

1 Wat is morele verwonding?

Tine Molendijk

‘Ik kon niet slapen, niet vanwege nachtmerries, maar omdat ik zat te piekeren.’ Dit zijn de woorden van een veteraan die als vredeshandhaver de val van Srebrenica machteloos meemaakte. Jarenlang piekerde hij er ’s nachts koortsachtig over of ze het goed of fout hadden gedaan, over ‘welk verhaal het juiste verhaal is’. Maar alle verhalen die hij hoorde in zijn omgeving, in de media, in de politiek bleken te zwart-wit. ‘Ik wilde mezelf niet schuldig noemen, want ik had mijn stinkende best gedaan. En ik wilde niet zoals het hele land onze eenheid aanvallen met ongegronde beschuldigingen.’ Tegelijkertijd: ‘Ik wilde mezelf ook niet onschuldig noemen, dat kón niet. Ik had mensen toch in de steek gelaten. En daarom bleef het maar etteren, nog altijd.’¹

Verhalen van schuld en verwarring zijn onder een substantieel aantal militair veteranen te vinden. En onder andere geüniformeerde beroepen, bijvoorbeeld de politie. Een voorbeeld daarvan is het verhaal van een politiemann die zoals zoveel van zijn collega’s in een lange carrière tal van heftige incidenten meemaakte, maar daar voor zijn gevoel te weinig bij gesteund werd. Het menselijk leed dat hij meemaakte, is bij hem gaan oppotten, van het meisje dat van een hoog gebouw naar beneden viel dat hij niet had kunnen redden, tot zijn zorgen over collega’s over wie hij zich ontfemd had tijdens zijn werk. Toen hij ziek thuis kwam te zitten, kwam alles terug en voelde hij zich alleen staan, in de steek gelaten door zijn collega’s en door zijn organisatie: ‘Je hoort er in ene niet meer bij, en dan dacht ik wel bij mezelf, verdorie nog ‘an toe, ik heb bijna 40 jaar letterlijk bijna alles gegeven.’ Dit was achteraf te veel, beseft hij, ‘want ik heb bijna ook mijn gezin eraan gegeven. En dan kom je ziek thuis te zitten, en dan wordt het definitief en ben je er niet meer’.²

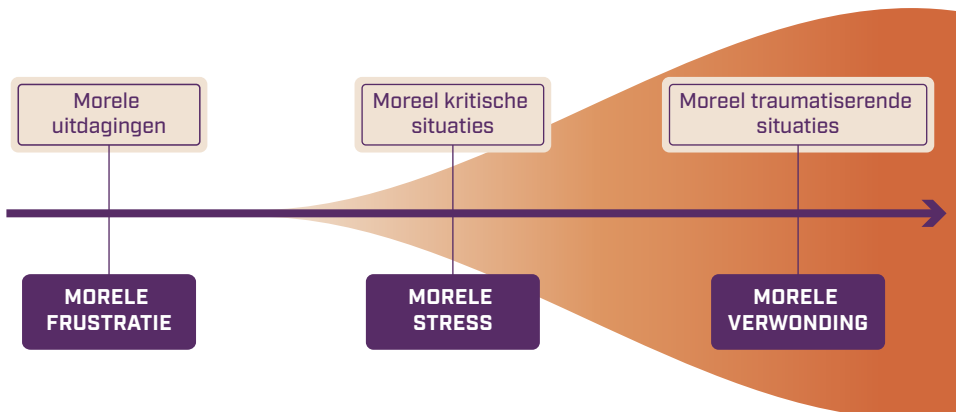
1 Dit verhaal is gedeeld met en opgetekend door Tine Molendijk.

2 Dit verhaal is gedeeld met en opgetekend door Teun Eikenaar.

Verhalen van morele stress en morele verwonding zijn ook te horen onder zorgpersoneel, zoals deze verpleegkundige die tijdens de coronacrisis op de COVID-19-afdeling van het ziekenhuis werkte. ‘Een besmette patiënt mocht maar één persoon per dag op bezoek hebben. En het kwam vaker voor dat een patiënt op het punt stond te overlijden.’ Dit plaatste hem voor dilemma’s. ‘Hield je die bezoeksregeling dan nog steeds vast, wetende dat óf de kinderen óf de man de moeder waarschijnlijk niet meer levend gingen zien? We hebben dat in het begin wel gedaan. Dat waren heftige dingen.’ Net als de militair en de politieagent keek de verpleegkundige met boosheid en vervreemding naar de samenleving die in een andere wereld leek te leven. ‘Wij moesten ons het lazarus werken en deze rotregels vasthouden, en intussen stonden mensen zich vrolijk klem te zuipen op illegale feesten en te zeuren dat het binnen zitten zo zwaar was. Verschrikkelijk.’³

Neem tot slot deze medewerkster van een verzorgtehuis, waar de coronacrisis ook haar weerslag had: ‘We moesten zo veel mogelijk afstand houden en met een beetje klachten mochten we officieel al niet meer werken. Maar de mensen die in een plek als deze zitten, hebben juist zo’n behoefte aan een beetje contact.’ Zij moesten immers hun naasten al missen door het bezoekverbod. ‘En te veel afstand en allemaal beschermingsmiddelen maakten de verwarde mensen bij ons juist verward en agressief. En verder, mijn collega’s en ik draaiden al overuren, dus om je dan ziek te melden met een vaag kuchje?’ Dus de medewerkster ging toen ze een vaag kuchje kreeg toch werken, en hield zich net als haar collega’s niet aan de afstandsregels. ‘Toen is daar door mij corona uitgebroken en zijn er heel veel bewoners overleden. Door mij.’⁴

Figuur 1.1 Gradaties van morele verwonding



3 Dit verhaal is gedeeld met en opgetekend door Tine Molendijk.

4 Dit verhaal is gedeeld met en opgetekend door Tine Molendijk.

Wat is morele verwonding en waar komt het begrip vandaan?

Al deze verhalen, voortkomend uit het onderzoek van de auteurs van dit boek, gaan over moreel-kritische situaties. Ze gaan over gevoelens van schuld en schaamte over wat iemand heeft gedaan of heeft nagelaten te doen, en tegelijkertijd over boosheid naar de organisatie, politiek en samenleving. Ze gaan over wat we tegenwoordig *moral injury*, morele verwonding, noemen: de psychische en sociale problemen die mensen kunnen ontwikkelen wanneer hun morele overtuigingen en verwachtingen geweld wordt aangedaan door eigen of andermans handelen.

Er zijn verschillende gradaties van morele verwonding, zoals bij alle psychische en sociale problematiek het geval is. Morele uitdagingen kunnen zorgen voor frustraties, en moreel-kritische situaties met pijnlijke gevolgen kunnen morele stress oproepen. In ernstige gevallen kan aanhoudende problematiek ontstaan. Dit zijn moreel traumatiserende situaties, die voor morele verwonding zorgen, waarbij de klachten bovendien tot nieuwe moreel verwondende situaties kunnen leiden. Schuld, schaamte en boosheid zetten de moreel verwonde persoon dan aan tot zelfdestructief gedrag en maken dat anderen hem of haar vermijden, veroorzaken zo nog meer schuld, schaamte en boosheid, en zo door. Deze sneeuwbalwerking is weergegeven met een ballon in figuur 1.1.

Hoewel het verschijnsel al zo oud is als de mensheid zelf, is het begrip 'morele verwonding' relatief jong. Halverwege de jaren negentig wierp de Amerikaanse psychiater Jonathan Shay *moral injury* op in zijn boek over trauma's bij Vietnam-veteranen. Ook veteraan en filosoof Camilo Bica schreef in deze jaren een uitgebreid artikel over *moral injuries*.⁵ Psycholoog Brett Litz en collega's ontwikkelden in 2009 het eerste conceptueel model van morele verwonding.⁶ Voor alle drie was het doel om opnieuw de aandacht te vestigen op die cruciale morele dimensie van trauma, die ondergesneeuwd was geraakt door een focus op angst in de traumaliteratuur en traumabehandelingen. Sindsdien is het begrip bekend in onderzoek en behandeling gericht op militairen en veteranen, en in toenemende mate wint het bekendheid met betrekking tot bijvoorbeeld politie, brandweer en zorgpersoneel.

Morele verwonding wordt vaak als volgt gedefinieerd: *de psychologische, spirituele en sociale impact van een schending van fundamentele morele overtuigingen en verwachtingen, waarbij de moreel verwonde persoon zowel het slachtoffer, de getuige als de dader kan zijn geweest,*

5 Jonathan Shay, *Achilles in Vietnam: Combat Trauma and the Undoing of Character*, New York: Simon and Schuster, 1994; Brett T. Litz et al., 'Moral Injury and Moral Repair in War Veterans: A Preliminary Model and Intervention Strategy', *Clinical Psychology Review* 29, nr. 8 (2009), p. 695-706; Camillo C. Bica, 'A Therapeutic Application of Philosophy. The Moral Casualties of War: Understanding the Experience', *International Journal of Applied Philosophy* 13, nr. 1 (1999), p. 81-92.

6 Zie Litz et al. 2009.

in ieder geval in eigen ogen.⁷ De morele schending kan bijvoorbeeld een moreel dilemma zijn waarbij een persoon tussen twee kaden moet kiezen, een grensoverschrijding van de eigen waarden door tijdelijke morele ‘afstomping’, of gevoelens van verraad door het handelen of de nalatigheid van anderen. De psychologische, spirituele en sociale impact kan bestaan uit gevoelens van schuld, schaamte en/of boosheid, en breder uit een diepgaande ervaring van innerlijke desoriëntatie, sociale vervreemding en algemene zinloosheid.

Wie kan moreel verwond raken?

Zoals duidelijk zal worden, vormen hoogimpactberoepen specifiek risicovolle contexten voor morele verwonding. Tegelijkertijd is morele verwonding niet alleen iets van bepaalde groepen. Iedereen kan moreel verwond raken. Uitzonderingen daargelaten hebben we allemaal een moreel kompas. We dragen morele waarden, overtuigingen en verwachtingen in ons mee die met externe gebeurtenissen en ons eigen gedrag kunnen botsen, en die ook met elkaar in conflict kunnen raken. We hebben de onuitgesproken overtuiging dat de dingen die we doen zin hebben en dat de wereld een bepaalde logica en rechtvaardigheid heeft, zelfs als we tegelijkertijd ergens wel weten dat dit niet altijd het geval is. Praktisch iedere dag worden wij met moreel uitdagende situaties geconfronteerd, waar we ons overigens meestal niet eens bewust van zijn. Denk bijvoorbeeld aan al die keren dat we moeten kiezen tussen een leugentje om bestwil of kwetsende eerlijkheid. Dat zijn kleine dilemma’s. Of denk aan het onrecht dat je voelt als iemand in je omgeving te jong sterft. Dit hóórt toch niet, dit is oneerlijk, denk je, terwijl je ook wel weet dat de wereld soms onrechtvaardig is.

Voorgenoemde milde ervaringen zitten veelal links en midden op het continuüm van morele verwonding zoals getoond in figuur 1.1, bij morele frustratie en morele stress. In het mildste geval hebben we niet eens door dat we morele spanning ervaren. In de wat zwaardere gevallen voelen we ons geweten knagen, worden we boos, of ervaren we afschuw, twijfel en verwarring. De moreel kritische confrontatie slaat ons uit het lood, maar dit kan zo ook leiden tot een herijking van ons morele kompas.⁸ Morele spanning en bijbehorende emoties zijn dus niet alleen onvermijdelijk maar ook soms nodig.

7 Zie onder meer Litz et al. 2009; Jonathan Shay, ‘Moral Injury’, *Psychoanalytic Psychology* 31, nr. 2 (2014), p. 182-91; Sheila Frankfurt & Patricia Frazier, ‘A Review of Research on Moral Injury in Combat Veterans’, *Military Psychology* 28, nr. 5 (2016), p. 318-330.

8 David Denborough, ‘Moral Injury and Moral Repair: The Possibilities of Narrative Practice’, *International Journal of Narrative Therapy and Community Work*, nr. 4 (2021), p. 24-58; Jarrett Zigon, ‘Moral Breakdown and the Ethical Demand: A Theoretical Framework for an Anthropology of Moralities’, *Anthropological Theory* 7, nr. 2 (1 June 2007), p. 131-50.

Tegelijkertijd kunnen moreel kritische ervaringen zo overweldigend zijn dat gewoon verdergaan niet meer mogelijk lijkt. Deze ervaringen verwoesten de illusie van onze morele overtuigingen en verwachtingen, waarmee we altijd zo vanzelfsprekend door het leven bewogen. Ze vegen alle morele zekerheden onder onze voeten weg en slaan diepe wonden.⁹ Deze wonden kunnen innerlijk morele conflicten omvatten en conflicten met de mensen om ons heen.

Figuur 1.2 Kenmerkende klachten PTSS en moral injury



Hoe verhoudt morele verwonding zich tot post-traumatische stressstoornis?

Het begrip morele verwonding overlapt deels met de concepten depressie, burn-out en posttraumatische stressstoornis (PTSS) maar er zijn ook kenmerkende verschillen. Morele verwonding heeft specifiek veel raakvlakken met PTSS en wordt daar dan ook vaak mee gecontrasteerd (zie figuur 1.2 en tabel 1.1). Overigens geldt voor alle psychologische begrippen dat ze deels overlappen met andere psychologische begrippen. Het zijn immers analytische constructen, *tools* om de wereld beter te begrijpen, geen hard omliggende objecten die in de werkelijkheid rondzweven. Een vergelijking tussen morele verwonding en PTSS betekent dus onvermijdelijk ook een versimpeling van de werkelijkheid.

Het verschil tussen de begrippen ligt met name in hun focus op respectievelijk levensdreiging en angst (PTSS) en moreel conflict en morele emoties (moral injury).

⁹ Tine Molendijk, 'Toward an Interdisciplinary Conceptualization of Moral Injury: From Unequivocal Guilt and Anger to Moral Conflict and Disorientation', *New Ideas in Psychology* 51 (2018), p. 1-8.