



MICHAELA SCHOK

*Veteranen gaan de confrontatie aan met hun oorlogsverleden*

# Oorlog in mijn hoofd



De tv-serie *Oorlog in mijn Hoofd*, die de EO onlangs uitzond, gaat over de gevolgen van een posttraumatische stress stoornis (PTSS) voor uitgezonden militairen en hun omgeving. In deze tv-serie keren zes oorlogsveteranen terug naar het land waar zij tijdens hun uitzending een trauma hebben opgelopen. Ze gaan de confrontatie aan met de angsten die hun leven en dat van hun geliefden al jaren beheersen. Michaela Schok bekeek de serie en sprak met de makers.

*Unifil-veteraan Eugene Sandel terug in Libanon*

Als jonge militairen vertrokken de mannen uit de serie vol idealen op vredesmissie naar een ver land. Zij hoopten de strijdende partijen uit elkaar te houden en de lokale bevolking te helpen en te beschermen onder de VN-vlag. Uiteindelijk keerden zij gebroken, ontheemd en gedesillusioneerd terug uit het oorlogsgebied. De gevoelens van onmacht, de angsten en gebeurtenissen die ze achter de rug hebben, zijn met geen pen te beschrijven en al helemaal niet uit te leggen. Thuis voelen ze zich onbegrepen en kunnen niet onder woorden brengen welke 'oorlog' zich afspeelt in hun hoofd.

### Confrontatie met het verleden

In *Oorlog in mijn Hoofd* wordt het persoonlijke verhaal verteld van zes veteranen en hun omgeving die al lang worstelen met hun oorlogstrauma's. Ze keren na tientallen jaren voor het eerst terug naar het land waar hun persoonlijke strijd begon. De veteranen keren terug naar Libanon, Cambodja en Bosnië. Het is een harde en confronterende herbeleving van de dreiging, de doodsangst en het totale gevoel van onmacht voor de uitgezonden militairen. Het betekent tevens een doorbraak in de verwerking en een

eerste kans om hun familie te betrekken bij hun verleden. Ook zijn de ervaringen van familie, vrienden en dienstkameraden te zien in de serie. *Oorlog in mijn Hoofd* laat een indringend beeld van de militair en zijn missie zien.

### De verhalen

De 47-jarige Hans Kreuzen behoorde tot de laatste lichte militairen die naar Libanon ging. Zijn 20-jarige dochter vindt dat hij het 27 jaar later verdient om eindelijk in het reïne te komen met zijn verleden.

Lars Filippo is in de jaren negentig twee keer uitgezonden geweest naar Bosnië. Hij zat in een gebied waar gewapende milities moorden pleegden en hij machteloos moest toekijken.

Hans Westerveld is een 61-jarige oud-ziekenverpleger. Tijdens zijn uitzending in de jaren negentig naar Cambodja wordt zijn peloton elke dag gericht onder vuur genomen. Het lijkt niet op de vredesmissie die Hans verwachtte.

Lars Meijer vocht met de luchtmobiele brigade in Bosnië in 1995. De mitrailleursschutter die

met zijn wapen 1.200 schoten per minuut lost, heeft achttien jaar later zoveel psychische problemen dat hij volledig is uitgeschakeld op de arbeidsmarkt.

Eugene Sandel (51) wil terug naar de brug bij Tibnin, Libanon. Tijdens de oorlog in de jaren tachtig werden hier drie Ierse collega's van hem gedood.

Bas Schrama (43) dient als 27-jarige hospik in de oorlog in Bosnië in 1996. Daar loopt hij een trauma op dat zijn leven ingrijpend verandert.

### Omslag

Volgens formele instanties wordt beweerd dat ongeveer vijf procent van de uitgezonden militairen PTSS oploopt (Veteraneninstituut, 2007). Patiënten en hulpverleners vinden dit cijfer discutabel en denken dat het hoger ligt. De veteranen die te zien zijn in deze serie hebben meestal al jaren van therapie achter de rug. Het is hen echter niet gelukt om tot een échte omslag te komen. Uit de serie blijkt dat dat vooral te maken heeft met het ervaren van onbegrip en zich niet erkend voelen voor de risico's die men heeft



Hans Kreuzen terug in Libanon

gelopen tijdens de uitzending. *Oorlog in mijn Hoofd* vertelt het hele verhaal van de uitgezonden militair en zijn omgeving door terug te keren naar het land waar zijn trauma begon. Lukt het de mannen om dankzij de confrontatie met het trauma voorgoed af te rekenen met hun oorlogsverleden?

### Ervaringen bespreken

Volgens uitvoerend producent, Dannis Kramers, helpt de terugkeer naar het uitzendgebied de veteranen om de ervaringen bespreekbaar te maken met gezinsleden en vermindert dit post-

traumatische stressklachten. Vaak weten familieleden wel flarden van wat er gebeurd is tijdens de missie maar kennen zij niet het hele verhaal. Door bepaalde plaatsen te laten zien worden de ervaringen voor familieleden beter te begrijpen. In de vier of vijf dagen dat de veteranen terugkeren naar het uitzendgebied voor de opnames is er bij hen een ontwikkeling zichtbaar. Door te zien dat de situatie in het land verbeterd is en door gesprekken met de lokale bevolking horen zij dat hun bijdrage zinvol is geweest. Kramer geeft ook aan dat erover praten heilzaam en verlossend werkt. Dit gebeurt natuurlijk veel in

De makers van *Oorlog in mijn Hoofd* zouden graag een tweede serie willen maken. Daarvoor zijn ze op zoek naar veteranen die een oorlogstrauma hebben en graag terug willen naar hun land van uitzending. Als u zich hierin herkent of u iemand anders kent, dan komen zij graag met u in contact via: [http://www.eo.nl/no\\_cache/tv/oorlog-in-mijn-hoofd/vertel-je-verhaal/](http://www.eo.nl/no_cache/tv/oorlog-in-mijn-hoofd/vertel-je-verhaal/).

de periode voor de terugkeer plaats vindt. Tijdens de opnames ter plaatse komen er veel herinneringen naar boven en herbeleven de veteranen specifieke gebeurtenissen die hen zijn bijgebleven. De camera volgt het verhaal van de veteraan die de regie voert over zijn eigen ervaringen en dit aan een breder publiek bekend maakt. Na terugkeer werden de opnames getoond aan de familieleden wat uiteraard ook weer veel gespreksstof oplevert. Daarna volgde de tv-uitzending en reacties daarop. De tv-serie helpt om de ervaringen van veteranen bespreekbaar te maken en levert ook erkenning op, aldus Kramers. Voor, tijdens en na de terugkeer zijn de veteranen begeleid door ervaringsdeskundigen. Van tevoren is uitgebreid gesproken met de veteranen over de emotionele impact van deze terugkeerreizen.

### Begeleide terugkeerreizen

Gertjan Gort heeft als ervaringsdeskundige vier van de zes veteranen begeleid tijdens hun terugkeerreizen. Hij is mee geweest naar Libanon, Bosnië en Cambodja. Deze veteranen voelen

de terugkeer naar het uitzendgebied als thuis-komen, vertelt Gort. Deze reis biedt hun de gelegenheid om over de emotionele kant van de uitzending te praten. Terugkeer biedt de mogelijkheid om afscheid te nemen van de oorlog in je hoofd. Tijdens de missie was dat niet mogelijk voor deze veteranen. Nu is het makkelijker om feiten van emoties te kunnen scheiden. Ook zien de veteranen met eigen ogen dat door de veranderingen in het land hun bijdrage zin heeft gehad. Na de terugkeerreis is er ook bij de veteranen thuis het een en ander veranderd: zij hebben minder woedeaanvallen of nachtmerries en partners hebben minder zorgen om hen. Voor Gort was het een boeiende en leerzame ervaring om mee te gaan met deze terugkeerreizen. Ook scheidt het een enorme band om dit persoonlijke verhaal van iemand mee te mogen maken.

### Nieuw perspectief

De tv-serie laat zien dat terugkeer naar het uitzendgebied de mogelijkheid biedt om een verhaal te reconstrueren over hun ervaringen, om zin te geven aan hun ervaringen. Herinneringen in het hoofd worden getoetst aan de werkelijkheid die inmiddels drastisch is veranderd. Of herinneringen blijken toch niet te kloppen en worden daardoor gecorrigeerd. Er komt uiteindelijk een antwoord op die sluimerende vraag of de bijdrage aan de missie wel zin heeft gehad. Gevoelens van schuld en schaamte staan het beantwoorden van deze vraag vaak in de weg. Het met eigen ogen zien dat het beter gaat met de lokale bevolking en dat er geen oorlog meer is in het uitzendgebied helpt veteranen een nieuw perspectief op hun ervaringen te creëren en de

ervaringen ook een plek te geven. Er ontstaat tegelijkertijd ruimte voor positieve herinneringen aan de missie en een blik op de toekomst. Terugkeer naar het uitzendgebied en daardoor blootstelling aan de nare herinneringen van de missie verminderen zichtbaar de angsten en de machteloosheid die bij de veteranen leefden. Gedachten over de nare herinneringen worden anders, door te zien dat de situatie nu veiliger is in het uitzendgebied en door te vertellen wat het met hen gedaan heeft in de uitzending. Dat herstelt de controle over de traumatische gebeurtenissen die ze daar hebben meegemaakt. 'Het boek kan nu dicht en ik kan het in de kast zetten', zoals Bas Schrama prachtig verwoordde in de laatste aflevering.

Voor meer informatie over deze serie:

<http://www.eo.nl/tv/oorlog-in-mijn-hoofd/>

### Literatuur

Veteraneninstituut, *Factsheet 6 Posttraumatische Stress Stoornis*. Doorn: Forma, 2007.

MICHAELA SCHOK is psycholoog/onderzoeker bij het Veteraneninstituut en redactielid van Cogiscope.