



Bosniëveteraan lovend over meergezinsbehandeling

“We moeten ook kracht uitstralen”

door Fred Lardenoye

‘Bijzonder’ en ‘een groot succes’ noemt Bosniëveteraan Alan Bakx de meergezinsbehandeling van het Psychotraumacentrum Zuid-Nederland dat deel uitmaakt van het Landelijke Zorgsysteem voor Veteranen (LZV). Het is bedoeld voor gezinnen van veteranen met PTSS.

“Mijn vrouw Nicole vond het heel zwaar voor de kinderen, te leven met een papa die PTSS heeft. Ze wilde na die gezinstherapie iets voor de kinderen doen.” Alan Bakx (37) vertelt met zichtbare trots over het ontstaan van een kettinkje met een kleine anjer dat als ‘erbetoon’ door veteranen aan hun kinderen werd uitgereikt aan het eind van de zogeheten meergezinstherapie van de Reinier van Arkel groep. Het vormde de bekroning op een voor het gezin Bakx zeer geslaagde pilot van dit speciale gezinsprogramma voor PTSS'ers. “Ik ben hartstikke trots op mijn kinderen. Voor ons is het al moeilijk om uit te leggen wat PTSS is, kun je nagaan hoe dat voor hen is. Zeker op school of op een sportclub. Nu hebben ze mensen leren kennen waarbij ze meteen helemaal zichzelf kunnen zijn. Net als ik met mijn maten. Dat is zo mooi om te zien.”

Bosnië

Als dienstplichtige gaf Bakx zich in 1993 als vrijwilliger op voor Bosnië. “Ik had een mbo-opleiding in de zorg gedaan, dus zag ik VN-operaties wel zitten.” Geplaatst bij het eerste Belgisch-Nederlandse transportbataljon in Vitez maakte hij als chauffeur herhaaldelijk beschietingen mee en dreigde vaak gevaar van snipers. Hij maakte ook van nabij mee dat door een Nederlandse colonne per ongeluk een kind werd overreden. “Toen dacht ik in een tiende van een seconde: dit gaat niet goed. Wij komen hier om te helpen en rijden

een kind dood.” Het liep met een sisser af en eigenlijk was dat de enige keer dat hij zich angstig voelde, maar frustratie was er wel. “De misvatting dat je een rol van betekenis zou kunnen spelen voor het welzijn van de mensen daar. De ene keer bracht je eten naar Moslims en werd je door Kroaten tegengehouden, dan weer bracht je water naar de Kroaten en werd je door de Moslims tegengehouden. We waren een speelbal van de strijdende partijen.”

De onmachtgevoelens speelden hem ook in de burgermaatschappij parten. Teruggekeerd in de zorg, liep hij tegen vergelijkbare frustraties aan. “Het wel willen, maar niet kunnen. Beloof dan niet: wij geven de beste zorg! Ik trok me alles persoonlijk aan. Mijn vrouw Nicole, destijds vriendin, adviseerde me om terug te gaan naar Defensie. Toen heb ik nog ruim vier jaar als marineverpleger gediend.” Bakx werd ingezet bij rampen als de orkaan Lenny en een aardverschuiving in Venezuela. “Dan zie je ook veel leed, maar daar had ik geen seconde last van omdat ik kon handelen. Maar Nicole en ik kregen kinderen en de marine combineren met een gezin was minder, daarom ben ik er in 2000 weer uitgegaan.”

PTSS

Omdat hij was ‘afgeknapt’ op de zorg, koos hij voor een baan als verkoper van technische installaties en



Nicole en Alan Bakx met kinderen Sanne (12) en Joris (11). Foto: Karin Stroo.

medicijnen. Maar ook dat bleek geen goede keus. "Ik was eigenlijk te soft voor de verkoop en te hard voor de zorg." In 2005 keerde hij weer terug in de zorg om te werken met psychiatrisch verstandelijk gehandicapten. "Daar kwam mijn militaire denken aan te pas, want je moet dan vaak handelend optreden. Maar met het management kon ik het weer niet vinden." Uit frustratie nam hij ontslag, werkte nog een proeftijd lang bij de GGZ en klapte toen in elkaar. "Ik trok het niet meer." Al die jaren bleek hij signalen dat er iets mis was, genegeerd te hebben. Via het Centraal Aanmeldingspunt van het Veteraneninstituut in Doorn kwam hij terecht bij het Psychotraumacentrum Zuid-Nederland. Daar werd een posttraumatische stressstoornis geconstateerd. Een individuele therapie hielp hem weer 'op de rails', zoals hij het zelf uitdrukt.

Meergezinsbehandeling

Aan het slot van de succesvolle behandeling werd hij met zijn gezin gevraagd om deel te nemen aan een pilot waarin zes gezinnen van in totaal 32 personen deel zouden nemen

aan een meergezinstherapie. Allemaal gezinnen van PTSS-veteranen van uiteenlopende uitzendingen van verschillende krijgsmachtdelen. "Libanon, Bosnië, Afrika, het was een hele heterogene groep. De veteranen kwamen uit verschillende fasen van individuele therapie, maar dat werkte prima. Soms werden partners en kinderen in aparte groepen gezet, dan weer werden gesprekken in de hele groep gevoerd. Je leert van elkaar en er is veel erkenning en herkenning. Ook bij de partners en de kinderen. We kunnen met de hand op het hart zeggen dat het heeft geholpen."

Dat de BNMO van plan is om via de Basis ook meer programma's aan te bieden die gericht zijn op gezinnen van veteranen met PTSS, juicht Bakx dan ook toe. Wel vindt hij dat deelnemers af en toe ook wat meer aangesproken kunnen worden op hun eigen verantwoordelijkheid. "We zijn niet alleen maar zorgenkinderen, maar kunnen juist ook kracht uitstralen door onze saamhorigheid. Positieve energie geeft veel meer perspectief dan in zelfmedelijden zwelgen!"