

Ervaring met zorg in de praktijk

Lkol Piet van der Sar is commandant van 12 Infanteriebataljon Air Assault Regiment van Heutsz. Vorig jaar was hij commandant van de eerste Battle Group van Task Force Uruzgan. Daarvoor is hij vijf keer uitgezonden naar Libanon, Angola, Bosnië en Afghanistan waarvan drie keer met 12 Infanteriebataljon. In dit artikel vertelt hij over zijn ervaringen met de zorg voor de geestelijke gezondheid van militairen.

Lkol inf P. VAN DER SAR
 ■ C12 Infbat AASLT
 Regiment van Heutsz

Bij de voorbereiding van de inzet van 12 Infbat AASLT RvH in Uruzgan is veel aandacht besteed aan de inrichting en de uitvoering van de zorg. Hierbij is onder andere gebruik gemaakt van ervaringen uit eerdere uitzendingen van het bataljon naar Bosnië, Afghanistan en Irak. In november 2005 werd bepaald dat bij een positief besluit van de regering 12 Infbat zou worden uitgezonden in de eerste *Task Force Uruzgan*. Op dat moment werden er nog steeds militairen van het bataljon behandeld voor uiteenlopende lichamelijke en psychische klachten die ontstaan waren bij eerdere uitzendingen. Dit is een verschijnsel waar we mee moeten leren omgaan. In het voorafgaande jaar is een militair van het bataljon gesneuveld tijdens inzet in Irak. Wij proberen om zo goed mogelijk te blijven zorgen voor zijn naaste collega's en relaties.

Het Sociaal Medisch Team (SMT)

Het SMT van 12 Infbat AASLT RvH, bestaande uit een hoofd Sectie S1, een bedrijfsmaatschappelijk werker (BMW), een bedrijfsarts, en een geestelijk verzorger (GV'er) is ten behoeve van de uitzending versterkt zodat er vanaf twee separate kampementen kon worden gewerkt. Deze versterking bestond uit twee extra psychologen, twee artsen, een BMW'er en twee GV'ers. De uitbreiding was ook nodig omdat er een *Task Force Uruzgan* (TFU) werd gevormd waar het bataljon in werd ondergebracht naast andere eenheden zoals een geniecompagnie, een logistieke eenheid en het PRT. Het SMT werd voorbereid op de inzet in Uruzgan door middel van *case* trainingen die werden uitgevoerd samen met de compagniescommandanten. Door deze trainingen konden er al vooraf procedures en rolverdelingen worden afgesproken.

Voor mij is een inzet zoals in Uruzgan zonder ondersteuning door een adequaat SMT nauwelijks voor te stellen. Als commandant ben je zo druk met de dagelijkse leiding van de operatie dat zonder deze ondersteuning de tijd meest ontbreekt om voldoende aandacht te geven de problemen die bij de individuele militairen kunnen ontstaan. Mijn ervaring tijdens de inzet was dat ons SMT uitstekend in staat was om problemen op te

sporen en aan te pakken. Het voornaamste product van het SMT bestaat uit een advies aan de commandant over te nemen maatregelen voor de behandeling en soms ter voorkoming van problemen op het gebied van de geestelijke gezondheid. Daarnaast kan het SMT een belangrijke rol spelen bij de behandeling van dergelijke problemen in het inzetgebied waardoor het niet nodig is om een militair te repatriëren.

Een groot voordeel van een SMT is de permanente aanwezigheid bij de eenheid voor, tijdens en bij voorkeur ook nog geruime tijd na de inzet. Een militair die hulp of ondersteuning nodig heeft hoeft daardoor zijn situatie vaak niet eens uit te leggen of nog eens opnieuw uit te leggen. Die is immers bekend. Dat geldt in nog sterkere mate voor de periode na de uitzending. Een militair die hulp nodig heeft, zal een hulpverlener die er tijdens de uitzending niet bij is geweest de situatie moeten schetsen waardoor zijn probleem is ontstaan. Een hulpverlener die er wel bij was zal de situatie gemiddeld veel sneller begrijpen. Een tweede voordeel is dat de drempel om bij een bekende hulpverlener naar binnen te stappen lager zal zijn dan bij een onbekende. Een nadeel van deze grotere persoonlijke betrokkenheid is de grotere kans op overbelasting van de leden van het SMT.

Een hoge graad van getraindheid is de beste zorg die een commandant kan geven

De beste zorg die je als verantwoordelijk commandant kunt geven aan militairen met een risicovolle opdracht, bestaat uit een goede training van de basis gevechtstechnieken, schietvaardigheid, de training in het opsporen en/of ontwijken van bommen (*search-technieken*) etc. Hierdoor ontstaat er zelfvertrouwen, vertrouwen in de eigen groep en het eigen materiaal. Het is belangrijk om de training regelmatig tot op het individu te evalueren en tussentijds aan te passen als dat nodig blijkt, zodat ook het gevoel ontstaat goed voorbereid te zijn. Het is daarnaast wenselijk dat de afzonderlijk samen te stellen eenheden (infanteristen, genisten etc.) tot hechte, op elkaar inge-

Lkol Van der Sar ziet toe hoe zijn personeel zich voorbereidt op een meerdaagse patrouille. Foto: AudioVisuele Dienst Defensie.

speelde teams worden samengesmeed. 12 Infbat heeft in 2005 deel uitgemaakt van de *Nato Response Force* (NRF = snelle reactiemacht van de NAVO). Voor deze opdracht was het bataljon speciaal uitgerust met wielvoertuigen. De uitrusting en wijze van optreden voor de opdracht in NRF-verband bleek een uitstekende voorbereiding voor de inzet in Uruzgan als gemotoriseerd infanteriebataljon. Met die gunstige uitgangspositie heeft het bataljon nog een half jaar intensief kunnen trainen op de te verwachten inzet in Uruzgan.

Zoals al in de januari-uitgave van Carré vermeld, was deze training niet alleen gericht op het perfectioneren van gevechtstechnieken, schietvaardigheid, overige *skills and drills* en het verhogen van de mentale weerbaarheid, maar is er daarnaast ook veel aandacht geweest voor culturele training van de individuele militair. Met echte Afghaanse acteurs zijn de infanteristen en genisten door een kundige antropoloog geoefend in het voeren van gesprekken om op die manier respectvol met de bevolking van Uruzgan te kunnen omgaan. We hebben bovendien steun gekregen van het bestuur van de Turkse Moskee in Arnhem om al onze soldaten te bekend te maken met het islamitische geloof en de cultuur.

Daarnaast is onze uitrusting verder aangepast naar aanleiding van de resultaten van de eerste verkenningen voorafgaande aan de uitzending. Het zelfvertrouwen van onze militairen is door deze voorbereiding op een hoog peil gebracht. De hoge graad van getraindheid heeft daarnaast, in mijn ogen een mogelijk grotere rol gespeeld in het beperken van het aantal gewonden en het uitblijven van eigen dodelijke slachtoffers tijdens de gevechtscontacten met de Taliban dan de factor geluk. Een engeltje op je schouder is welkom maar het is beter om niets aan het toeval over te laten.

Zorg voor relaties van militairen

Wij hebben goede ervaringen met het betrekken van de relaties van onze militairen bij de voorbereidingen voor inzet. Het is voor de individuele militair belangrijk dat zijn relaties ook vertrouwen hebben in de getraindheid en het plan van aanpak op hoofdlijnen. Wij hebben meerdere relatiedagen op kleinere schaal georganiseerd waarbij de compagnieën zelf voorlichting gaven aan de relaties. Hierbij werd zoveel mogelijk informatie verstrekt over de situatie in Uruzgan, de verwachte inzet en over de voorbereiding. Dit nam veel onrust weg bij de relaties en heeft daardoor een positief effect op de militairen gehad. Het thuisfrontcomité bestaat vooral uit vrijwilligers vanuit de relaties van de uitgezonden militairen. Via het thuisfrontcomité en de formerende eenheid kunnen relaties van uitgezonden militairen gesteund worden door het organiseren van ondersteuning op afstand met telefoonkringen en met thuisfrontdagen. Bij thuisfrontdagen wordt vooral informatie over de actuele omstandigheden van de uitzending verstrekt en er wordt vaak een *live* beeldverbinding gemaakt met de uitgezonden eenheid.

Daarnaast hebben de relaties van uitgezonden militairen de mogelijkheid om via het Situatie Centrum van het Commando Landstrijdkrachten (Sitcen CLAS) informatie te vragen via een gratis telefoonnummer dat vierentwintig uur per dag bereikbaar is. Ernstige familieomstandigheden kunnen ook via dit nummer gemeld worden zodat een uitgezonden militair zo snel mogelijk naar Nederland kan worden gehaald als dat nodig is. Ik noem hier slechts een aantal voorbeelden van het totale pakket aan zorg voor de relaties dat door Defensie wordt aangeboden. De zorg van Defensie voor een militair die tijdens de inzet over-

lijdt of gewond raakt door gevechtshandelingen of door een ongeval is in technische zin goed geregeld. Er is onder meer een zogenaamde *casemanager* aangesteld die de zorg coördineert en een BMW'er zal de naaste familie direct bijstaan. Het blijft de verantwoordelijkheid van de commandant om de kwaliteit van deze zorg te bewaken. Zo is het bijvoorbeeld wenselijk dat commandanten (van pelotons- tot en met bataljonscommandant) persoonlijk de relaties bezoeken om betrokkenheid te tonen en te onderzoeken welke aanvullende ondersteuning nodig en mogelijk is.

Omgaan met teleurstellingen, risico's en intensiteit van inzet

Als eenheid kun je geconfronteerd raken met het (nog) ontbreken van allerlei voorzieningen. In dat geval is het handig als militairen vooraf hebben geleerd te incasseren. Bij aankomst eind juli 2006 lag de bouw van de kampementen ver achter op schema door problemen met de opvoer van materiaal. In de zeer hete maanden augustus en september werd 12 Infbat dan ook voor een deel ondergebracht in hele grote tenten, zonder adequate airconditioning waar tweehonderd man op stapelbedden werden gelegerd met verpletterende tussenruimtes. Omdat de pelotons vooral bij nacht werden ingezet op risicovolle patrouilles was het noodzakelijk om overdag te rusten in deze bloedhete tenten. De inzetbaarheid ging dan ook snel achteruit. Daarnaast waren voorzieningen zoals telefonie en internet aanvankelijk beperkt beschikbaar. Toch bleef het moreel op een hoog peil, in de eerste plaats door het opgebouwde incasservermogen maar ook omdat het zichtbaar was dat de verantwoordelijke instanties er alles aan deden om verbetering in de situatie te brengen. Zodra er een betere ruimte beschikbaar kwam, werd meteen de eenheid die het meest had 'geleden' daar gehuisvest.

Er moeten bij een inzet zoals in Uruzgan risico's genomen worden om de opdracht zo goed mogelijk uit te voeren. Elke individuele militair van 12 Infbat was zich daar terdege van bewust. De risico's en de daarvoor te nemen maatregelen die een pelotonscommandant voorziet bij het uitvoeren van een bepaalde patrouille werden vooraf met het gehele peloton doorgenomen. Het omgaan met deze risico's en de tactische uitvoering werden ook tijdens langdurige patrouilles geëvalueerd. Na de patrouille volgde een uitgebreide *debriefing*. Hierbij werd niet alleen de verkenningsresultaten besproken maar ook de wijze waarop de individuele leden van de patrouille met de risico's zijn omgegaan. Was het verantwoord? Wat ging er goed en wat kan er beter? Hierbij was meestal een lid van het SMT aanwezig om goed op de hoogte te blijven wat de militairen buiten de poort meemaakten. Het is bij deze uitzending ook voorgekomen dat een lid van het SMT uit voorzorg met een eenheid meegegaan is toen verwacht werd dat ze indringende ervaringen zouden gaan opdoen.

Om deze missie succesvol te laten verlopen is het noodzakelijk dat pelotons permanent in het gebied van verantwoordelijkheid aanwezig zijn. Daarnaast is er veel vraag naar bescherming van infanterie door PRT-, ISTAR- en overige eenheden. Dit veroorzaakte veel werkdruk bij de infanteriepelotons en het werk wordt ook nog eens onder risicovolle omstandigheden uitgevoerd. Tijdens deze uitzending kregen mijn compagniescommandanten de speciale richtlijn dat elke soldaat per week ten minste twee dagdelen per week rust moet hebben, bij voorkeur aaneengesloten. Dat is nodig om af en toe te kunnen bijtanken na langdurige, intensieve inzet onder klimato-





Bij Tarin Kowt probeerde de Taliban regelmatig onze pelotons tijdens patrouilles uit te schakelen door hinderlagen met berrbommen. Foto: AudioVisuele Dienst Defensie.

logisch zware omstandigheden waarbij er meestal weinig tijd is om voldoende te rusten door de vele meerdaagse patrouilles. Naast het noodzakelijke bijtanken moet elke militair af en toe een brief of e-mail kunnen

schrijven en telefoneren om het contact met het thuisfront te onderhouden, etc. Door de druk op met name de infanteriepelotons is het tijdens deze uitzending lang niet altijd gelukt om vast te houden aan de gestelde richtlijn voor de hoeveelheid rust. Indien de fysieke conditie die nodig is om alert te blijven tijdens risicovolle patrouilles onder het vereiste peil raakt, moet de commandant ingrijpen. Het was soms nodig de schema's aan te passen omdat de infanteristen en genisten oververmoeid raakten.

Individuele gesprekken aan het eind van de uitzending

Tegen het einde van onze uitzending zijn er door de Militaire Geestelijke Gezondheidszorg (MGGZ) individuele gesprekken met al onze militairen gehouden in het inzetgebied. De gesprekken zijn gevoerd met psychologen van het MGGZ. Het doel van deze gesprekken is de militair te laten terugkijken op zijn uitzending en alvast vooruit te kijken naar de terugkeer in Nederland. Hierbij kunnen eventuele psychische gevolgen van de uitzending al in een vroeg stadium worden ontdekt.

Deze individuele gesprekken aan het eind van de uitzending zijn inmiddels voor een deel vervangen door groepsgesprekken onder leiding van de commandant en onder begeleiding van een specialist. Individuele gesprekken zijn hierdoor niet volledig overbodig geworden. Er zijn altijd individuele gevallen die extra zorg nodig hebben. Ik heb de indruk dat het SMT uitstekend in staat is om samen met de commandanten vast te stellen voor wie aanvullende individuele gesprekken wenselijk zijn.

Zorg na terugkeer

Uit ervaringen opgedaan bij eerdere uitzendingen blijkt dat het niet wenselijk is om de eenheid kort na de uitzending te ontbinden. Dit is bijna niet te realiseren bij speciaal voor de uitzending samengestelde eenheden. Bij eenheden die in organiek verband worden uitgezonden is dat makkelijker. De commandant kan in overleg met de BBT'ers de contracten voor de uitzending aanpassen zodat ze nog ten minste drie maanden na de uitzending bij de eenheid blijven. In die periode is het mogelijk om zorgvuldig af te wikkelen na de uitzending. Ik heb hierbij goede ervaringen opgedaan met het uitvoeren van een uitdagende oefening in die periode van drie maanden na de uitzending. Tijdens deze oefening hebben wij de terugkeergesprekken laten plaatsvinden door zorg van het SMT dat ook mee op uitzending was. Daarnaast is er volop de gelegenheid om in dezelfde groepsamenstelling terug te kijken op de uitzending en daarbij uitvoerig op bepaalde voorvallen terug te komen. Met een dergelijke oefening kun je de uitzending afronden om vervolgens weer vooruit te kijken naar toekomstige inzet. Een militair die al direct na terugkeer bij een nieuwe eenheid wordt geplaatst zal zijn indrukwekkende ervaringen moeilijker kunnen delen dan in de groep die dezelfde ervaringen heeft opgedaan.

Zoals al eerder opgemerkt, zal het percentage militairen met een (recent) uitzendverleden in de krijgsmacht oplopen. Hiervan zal een deel te maken krijgen met lichamelijke en/of psychische klachten die direct of indirect in verband zijn te

brenge met dat uitzendverleden. De controle op de kwaliteit van de zorg voor deze militairen in actieve dienst is een verantwoordelijkheid van commandanten. Een punt van aandacht uit recente ervaring is de doorverwijzing naar meer gespecialiseerde hulpverleners zoals psychiaters. Het kan hierbij voorkomen dat de urgentie van de hulpvraag niet genoeg benadrukt wordt waardoor er te lange wachttijd ontstaat door een te lage prioriteitsstelling.

Onze ervaring van de inzet in Uruzgan is dat militairen zich bij problemen sneller melden dan bij voorgaande uitzendingen. De verklaring hiervoor kan worden gezocht in het feit dat de drempel om hulp te zoeken mogelijk lager is geworden door de hierboven omschreven maatregelen. Een andere mogelijkheid is dat er meer klachten zijn ontstaan doordat de intensiteit van de inzet groter is geweest dan bij voorgaande uitzendingen.

Training van militairen in 'nuldelijs' zorg

Militairen kunnen elkaar zeer effectief helpen om psychische problemen te voorkomen. Ook dit is een ervaringsgegeven uit meerdere uitzendingen. Met je *buddy* over een indrukwekkende ervaring praten gaat makkelijker dan met een onbekende, vooral als je *buddy* dezelfde ervaring heeft beleefd. Het is hierbij ook belangrijk dat militairen getraind worden in het herkennen van gedragsverandering naar aanleiding van zo'n indrukwekkende ervaring. Deze training hoort deel uit te maken van de missiegerichte opleiding. Hierbij kan de commandant, als hij dat nodig vindt extra accenten leggen op deze training in overleg met de MGGZ.

Samenvatting van de geleerde lessen

Mijn ervaring bij meerdere uitzendingen is dat je veel tijd moet reserveren voor de zorg voor, tijdens en na uitzendingen. De belangrijkste bijdrage van een commandant is het zorgen voor een hoge graad van getraindheid.

De commandant en het SMT moeten goed op elkaar zijn ingespeeld en moeten de geestelijke gezondheid van militairen vierentwintig uur per dag, zeven dagen per week in de gaten houden. Een goed in de eenheid geïntegreerd en op sterkte gebracht SMT is onmisbaar voor een commandant en zijn eenheid om de zorg in de voorbereiding, uitvoering en afwikkeling van een uitzending op een gewenst peil te houden. Het aantal militairen dat zich via de commandant en het SMT meldt met fysieke en/of lichamelijke klachten na een uitzending is groter geworden. Ze melden zich relatief sneller na terugkeer van de uitzending.

Relaties van militairen willen graag goed en volledig geïnformeerd blijven en zijn bovendien gebaat bij de betrokkenheid van een commandant vooral als een militair iets overkomt. Een uitgezonden organieke eenheid zou na terugkeer van een uitzending nog ten minste drie maanden kunnen besteden, in dezelfde samenstelling aan een zorgvuldig afwikkelprogramma.

Het is aan te bevelen om de zogenaamde 'nuldelijs' zorg voor de uitzending te verbeteren door kaderleden en misschien ook soldaten en korporaals te trainen in het omgaan met collega's die indrukwekkende ervaringen hebben opgedaan. ■