. Vooral doordat ik op basis van een verscheidenheid aan literatuur uiteindelijk een onderscheid heb weten te maken in ‘de acht aspecten van zingeving’. Waarin zowel de procesmatige kant van zingeving, als de functies van zingeving aan bod kwamen. Ook de nadere concrete invulling van de behoeften aan zin geven, op basis van het model van (op de UvH alom bekende) Baumeister, met daarbij de visie van Lowenthal (voornamelijk voor de relationele kant een extra aanvulling) gecombineerd, maakte zingeving nog ‘tastbaarder’.

Om in gesprek te gaan met de raadslieden en militairen over het zoeken naar en het geven van zin, heb ik gekozen voor het kader van opgedane indringende ervaringen tijdens uitzendingen. Dit aangezien ik een uitzending een ingrijpend en wezenlijk onderdeel van het werken bij de krijgsmacht vind. Wezenlijk, aangezien de militair juist daarvoor getraind wordt. En ingrijpend (wat zowel negatief als positief kan zijn), omdat de militair uit zijn bestaanscontext wordt gehaald, ver weg is van zijn dierbaren, en zeven dagen in de week de gehele dag omringt is door collega's. Bovendien komt de militair voor een aantal maanden terecht in een 'vreemd land', met andere waarden en normen, waar hij zich toe moet zien te verhouden. En waar vaak de dreiging van geweld heerst en de mogelijkheid bestaat dat men zelf geweld zal moeten toepassen. Kortom de uitzending is bij uitstek de ervaring en situatie waar zingevingvragen kunnen opkomen.

In het volgende gedeelte zal ik mijn onderzoeksvragen doornemen.

'Op welke wijze begeleiden humanistisch geestelijk verzorgers militairen bij het zoeken naar zingeving aan indringende uitzendervaringen?'

De raadslieden laten de militairen hun verhaal vertellen en vragen daarbij naar hun beleving, om de gevoelens en emoties die bij de indringende ervaringen horen met de gebeurtenis samen te laten vallen. Ze ondersteunen de militairen om betekenis te geven aan hun ervaringen en deze op een voor hen goede manier te verwerken. Uiteindelijk geeft ieder mens zelf zin en betekenis aan zijn bestaan. Door de gedachtes van de militairen te helpen ordenen, kunnen zij meer samenhang in hun leven gaan ervaren en meer zicht erop krijgen. De raadslieden helpen de militairen op hun eigen levensovertuigingen meer helder te krijgen, waardoor zij beter in staat zijn de indringende ervaringen een plek te geven. Raadslieden doen dit door evaluerende vragen te stellen, zoals: 'Wat is voor jou wezenlijk belangrijk in het leven? Wat betekenen deze ervaringen voor je? Waar sta je in het leven? Welke doelen heb je en wat heb je ervoor nodig om daarbij uit te komen?'. In de zoektocht naar inzicht in wat voor de militair belangrijk is en welke richting hij met zijn leven op wil, kan de raadsman eventueel adviseren door mogelijke handelingsopties aan te reiken. Het is aan de militair wat hij daarmee doet, aangezien de raadsman geen beslissing voor hem kan en wil maken. Het is mijns inziens de kracht van de raadsman om door middel van oprechte aandacht en in dialoog de militair zelf zin te laten geven aan zijn indringende uitzendervaringen.

‘Hebben militairen (na deze geestelijke begeleiding) zin aan hun uitzendervaringen kunnen geven? Zo ja, welke dan?’

De drie militairen hadden een geheel verschillend verhaal. Maar alle drie hebben ze door het moeite hebben met de indringende ervaringen bewust stil gestaan bij hun leven en het zin geven aan hun leven. Aan niet alle ervaringen valt zonder meer ‘zin’ te geven, zoals het omkomen van een collega. Het is wel mogelijk om de indringende ervaringen een plek te geven en op basis van deze ervaringen te reflecteren op wat belangrijk is in het eigen leven en daar doelen en richting aan te verbinden. Dit is ook wat deze militairen hebben gedaan. Daardoor hebben ze het gevoel weer meer controle over het eigen leven te hebben. Het gevoel van controle hebben bleek een belangrijke behoefte aan zingeving.

Wat mij is opgevallen, is dat de militairen heel veel ontlenen aan het samen zijn met collega’s tijdens een uitzending. Het intense groepsgevoel, de samenhangigheid en de loyaliteit naar elkaar toe is voor de militairen een bron van zin. In termen van het verwerken van indringende uitzendervaringen is het praten met collega’s belangrijk. Juist met deze mensen kunnen de militairen hun ervaringen echt delen, aangezien zij erbij waren of door andere soortgelijke ervaringen weten waar de ander het over heeft.

‘En hoe waarderen zij de begeleiding van de humanistisch geestelijk verzorgers?’

De militairen die ik geïnterviewd heb, waren zeer positief over de raads gesprekken en over de wijze waarop de raadslieden hen geholpen hebben. Het goed kunnen luisteren naar het verhaal van de militair en ook de tijd voor het gesprek nemen, waarderen de militairen zeer in de raadslieden. Een belangrijk punt daarbij is, volgens mij, dat de militair het gevoel krijgt dat hij gezien wordt en dat hij begrepen wordt. Een raadsman voelt geen oordeel, maar gaat uit van het verhaal van de militair. In gesprek kijken de raadsman en de militair gezamenlijk naar de situatie van de militair en wat hij daaraan zou willen en kunnen veranderen. Het inzicht geven in de eigen situatie of het eigen gedrag was voor de militairen heel belangrijk. Ook de adviezen en het aanreiken van mogelijke manieren om met indringende ervaringen om te gaan heeft de militairen geholpen.

Wat betreft de externe doelstelling waarin ik zeg een bijdrage hoop te leveren aan het voortdurende proces van professionalisering van de Dienst Humanistisch Geestelijke Verzorging bij de krijgsmacht, kan ik op dit moment geen uitspraak doen. Het is een externe doelstelling en na de voltooiing van deze scriptie zal blijken of ik daadwerkelijk een bijdrage heb geleverd. In ieder geval heb ik met Hugo Remmers, staffunctionaris inhoudelijk beleid bij de DHGV de afspraak om in gesprek te gaan over mogelijk gebruik met betrekking tot deze scriptie.

Literatuur

Alma, Hans A. (2005). *De parabel van de blinden. Psychologie en het verlangen naar zin*. SWP, Amsterdam

Asperen, G.M. van. 'Een temidden van velen: Zingeving en ethiek'
In: G.A. van der Wal en F.C.L.M. Jacobs (red.) (1992). *Vragen naar zin. Beschouwingen over zingevingproblematiek*. Ambo, Baarn. Pp. 86-103

Baumeister, Roy F. (1991). *Meanings of life*. The Guilford Press, New York

'Beroepscode voor humanistisch geestelijk verzorgers' (najaar 2000, 4^e druk). Humanistisch Verbond, Amsterdam

Boeije, Hennie (2006, eerste oplag 2005). *Analyseren in kwalitatief onderzoek. Denken en doen*. Boom onderwijs, [?]

Brabers, Jules (2006). *Van pioniers tot professionals. De dienst humanistisch geestelijke verzorging bij de krijgsmacht (1964-2004)*. De Tijdstroom, Utrecht

Buijs, Frank J. (2000). *Contouren van nieuw beleid. Een onderzoek naar de toekomst van de humanistisch geestelijke verzorging in de krijgsmacht*. Dienst humanistisch geestelijke verzorging in de krijgsmacht/Universiteit van Amsterdam. Hoonte Bosch & Keuning, Utrecht

Derkx, P.H.J.M. 'Wat is humanisme? Hoofdlijnen in de Europese humanistische traditie en hun actuele betekenis'

In: Paul Cliteur en Douwe van Houten (red.) (1995, eerste oplage 1993). *Humanisme. Theorie en praktijk*. De Tijdstroom, Utrecht. Pp. 99-114

[(Brondocument) DHGV]

'Geloven in de kracht van mensen. Brondocument humanistisch geestelijke verzorging in de krijgsmacht' (Conceptversie november 2007). Dienst humanistisch geestelijke verzorging krijgsmacht

Hoogen, Toine van den en Ellen Hijmans. 'Kwalitatief onderzoek naar hedendaagse zingevingpraktijken'

In: Ellen Hijmans en Toine van den Hoogen (red.) (2002). *Van grenservaring tot routine. Kwalitatief onderzoek naar hedendaagse zingevingpraktijken*. Shaker Publishing, Maastricht. Pp. 9-21

- Hoogeveen, Elly. 'Methodiek van geestelijke verzorging'
 In: J.H.M. Mooren en H. van der Kwaak (red./samenst.) [1997]. *Verbondenheid. Opstellen over humanistisch geestelijke verzorging*. Universiteit voor Humanistiek. Drukkerij Pascal, Utrecht. Pp. 29-37
- Houten, Douwe van (1999). *De standaardmens voorbij. Over zorg, verzorgingsstaat en burgerschap*. Elsevier/De Tijdstroom, Maarsssen
- Houten, Douwe van en Jan Hein Mooren. 'Humanist counseling in the Netherlands'
 In: Annemie Halsema & Douwe van Houten (eds.) (2002). *Empowering humanity. State of the art in humanistics*. De Tijdstroom, Utrecht. Pp. 105-119
- 'Humanisme en humaniteit in de 21^{ste} eeuw: onderzoeksprogramma van de Universiteit voor Humanistiek (2005-2010)' (16 mei 2007). CvB
- Jacobs, F.C.L.M. en G.A. van der Wal. 'Slotbeschouwing'
 In: G.A. van der Wal en F.C.L.M. Jacobs (red.) (1992). *Vragen naar zin. Beschouwingen over zingevingproblematiek*. Ambo, Baarn. Pp. 209-238
- Kruithof, Jaap (1968). *De zingeveer. Een inleiding tot de studie van de mens als betekend, waarderend en agerend wezen*. Paul Brand, Hilversum
- Kooter, Norbert de (augustus 1997). 'Het beroepsprofiel van de humanistisch geestelijke verzorging bij de krijgsmacht.' Doctoraalscriptie Universiteit voor Humanistiek
- Laeyendecker, L. 'Een maatschappelijk tekort? Over de vraag naar zin'
 In: G.A. van der Wal en F.C.L.M. Jacobs (red.) (1992). *Vragen naar zin. Beschouwingen over zingevingproblematiek*. Ambo, Baarn. Pp. 11-39
- Lans, Jan van der. 'Zingeving en levensbeschouwing. Een psychologische begripsverkenning'
 In: Fred Eijkman (red.) [1992]. *Weer zin leren. Over levensbeschouwing en educatie*. Damon, Best. Pp. 7-20
- Maso, Ilja en Adri Smaling (1998). *Kwalitatief onderzoek: praktijk en theorie*. Boom, Amsterdam
- Melief, Ko, Anke Tigchelaar, Fred Korthagen en Bob Koster (2002). *Leren van lesgeven*. Nelissen, Soest

Nies, H. 'Zin in de tweede levenshelft'

In: Joep Munnichs en Gwennyth Uildriks (red.) (1989). *Psychogerontologie. Een inleidend leerboek over ouder worden, persoonlijkheid, zingeving, levensloop en tijd, sociale context, gezondheid en interventie*. Van Loghum Slaterus, Deventer. Pp. 132-139

Onderzoek beleving geestelijke verzorging (concept januari 2008). Gedragwetenschappen i.s.m Blauw Research (GW-08-007). Commanda DienstenCentra

Praag, J.P. van (1978, 2^e druk). *Grondslagen van humanisme. Inleiding tot een humanistische levens- en denkwereld*. Boom, Meppel/Amsterdam

Rietveld, Natasja. 'Als schuld en schaamte de herinnering bepalen...'

In: A.H.M. van Iersel en R.P.F. Bijkerk (redactie) (2007). *Herinneren en herdenken. Oude en jonge veteranen en de verwerking van oorlogservaringen. Bijdragen aan het op 13 december 2006 aan de Universiteit van Tilburg gehouden seminar*. Krijgsmacht, zingeving en ethiek. Cahier-reeks bijzondere leerstoel Vraagstukken Geestelijke Verzorging bij de Krijgsmacht. Faculteit Katholieke Theologie, Universiteit van Tilburg, aflevering 1. Damon, Budel. Pp. 19-38

Schok, Michaela (2006). 'Ingrijpende oorlogservaringen. Generatieverschillen tussen oude en jonge veteranen' *Checkpoint*, 7 (7). Pp. 20-22

Schok, Michaela (2007). 'Terugblik op uitzending. Meer werk maken van waardering' *Carré* 6. Pp. 40-44

Tijdschrift voor humanistiek (april 2002). 'Thema krijgsmacht: ethiek en zorg' (nr. 9 jg. 3). SWP, Amsterdam

'UvH gids 2006-2007' (2006). Universiteit voor Humanistiek, Utrecht

Vogels, Mart. 'Als het er op aankomt. Humanistisch geestelijke verzorging vóór, tijdens en na uitzending'

In: Jules Brabers en Wouter Kuijlmán (red.) (2004). *Veertig jaar Dienst humanistisch geestelijke verzorging bij de krijgsmacht (1964-2004)*. Reeks: Humanistisch erfgoed, nr. 6. Het humanistisch archief, Utrecht. Pp. 45-80

Bijlage – Vragenlijsten interviews

R0

- Je begeleidt militairen met betrekking tot ‘problematiek’ rond uitzendervaringen? (Om welke uitzendingen gaat het?)
- Komen ze specifiek (met een vraag of verhaal) daarmee naar jou toe of komt het terloops ter sprake (in of buiten een raads gesprek)?
- Komen de militairen met een (specifieke) hulpvraag, willen ze hun verhaal vertellen of komen ze met (vage) klachten (zoals slapeloosheid)? Beginnen de gesprekken vaak met klachten/symptomen?
- Kan je wat vertellen over datgene waar ze dan mee komen (voorbeelden), waar ze last van of moeite mee hebben? Kan je bepaalde ‘categorieën’ aangeven (van de problematiek), wat komt vaak voor? Kan je wat zeggen over zingevingvragen in deze?
- Hebben de militairen die je spreekt vaak wel of vaak niet tijdens hun uitzending gesprekken gehad met een geestelijk verzorger? Hoe lang na een uitzending komen de militairen (gemiddeld) naar jou toe?
- Hoe ziet jouw begeleidingsproces er (in grote lijnen) dan uit?
 - Stel je een specifiek soort vragen (bijvoorbeeld om achter de hulpvraag te komen)?
 - Hoe pak je het aan (wat zeg je, wat doe je)?
 - Wat beoog je met die aanpak? Vanuit welk perspectief doe je dat?
 - Welke rol speelt je humanistische levensbeschouwing/-houding in het geheel?
 - Uit welke inspiratiebron(nen) put je?
 - Verwijs je wel eens door? Zo ja, naar wie en met welke reden (bijvoorbeeld PTSS)?
 - Worden er militairen naar jou doorverwezen, door hulpverleners/kader/militairen?
- In hoeverre gaat het hier, vanuit jouw gezichtspunt, over zingeving(proces)? Hoe komt zingeving (impliciet / expliciet) aan de orde in deze raads gesprekken over indringende uitzendervaringen?
- Waarin onderscheidt de GV-benadering van de benadering van andere hulpverleners? Wat is specifiek aan GB? Zijn er raakvlakken?
- Hoe denk jij dat de militairen de nazorg over het algemeen en in het bijzonder van de humanistisch geestelijk verzorgers waarderen?
- Zijn er, volgens jou, verbeterpunten voor de DHGV in deze?

R1

- De militair: uitzending en geestelijke begeleiding
 - Wie is M1 (leeftijd, rang, hoe kwam hij op deze kazerne terecht, evt. persoonlijkheid)?
 - In welke periode is hij uitgezonden geweest en kan je kort iets zeggen over de situatie daar op dat moment?
 - Heeft M1, naar jouw weten, tijdens zijn uitzending een geestelijk verzorger opgezocht? En direct na zijn uitzending?
 - Wanneer ben je (ongeveer) met M1 in contact gekomen? Begeleid je hem nog steeds? Zo niet, wanneer is (ongeveer) jullie laatste gesprek geweest? Hoeveel raads gesprekken heb je (ongeveer) met hem gehad?
- De militair en de raadsman: het begeleidingsproces
 - Hoe verliep je eerste raads gesprek met M1? Waarmee kwam hij naar je toe (met een (specifieke) hulpvraag, wilde hij zijn verhaal vertellen of kwam hij met (vage) klachten, zoals slapeloosheid)? Hoe kwam je achter zijn hulpvraag, stelde je een specifiek soort vragen (vb-en)?
 - Kan je beschrijven wat M1 je tijdens de raads gesprekken verteld heeft (omtrent zijn indringende uitzendervaringen) en hoe jij het begeleidingsproces hebt aangepakt?
 - ~ Hoe heb je het aangepakt, wat zei je, wat deed je?
 - ~ Wat beoogde je met deze aanpak? Vanuit welk perspectief deed je dat?
 - ~ Wat was het 'resultaat'?
 - Kan je wat vertellen, vanuit jouw gezichtspunt over zingeving, zingevingsvragen en het zingevingsproces in deze? Hoe kwam, impliciet of expliciet, zingeving aan de orde in je raads gesprekken met M1?
- De raadsman en zijn werk
 - Wat is voor jou het belangrijkste, het meest essentiële in individuele geestelijke begeleiding, zoals in je gesprekken met M1?
 - Welke rol speelt je humanistische levensbeschouwing/-houding in het geheel?
 - Uit welke inspiratiebron(nen) put je?
 - Waarin onderscheidt zich jouw benadering van dat van andere hulpverleners? Wat is specifiek aan (H)GV? Zijn er raakvlakken?
 - Verwijs je wel eens door? Zo ja, naar wie en met welke reden?
 - Worden er militairen naar jou doorverwezen, door hulpverleners/kader/andere militairen?
 - Hoe denk jij dat militairen de nazorg over het algemeen en in het bijzonder van de humanistisch geestelijk verzorgers waarderen?
 - Zijn er, volgens jou, verbeterpunten voor de DHGV in deze?

R2/R3

- **Het begeleidingsproces**
 - Contact: Hoe is het contact tussen jou en M2/M3 ontstaan? (Had hij een 'hulpvraag' etc.?) (Feitelijk & vertrouwensband) Hoe is je contact met M2 -chronologisch- verlopen? / Je begeleidt M3 nog steeds?
 - Aanpak: Wat heeft M2/M3 over zijn indringende uitzendervaring verteld, hoe verliep dat en hoe ben jij daarmee omgegaan in jullie gesprekken (concrete voorbeelden)? (Wat beoogde je met deze aanpak (insteek/perspectief)? Hoe heeft het uitgepakt?)
 - Zingeving: Hoe kwam, vanuit jouw oogpunt, zingeving (zingevingsvragen/zingevingproces) impliciet en/of expliciet aan de orde in je gesprekken met M2/M3? (Wat versta jij onder zingeving?)
- **Militairen & indringende uitzendervaringen & zingeving**
 - Andere kwesties: Kun je (kort) enkele andere voorbeelden noemen van verhalen/vragen van militairen die met indringende uitzendervaringen naar je toe zijn gekomen? (Vonden de gesprekken in het uitzendgebied en/of hier plaats?) En daarbij hoe het contact tot stand kwam?
 - Zingeving: En kan je iets zeggen over zingeving(sproces) in deze gevallen?
 - Rol HGV'er: Hoe zou jij jouw rol in deze begeleidingsprocessen beschrijven?
 - Waardering: Hoe denk jij dat militairen de (H)GV waarderen, in het bijzonder met betrekking op nazorg?
- **R2/R3 als HGV'er**
 - Zingeving: Welke rol speelt zingeving (breed) in jouw werkzaamheden als raadsman?
 - Humanisme: Welke rol speelt je humanistische levensbeschouwing voor jou in je werk? (In combinatie met zingeving...)
 - Essentie: Wat is voor jou de kern van jouw werkzaamheden? (In vergelijking met andere GV'ers, en evt. in vergelijking met de psycholoog/MDD'er)
 - (Inspiratie & voldoening: Wat geeft jou de inspiratie om dit werk te doen? En wat geeft jou in dit werk voldoening?)

R4 => Dit interview hoofdthema: 'zingeving & raadsgesprekken'

Zingeving

~ Kan je omschrijven wat jij onder 'zingeving' verstaat?

~ Welke rol speelt zingeving (zingevingsvraagstukken/zingevingprocessen) in jouw werk (met name in individuele begeleiding)? Kan je deze rol aan de hand van een of enkele concrete voorbeelden toelichten? En daarbij vooral jouw concrete werkwijze.

Waar komen militairen mee? Hoe verhelder je een zingevingsvraagstuk? Hoe help jij in een zingevingproces? Wat zijn de resultaten (hoe en welke zin hebben militairen kunnen geven)?

~ In mijn scriptie gebruik ik Baumeister in combinatie met Lowenthal, om zingeving van militairen in kaart te brengen. Ik geef je mijn analysekader voor zingeving:

- De relaties met (belangrijke) anderen;
- Doelen, (levens)perspectieven, richting geven aan het eigen leven;
- Waarden en normen, rechtvaardiging, levensvisie;
- (Gevoel van) controle, capabel en sterk voelen, gericht op overleving;
- Eigenwaarde, competenties.

Welke gebieden komen voornamelijk naar voren in jouw gesprekken met militairen?

Waar leg jij vaak (bewust/onbewust) nadruk op?

~ Ik heb in mijn scriptie acht elementen van zingeving geformuleerd. Ik wil deze stuk voor stuk aan je voorleggen [op een los blaadje] en aan je vragen om daarop te reageren vanuit jouw werk als hgv'er:

1. betekenisgeving en verwerking
{Iets heeft zin als men er betekenis aan kan geven. Door middel van het betekenis geven kunnen indringende ervaringen verwerkt worden.}
2. samenhang en oriëntatie
{Samenhang aanbrenge en ervaren in eigen leven en groter geheel. Door middel van samenhang ervaren zich kunnen oriënteren.}
3. richting en evaluatie
{Mensen geven richting aan hun leven op basis van evaluatie. Door middel van het evalueren van zichzelf, gebeurtenissen & ervaringen, maatschappelijke ontwikkelingen.}
4. activiteit en ervaring
{Zin geven versus zin ervaren. Actieve rol in eigen zingeving versus zin als constatering en (essentieel) nevenproduct. Zin geven met behulp van beginselen versus verbondenheid/betrokkenheid/engagement als voorwaarde voor zin ervaren.}

5. individueel en inter-persoonlijk
{Zingeving is individueel en persoonlijk. Voor zingeving heeft men inter-persoonlijke contacten nodig (interactie/relatie/dialog). Zin creëren door middel van het vertellen van het eigen narratief. }
6. persoonlijke zingeving en zingevingkaders
{Zingeving is een persoonlijke aangelegenheid, waarbij men gebruik maakt van overkoepelende zingevingkaders. Men heeft een ‘zingevingssysteem’. Een levensbeschouwing of religie kan een belangrijk zingevingkader zijn. }
7. ‘hier en nu’ en procesmatig
{Reflectie. Zingeving gebeurt in het heden, op basis van het verleden, met het oog op de toekomst. Zingeving is een voortdurend proces en is aan verandering onderhevig. }
8. alledaags en existentieel
{Alledaagse zingeving is veelal onbewust en onbereflecteerd; men verleent vanzelfsprekende betekenissen. Wanneer de alledaagse zingeving stagneert, stelt men expliciete zingevingvragen. ‘Vragen des levens’: existentiële zingeving. Indringende ervaringen triggeren existentiële zingeving; het zet aan tot reflectie en eventueel heroriëntatie/herwaardering/herstructurering van het zingevingssysteem. }

Humanistisch geestelijke verzorging

~ Kan je omschrijven wat, volgens jou, het meest eigene is aan het werk van een hgv’er (met betrekking tot individuele geestelijke begeleiding)?

~ Wat is de ‘toegevoegde waarde / meerwaarde’ van hgv’ers (bij defensie)?

~ Per toeval hebben twee van de drie door mij geïnterviewde raadslieden de militair doorverwezen naar een psycholoog. Verwijs jij wel eens door en op welke gronden doe je dat? Blijf je, na doorverwijzing, in contact met de militair?

Waardering

~ Hoor je / krijg je reacties (positief en negatief) van militairen over individuele raads gesprekken? Wat zijn deze reacties?

~Vraag je actief/structureel naar de ervaringen van het gesprek aan de militairen?

~ Hoe denk je dat militairen over het algemeen individuele raads gesprekken beleven en waarderen?

Indringende uitzendervaringen

~ Kan je in het kort enkele concrete voorbeelden noemen van verhalen en/of problematieken van militairen die je tijdens en/of na de uitzending gesproken hebt, met betrekking tot indringende uitzendervaringen?

M1

Vooraf:

- ~ Gesprek opnemen, oké?
- ~ Je kunt vrijuit spreken en namen noemen, bij de uitwerking zal ik het anonimiseren.
- ~ Gesproken met de raadsman (over zijn gesprekken met jou & over hoe hij in zijn werk staat), maar vertel je eigen verhaal; ik wil graag jouw verhaal horen.
- ~ In mijn onderzoek gaat het over (indringende) uitzendervaringen en hoe militairen daarmee omgaan (welke betekenis ze eraan geven, hoe ze het een plek geven, etc.) En hoe de militairen de gesprekken met de raadsman/-vrouw waarderen (wat hebben ze eraan gehad)?
- ~ Vragen?

- **Feiten**

- Wie ben jij?
- Uitzending (wanneer/situatie/etc.)
- Contact raadsman (wanneer, hoeveel gesprekken)
(Al eens eerder met hem of een andere GV'er gepraat?)

- **Verhaal & zingeving**

Uitnodigen tot vertellen verhaal! (Zelf kiezen beginnen bij -uitzending of -contact raadsman)

Gebeurtenis tijdens de uitzending -> wat deed het met je toen, in de tijd dat je met de raadsman sprak, en nu? Betekenis... in je levensverhaal (werk & privé)

Welke aspecten spelen mee...

Levensbeschouwing?

- **Gesprekken & waardering**

- Welke rol heeft de raadsman voor jou gespeeld?

(Wat waren vooraf je verwachtingen/doelen)

Kan je concrete voorbeelden geven van wat de raadsman zei/deed wat jou verder hielp. En evt. voorbeelden van dingen waar je niks mee kon.

SIH

Uitzendervaring -> Wat gebeurde er?

Wat deed dat met je?

Hoe sta je er nu tegenover?

Gesprekken raadsman -> Hoe was dat voor jou?

Waardering

M2

Vooraf:

- ~ Bedankt dat je dit gesprek met mij wil voeren. ~ Ik wil het graag opnemen, is dat goed?
- ~ Je kan vrijuit spreken en namen noemen, tijdens de uitwerking vervang ik namen door X, Y.
- ~ Ik wil het dadelijk met je gaan hebben over de gebeurtenissen en je ervaringen tijdens je uitzending & over je gesprekken met R2, is dat oké voor jou?
- ~ Ik heb van R2 het een en ander gehoord over wat je hebt meegemaakt (...). Dat wilde ik even gezegd hebben, zodat jij weet dat ik dat weet. Maar vertel je eigen verhaal, want daarin ben ik geïnteresseerd. ~ Heb je nog vragen voordat we beginnen?

Kennismaking:

- ~ Wil je ten eerste iets vertellen over jezelf (zodat ik een beeld krijg van wie jij bent)?

Uitzendervaring & gesprekken:

- ~ Je bent uitgezonden geweest, kan je om te beginnen iets vertellen over de situatie, de sfeer en jouw werkzaamheden (ben je trouwens al eerder uitgezonden geweest?)
- ~ Wil je vertellen over die bewuste dag? (Beschrijving gebeurtenissen, wat deed jij, wat voelde je?)
- ~ En wat deed het met je, hoe ging je ermee om? Wat viel je zwaar en waarom?
- ~ Kon je er over praten met collega's? En met je thuisfront? Het 'delen'.
- ~ Je hebt contact gezocht met R2. Hoe ging dat? Hoe verliepen de gesprekken? Evt. *
- ~ Hoe kijk je nu terug op die indringende/ingrijpende ervaring? Heb je het 'een plek' kunnen geven? Ben je er nog veel mee bezig? Heeft het je veranderd? Etc. De 'zin' van het alles...
- ~ Evt. * => Welke rol gesprekken R2. // Anderen / andere aspecten een rol in dit proces?
- ~ Hoe sta je nu tegenover het werken bij de baas? Wil je in de toekomst nog op uitzending, waarom wel/niet?

*** Waardering gesprekken:**

- ~ Kan je aangeven welke rol R2 voor jou heeft gespeeld in het verwerkingsproces?
- ~ Kan je voorbeelden noemen van dingen die R2 zei wat jou verder hielp?
- ~ Zijn er ook dingen gezegd waar je niks mee kon?
- (~ Wat waren je verwachtingen vooraf? Met welk doel ging je naar R2 toe?)
 - ~ Hoeveel gesprekken heb je met R2 gehad? Hoe vaak daar / hier?
 - ~ Had je al eens eerder met een (H)GV'er gesproken? Zo ja, hoe was dat?
 - ~ Koos je met een speciale reden voor de (H)GV'er (misschien maar één GV'er)?

Achteraf:

- ~ Bedankt voor dit gesprek! ~ Mag ik je emailadres, zodat, mocht ik tijdens de uitwerking van dit gesprek nog vragen hebben contact met je kan opnemen.

M3

Vooraf:

~ Bedankt dat je dit gesprek wilt voeren. ~ Gesprek opnemen, oké?

Begin:

~ Ik weet niet wat R3 je verteld heeft over de reden van dit interview?

=> Afstudeeronderzoek naar ingrijpende uitzendervaringen, hoe militairen daarmee omgaan, en wat ze aan de gesprekken met de raadsman/-vrouw hebben gehad.

Over deze punten wil ik het met jou gaan hebben, oké?

Kan je, om te beginnen, iets over jezelf vertellen (bv loopbaan defensie)?

Gesprekken met R3:

Hoe ben je met R3 in contact gekomen?

=> Waarom? Wanneer? Via? Wat waren je verwachtingen/doel? Waarom HGV'er? Al eens eerder bij (H)GV'er? Nog steeds gesprekken met R3? Hoe verliep eerste gesprek?

Inhoud gesprekken...

Waardering gesprekken:

=> Kan je aangeven (concrete voorbeelden) wat R3 heeft gezegd waar je wat aan had, wat jou verder hielp? En eventueel iets waar je niks mee kon? Etc. -> De rol & waardering van de gesprekken met R3.

Uitzending:

Je bent op uitzending geweest (eerste keer of niet)...

=> Waar, wanneer, hoe was de situatie daar, wat waren jouw werkzaamheden, etc.

Gebeurtenis/ervaring?

Beschrijving gebeurtenis/ervaring. Hoe ermee omgegaan? Wat viel je zwaar en waarom? Een plek kunnen geven? Hoe en welke? Hoe kijk je er nu op terug? Heeft het je veranderd? Etc.

'Delen' met collega's / thuisfront..? Wat is verschil met gesprekken R3?

Hoe sta je nu tegenover het werken bij de baas? Wil je in de toekomst nog op uitzending, waarom wel/niet?

[Let op: loopt door elkaar gesprekken / uitzending => inhaken op (weet vooraf niet wat de uitzendervaring is en of het met andere zaken samenhangt)]

Achteraf: Bedanken. Emailadres vragen.