

Het belang van sociale steun tijdens de initiële officiersopleiding

Tweede luitenant Gino van Ginkel BSc*

Het thuisfront is voor militairen een belangrijke steunpilaar. De sociale steun die het thuisfront levert is belangrijk voor militairen en kan van invloed zijn op de manier waarop de militair met stress en onzekerheid omgaat.¹ Sociale steun werkt in dit geval als buffer en kan de stresservaring van de militair, in het kader van ongunstige werksituaties, dempen.² Deze 'buffereigenschap' van sociale steun op de prestatie en het functioneren van militairen is veelvuldig nationaal en internationaal onderzocht. Veel onderzoek in het militaire domein richt zich echter op steun *aan* het thuisfront en niet op de ervaren sociale steun die militairen ontvangen *van* (onder andere) het thuisfront.³ Ook is nauwelijks onderzoek gedaan naar de sociale steun, van onder andere het thuisfront, die net opgekomen militairen in de initiële opleiding ervaren. Dit artikel geeft de resultaten weer van onderzoek op juist dat gebied, op basis van een casestudy onder cadetten met verschillende methoden van kwalitatieve dataverzameling.



Onderzoek van Sarah Overdale en Dianne Gardner toont een verband aan tussen sociale steun van het thuisfront en van de instructeurs met de prestatie van militairen in de initiële opleiding.⁴ Met de sociale steun in dit onderzoek wordt bedoeld: de mate waarin sociale steun een positieve rol heeft in relatie tot het functioneren van de militair. Het thuisfront en de instructeurs zorgen ervoor dat militairen beter socialiseren en de initiële opleiding beter doorlopen. In Nederland is een dergelijke studie nog niet uitgevoerd. Een dergelijk onderzoek kan inzicht geven op welke vlakken de sociale steun aan rekruten, die onder andere door het thuisfront maar ook de organisatie wordt geleverd, te optimaliseren valt. Deze inzichten kunnen helpen om het welbevinden en het functioneren van de militair in de initiële opleiding beter te ondersteunen.

Dit artikel gaat in op de ervaren sociale steun onder militairen in de initiële opleiding vanuit verschillende 'steunverleners', zoals onder andere het thuisfront, instructeurs, en collega's. Specifiek betreft het hier cadetten uit de initiële

- * Tweede luitenant Gino van Ginkel BSc schreef dit artikel als een bewerking op zijn scriptie: 'Samen Sterker: een onderzoek naar de ervaren sociale steun onder BO-1 cadetten aan de KMA'. De scriptie dient als afsluiting van de bacheloropleiding Militaire Bedrijfswetenschappen aan de Faculteit Militaire Wetenschappen (FMW), onderdeel van de Nederlandse Defensie Academie. Vanuit de FMW werd de scriptant begeleid door Dr. T.P. (Tessa) op den Buijs en Dr. M.D. (Manon) Andres.
- 1 S. Cohen en T.A. Wills, 'Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis', in: *Psychological Bulletin* 98 (1985) (2) 310-357.
 - 2 L. Luo, 'Social Support, Reciprocity, and Well-Being', in: *The Journal of Social Psychology* 137 (1997) (5) 618-628.
 - 3 M.A. Gold en S.B. Friedman, 'Cadet Basic Training: An Ethnographic Study of Stress and Coping', in: *Military Medicine* 165 (2000) (2) 147-152.
 - 4 S. Overdale en D. Gardner, 'Social Support and Coping Adaptability in Initial Military Training', in: *Military Psychology* 24 (2012) 308-326.

Bivak op Texel

FOTO MCD, JAN DIJKSTRA



Sociale steun kan mensen helpen met het verwerken van en omgaan met stressvolle gebeurtenissen

officiersopleiding, de beroepsopleiding 1 (BO-1), aan de Koninklijke Militaire Academie (KMA) in Breda. Het onderzoeksdoel hierbij is inzicht te krijgen in de mate van sociale steun die cadetten ontvangen tijdens de BO-1, door een analyse uit te voeren naar hoe zij sociale steun ervaren. Om dit doel te bereiken is gezocht naar inzichten over (het belang van) sociale steun die naar voren komen in de literatuur. Ook is gevraagd naar de sociale steun die cadetten ervaren in de BO-1, gezien in het licht van de verkregen inzichten over (het belang van) sociale steun. Ten slotte is onderzocht welke inzichten de analyse van de ervaren sociale steun onder cadetten opleverden.

Sociale steun

Sociale steun kan beschreven worden als de 'goedaardige interpersoonlijke transactie die mensen beschermt tegen nadelige effecten van stressvolle voorvallen'.⁵ Daarnaast kan ook gesproken worden over de termen 'sociale integratie' en 'sociale netwerken'.⁶ Sociale steun verwijst doorgaans naar de functionele eigenschappen van steun, waarmee de relatie met stress en functioneren wordt geduid. In dit geval vermindert sociale steun de negatieve effecten van stress, waardoor het functioneren van een individu kan verbeteren. Sociale netwerken verwijzen eerder naar verschillende structuren van tweezijdige relaties, dus hoe onderlinge verhoudingen en relaties tussen individuen zijn. Sociale integratie daarentegen, ook wel de mate van isolatie, heeft meer te maken met de kwantiteit van sociale relaties. In dit artikel ligt de focus op de functionele sociale steun, maar ook theorieën over sociale netwerken en sociale integratie komen aan de orde.

De literatuur onderscheidt drie vormen van (functionele) sociale steun.⁷ De eerste is emotionele steun, wat betekent dat mensen bereid zijn te luisteren en zorg te bieden.⁸ Zo kan men iemand gerust proberen te stellen of met diegene meeleven. *Appraisal support* houdt verband met de zelfevaluatie, en heeft te maken met hoe iemand tegen zichzelf aankijkt.⁹ Dit valt onder emotionele steun omdat door emotionele steun iemand een beter beeld kan krijgen van zichzelf. De tweede vorm is instrumentele steun, die wordt gevormd door het leveren van tastbare zaken of diensten, zoals goederen of geld.¹⁰ Instrumentele steun hoeft niet per se te gebeuren vanuit een emotionele grondslag en staat dus los van emotionele steun. De laatste vorm van steun is informatie steun. Dit is informatie waarmee iemand beter kan omgaan met een probleem.¹¹

Sociale steun kan ook worden beschreven in de mate van waargenomen (*perceived*) en ontvangen (*received*) steun. We spreken van *perceived* als het gaat om de perceptie van sociale steun die iemand ontvangt.¹² Dit kan verschillen van de daadwerkelijk beschikbare of gegeven, *received*,

5 Luo, 'Social Support, Reciprocity, and Well-Being', 618.

6 J.S. House, 'Social Support and Social Structures', in: *Sociological Forum* 2 (1987) (1) 135-146.

7 J. McGene, *Social Fitness and Resilience: a review of relevant constructs, measures, and links to well-being* (Santa Monica, RAND, 2013) 7.

8 V.S. Helgeson, 'Social support and quality of life', in: *Quality of Life Research* 12 (2003) 25-31.

9 Sheldon Cohen, Lynn Underwood en Benjamin Gottlieb (red.), *Social Support Measurement and Intervention* (Oxford, Oxford University Press, 2000) 29-52.

10 C.P. Langford, J. Bowsher, J.P. Maloney en P.P. Lillis, 'Social support: a conceptual analysis', in: *Journal of Advanced Nursing* 25 (1997) 95-100.

11 Langford, Bowsher, Maloney en Lillis, 'Social support: a conceptual analysis', 95-100.

12 B.N. Uchino, *Social support and Physical Health: Understanding the Health Consequences of Relationships* (New Haven en Londen, Yale University Press, 2004).



KMar in opleiding tijdens de bivak. Militaire socialisatie speelt een belangrijke rol bij het ervaren van stress

FOTO MCD, HILLE HILLINGA

sociale steun. De perceptie van sociale steun is immers subjectief en kan per persoon verschillen. De mate waarin iemand de sociale steun positief of negatief ervaart hangt sterk samen met onder andere de persoonlijkheid van het individu.¹³

Het belang van sociale steun

Sociale steun kan mensen helpen met het verwerken van en omgaan met stressvolle gebeurtenissen. Dit effect heet ook wel de 'bufferhypothese'. De mate waarin een persoon sociale steun ervaart werkt als buffer om potentiële nadelige effecten van stress op te vangen.¹⁴ Moderne stresstheorieën zien stress als de situatie waarbij een individu een bepaalde gebeurtenis als een gevaar ziet en hij of zij geen middelen (kennis) heeft om hiermee goed om te gaan.¹⁵ Volgens de bufferhypothese is sociale

steun dus een moderator (een variabele die invloed heeft op de relatie tussen twee andere variabelen) in het stressproces en bepaalt deze deels de mate van stressreactie.

Als steungevende handelingen door anderen leiden tot effectief copinggedrag, vermindert het effect van de stressor. Dit heet ook wel de 'stress-steun matching hypothese'.¹⁶ Volgens deze theorie vraagt elke stressvolle situatie om een bepaalde set specifieke eisen die de ontvanger nodig heeft. Iemand die bijvoorbeeld geld nodig heeft, kan weinig met iemand die slechts vriendelijk tegen hem is, en heeft meer aan iemand die hem ook daadwerkelijk geld leent.

13 M.W. Baldwin, 'Relational Schemas and the Processing of Social Information', in: *Psychological Bulletin* 112 (1992) (3) 164-484.

14 Cohen en Wills, 'Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis', 310-357.

15 James Szalma en Peter A. Hancock (red.), *Performance under Stress* (Londen, CRC Press LLC, 2008) 1-18.

16 Cohen en Wills, 'Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis', 310-357.

Als iemand alleen al het idee heeft dat bepaalde steun aanwezig is, zonder dat specifieke steun wordt geleverd, speelt de zogenoemde *appraisal* of 'taxatie' van de stressor een belangrijke rol.¹⁷ In dit geval kan sociale steun mensen beschermen tegen de negatieve effecten van stressoren omdat zij de stressvolle situatie als minder negatief interpreteren.¹⁸

Naast het bufferhypothesemodel van sociale steun is er ook het 'directeffectmodel' van sociale steun. In dit model leveren sociale steunrelaties een directe bijdrage aan de psychologische en fysieke gezondheid.¹⁹ Door invloed van deze relaties en de druk die zij uitoefenen op een individu, kunnen zij gezondheidsfactoren zoals roken en alcoholgedrag beïnvloeden. Daarnaast zou het deel uitmaken van een sociaal netwerk het individu een algeheel positief gevoel geven door het leveren van stabiliteit, levenslust en een veiligheidsgevoel.²⁰ Ook een gevoel van eigenwaarde dat ontstaat door het voldoen aan de verwachtingen van het steunnetwerk bevordert deze positieve gevoelens en effecten. Door deze positieve psychologische gevoelens worden gevoelens van wanhoop en nutteloosheid onderdrukt, wat resulteert in een hogere motivatie en zelfzorg.²¹ Tot slot zorgt een groot en divers netwerk ook voor extra toegang tot informatiebronnen. De kans dat een individu ergens terecht kan met

specifieke vragen is dus groter naarmate het netwerk groter en meer divers is.²² Iemand die toegang heeft tot bepaalde informatie kan mogelijk stressvolle situaties vermijden of hier beter mee om gaan.

Het belang van sociale steun in de militaire context

Rolconflict en specifiek *work-family conflict* spelen een belangrijke rol in de militaire context van sociale steun. Bij rolconflict is er sprake van een conflict tussen twee of meer conflict veroorzakende factoren, waarbij naleving van de ene conflict veroorzakende factor leidt tot het lastiger naleven van de ander.²³ Op het moment dat de verschillende belangen van werk en familie met elkaar botsen, wordt ook wel over een *work-family conflict* gesproken.²⁴ Ook kan een conflict de eigen identiteit van de militair betreffen. Dit laatste is het geval wanneer de eigen identiteit niet overeenkomt met de verwachte identiteit van het militair zijn. Daar kan sprake van zijn als iemand die op zoek is naar actie en geweld in een positie komt waarin juist geen geweld mag worden gebruikt, zoals bij *peacekeeping-missies*.²⁵

Rolconflict hoeft niet altijd te leiden tot stress. De manier waarop iemand omgaat met deze conflicterende belangen (*coping*) bepaalt in sterke mate de (negatieve) effecten van *role stress*.²⁶ Als iemand wel stress en dus negatieve effecten ervaart door rolconflict kan sociale steun deze negatieve effecten bufferen door toepassing van het eerder besproken bufferhypothesemodel van sociale steun. Sociale steun kan dus de negatieve effecten van *role stress* verminderen.

Naast mogelijke *work-family* problemen speelt ook militaire socialisatie een belangrijke rol bij het ervaren van stress. Zodra nieuwe rekruten in aanraking komen met de opleidingen bij de krijgsmacht, komen zij terecht in een totale militaire institutie. Dit houdt in dat zij in een nieuwe en unieke omgeving komen met een eigen training, cultuur en socialisatieproces.²⁷ Binnen deze totale instituties moeten zij zich conformeren aan de nieuwe regels en de nieuwe

17 Cohen, Underwood en Gottlieb (red.), *Social Support Measurement and Intervention*, 3-25.

18 S. Cohen en H. Hoberman, 'Positive Events and Social Supports as Buffers of Life Change Stress', in: *Journal of Applied Social Psychology* 13 (1983) (2) 99-125.

19 Cohen, Underwood en Gottlieb (red.), *Social Support Measurement and Intervention*, 3-25.

20 Cohen en Wills, 'Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis', 310-357.

21 I. Kira, 'Toward an Integrative Theory of Self-Identity and Identity Stressors and Traumas and Their Mental Health Dynamics', in: *Psychology* 10 (2019) 385-410.

22 Cohen, Underwood en Gottlieb, *Social Support Measurement and Intervention*, 3-25.

23 J. Greenhaus en N.J. Beutell, 'Sources of conflict between work and family roles', in: *Academy of Management Review* 10 (1985) (1) 76-88.

24 R. Moelker, M. Andres, G. Bowen en P. Manigart, *Military Families and War in the 21st Century* (Abingdon, Routledge, 2015) 12.

25 T. op den Buijs, W. Broesder, I. Goldenberg, D. Resteigne en J. Kivirähk, 'Warrior and peacekeeper role identities: associations with self-esteem, organizational commitment and organizational citizenship behavior', in: *Joint Military Studies* 8 (2019) 3-15.

26 M. Siegall en L. Cummings, 'Stress and organizational role conflict', in: *Genetic Social and General Psychology Monographs* 121 (1995) (1).

27 C. Barnao, 'Military Training', in: *Italian Sociological Review* 9 (2019) (2) 289-304.

generieke identiteit, die wordt gekenmerkt door gestandaardiseerde regels, procedures en ook bijvoorbeeld kleding.²⁸ Bovendien krijgen nieuwe militairen te maken met nieuwe stressoren, zoals gebrek aan militaire ervaring, het niet kunnen anticiperen op de omgeving en het leren omgaan met tijdsdruk.²⁹ Naarmate de opleiding vordert, kunnen zij ook te maken krijgen met slaapdeprivatie, conflicten tussen teamwork en eigen slagen, onervarenheid met leiderschap, isolatie en gezondheidsklachten. De manier waarop militairen hiermee omgaan wordt grotendeels bepaald door hun coping-mechanisme. Onderzoek heeft aangetoond dat coping met specifiek militaire stressoren na de opleiding veel beter gaat bij de geslaagde militairen.³⁰ Zodra ze verder zijn in het socialisatieproces voelen militairen zich onafhankelijker, hebben ze meer zelfvertrouwen, zijn ze in staat meer persoonlijke verantwoordelijkheid te nemen en zouden ze zich meer bewust zijn van zichzelf en hun omgeving.³¹

Als gekeken wordt naar de mechanieken van coping van socialiserende militairen, valt op dat naast humor en rationaliseren, vooral in de beginfase van de opleiding sociale steun van groot belang is.³² Bovendien zorgen sociale steun en vriendschappen ervoor dat militairen beter bestand zijn tegen de negatieve effecten van stress.³³ Rekruten die niet in staat zijn sociale netwerken te vormen hebben een kleinere kans om de opleiding af te ronden.³⁴ Steun tijdens de periode van civiel-militaire transitie en tijdens de initiële opleiding is dus van groot belang omdat de stressoren in deze periode een veelvoud zijn. Sociale steun kan deze stress bufferen en de negatieve effecten ervan verminderen.

Negatieve effecten van sociale steun

De relatie tussen sociale steun en uiteindelijke stress kan ook negatief zijn. Dit kan gebeuren op het moment dat iemand een lage werklast ervaart. Sociale steun wordt dan gezien als ongewenste bemoeizucht of kan als inbreuk op de regelruimte worden beschouwd. De steunontvanger kan het ook als wantrouwen zien dat

Aandacht voor de negatieve effecten van sociale steun is net zo belangrijk als voor de positieve effecten

hij of zij niet in staat zou zijn om zelf problemen op te lossen.³⁵ Aandacht voor de negatieve effecten van sociale steun is net zo belangrijk als voor de positieve effecten. Als deze negatieve effecten zich namelijk voordoen, is het waarschijnlijk dat zij velen malen sterker zijn dan de eventuele positieve effecten die voortkomen uit deze sociale netwerken.³⁶

- 28 J. Soeters, *Sociology and Military Studies: Classical and current foundations* (Abingdon, Routledge, 2018) 91-104.
- 29 M.A. Gold en S.B. Friendman, 'Cadet Basic Training: An Ethnographic Study of Stress and Coping', in: *Military Medicine* 165 (2000) (2) 147-152.
- 30 O.A. Solberg, A. Gravrakmo, L.K. Fossum en H. Nordvik, *Determinants for Coping Expectations among Air Force Cadets. Proceedings of the 42nd Annual Conference of The International Military Testing Association* (Edinburgh, International Military Testing Association, 2000) 275-283.
- 31 Y. Dar en S. Kimhi, 'Military service and self-perceived maturation among Israel Youth', in: *Journal of Youth and Adolescence* 30 (2001) (4) 427-448.
- 32 Gold en Friendman, 'Cadet Basic Training', 147-152.
- 33 J.E. Myers en M.A. Bechtel, 'Stress, Wellness, and Mattering among Cadets at West Point: Factors Affecting a Fit and Healthy Force', in: *Military Medicine* 169 (2004) (6) 475-482.
- 34 Overdale en Gardner, 'Social Support and Coping Adaptability in Initial Military Training', 308-326.
- 35 A. Gaillard, *Stress, Productiviteit en Gezondheid* (Den Haag, SDU Uitgevers B.V., 2007) 187.
- 36 R.F. Baumeister, E. Bratslavsky, C. Finkenauer en K.D. Vohs, 'Bad Is Stronger Than Good', in: *Review of General Psychology* 5 (2001) (4) 323-370.

Deze negatieve effecten worden voornamelijk veroorzaakt doordat de benodigde steun van de steunbehoevende niet aansluit met de beoogde steun die de steunverleners bedoelen te geven.³⁷ Ook Anthony Gaillard geeft aan dat sociale steun

van de leidinggevende en collega's averechts kan werken in drie gevallen: als iemand zich door deze steun juist minder capabel voelt om met het probleem om te gaan omdat hij in de verlegenheid wordt gebracht; als door de steun juist de angsten die iemand had terecht blijken; en als de steun opgevat wordt als een bedreiging voor het zelfvertrouwen doordat iemand zich gecontroleerd voelt.³⁸

37 K.D. Harber, L. Jussim, K.A. Kennedy, R. Freyberg en L. Baum, 'Social Support Opinions', in: *Journal of Applied Social Psychology* 38 (2008) (6) 1463-1505.

38 Gaillard, *Stress, Productiviteit en Gezondheid*, 187-188.



Methode

Het onderzoek voor dit artikel betrof een casestudy, met als case het sociale steunproces: de ervaren sociale steun door militairen tijdens de BO-1. Dit proces is begrensd in tijd (de vijftien weken durende BO-1 opleiding) en in ruimte (alleen eerstejaarscadetten op de KMA zijn onderzocht). Deze casestudy kenmerkt zich

verder door het gebruik van verschillende methoden in de dataverzameling, waarbij eerst een korte vragenlijst onder de respondenten werd afgenomen en vervolgens diepgaande kwalitatieve gesprekken werden gevoerd middels focusgroepen onder groepen cadetten.³⁹ Een voordeel hiervan is dat het onderzoek hierdoor een hogere validiteit heeft.⁴⁰

Naar aanleiding van de korte vragenlijst vonden vier focusgroepgesprekken plaats met steeds twee tot vier personen; dezelfde deelnemers als aan de vragenlijst. Een focusgroep is in feite een groepsinterview, met de focus op bepaalde onderwerpen.⁴¹ In dit geval waren dat de dimensies en aspecten die onder sociale steun vallen, zoals de mate van steun, de vorm waarin en van wie de cadetten sociale steun hebben ervaren, maar ook wat respondenten gemist hebben aan steun. De gesprekken werden met toestemming opgenomen en zijn uitgewerkt in transcripten.

De verkregen inzichten zijn op een objectieve en ethisch verantwoorde manier tot stand gekomen zonder schade aan participanten te berokkenen. Met een *informed consent* (toestemmingsformulier) zijn de respondenten op de hoogte gebracht dat zij op vrijwillige basis deelnamen aan het onderzoek en op elk moment het recht hadden om ermee te stoppen. Dit werd ook voorafgaand aan elk focusgroepgesprek nogmaals benadrukt.

Resultaten

Uit de korte vragenlijst is naar voren gekomen dat respondenten relatief veel steun ontvangen in drie vormen, zoals weergegeven in onderstaande Tabel 1.

Cadetten hebben verder een relatief groot steunnetwerk om zich heen van gemiddeld

Sociale steun en vriendschappen zorgen ervoor dat militairen beter bestand zijn tegen de negatieve effecten van stress

FOTO MCD, LOUIS MEULSTEE



39 Specifiek gaat het hier om eerstejaarscadetten van de Koninklijke Landmacht (lang en kort model), Koninklijke Luchtmacht (lang model) en Koninklijke Marechaussee (lang en kort model).

40 J. Wheeldon, 'Mapping Mixed Methods Research', in: *Journal of Mixed Methods Research* 4 (2010) (2) 87-102.

41 A. Bryman, *Social Research Methods* (Oxford, Oxford University Press, 2016) 500-524.

Tabel 1 Ontvangen steunsoorten

Vormen van sociale steun	Gemiddelde ontvangen steun (1 – 5 Likertschaal, waarbij 1 = niet ontvangen en 5 = zeer veel ontvangen)
Emotionele Steun	3,59
Informationele Steun	3,70
Instrumentele Steun	3,79

22 personen. In totaal zei ruim een kwart van de respondenten veel prestatiedruk vanuit hun sociale netwerk te ervaren en bijna de helft van de respondenten voelde deze druk soms. Daarnaast gaf de helft van de respondenten aan zeer veel tot veel hulp te krijgen van hun sociale netwerk bij het voltooien van de opleiding.

Uit de gesprekken met de focusgroepen is een aantal thema's geïdentificeerd met bijbehorende subthema's. Deze zijn: Emotionele steun (van het thuisfront, medecadetten, de kronen,⁴² instructeurs, buddy, doorstromers en professionele steunverleners), Instrumentele steun (van familie en vrienden, medecadetten, kronen en de organisatie), Informationele steun (van familie, medecadetten, kronen, instructeurs, ouderejaars, doorstromers, buddy en professionele steunverleners.) en Negatieve steunervaring (door het thuisfront, medecadetten, de kroon, de instructeurs en de defensieorganisatie). De belangrijkste bevindingen komen hieronder aan bod.

Alle cadetten gaven aan veel emotionele steun van het thuisfront en van medecadetten te ervaren. Een respondent zei: 'Het is best wel fijn om met iemand die buiten de vlucht staat [...] of om met vrienden of familie te praten.' De emotionele steun van het thuisfront betrof vooral een luisterend oor. Een andere respondent zei: 'Ik had ook gewoon vluchtgenoten waar je heel erg veel steun vandaan haalt.' Ook kan emotionele steun van de kronen een belangrijke rol spelen als de opleiding als zwaar en stressvol

wordt ervaren. Een luchtmachtcadet gaf aan: 'De kronen hebben heel erg op ons ingepraat op momenten dat het echt heel zwaar was.' Emotionele steun vanuit het netwerk van instructeurs werd over het algemeen positief ervaren, vooral als instructeurs goed bereikbaar waren voor vragen. Een cadet gaf aan dat de instructeurs 'heel bereikbaar' waren en 'veel steun kon bieden', maar een andere respondent was genuanceerder en gaf aan minder vertrouwen te hebben in deze vorm van steun omdat het niet echt als steun werd gezien: 'Hij mocht sommige mensen wel en sommige mensen niet.'

Instrumentele steun, waarop relatief het hoogst werd gescoord, werd vooral vanuit het netwerk van familie en vrienden ervaren. Instrumentele steun beperkte zich met name tot kleine handelingen als halen en brengen naar en van de opleiding, boodschappen doen en andere kleine handelingen. Een respondent zei dat dit belangrijk is als ze weer naar huis gingen in het weekend: 'Het sluit aan op gewoon volledig weekend hunnen vieren.' Ook werd aangegeven dat het thuisfront niet goed weet hoe zij de juiste instrumentele steun (zoals producten voor bivak) kunnen geven die nodig is voor de cadet tijdens de opleiding: 'Mijn ouders zouden niet weten wat handig is.' Het salaris als instrumentele steun vanuit de organisatie bleek een beperkte rol te spelen en nauwelijks van belang te zijn: 'Ik had de opleiding ook gedaan als ik geen salaris zou krijgen.' Dit werd door meerdere cadetten ondersteund.

Informationele steun van kronen verschilde per opleidingsmodel. Een respondent die zeer positief was over deze steun, zei: 'Hij (de kroon) gaf vooral praktische zaken en informatie door waar hij maar kon.' De aanwezigheid van een vrouwelijke kroon werd ook positief ervaren door vrouwelijke cadetten als het om heel concrete vrouwenzaken ging die tijdens oefeningen speelden. Steun van instructeurs werd positief ervaren, instructeurs gaven vooral 'veel feedback en persoonlijke begeleiding.' Op bepaalde technische aspecten wensten cadetten echter meer informationele steun, soms werd een gebrek aan bepaalde roostertechnische informatie ervaren voor het werk en de taken

42 Een kroon is een ouderejaarscadet die de net opgekomen cadetten begeleidt en adviseert en treedt daarnaast op als de (informele) rechterhand van de pelotons- of vluchtcommandant.

die ze moesten uitvoeren: ‘We hebben nul keer een rooster ontvangen.’ Tot slot werd aangegeven dat doorstromers van grote waarde zijn voor de informationele steunverlening. Zij gaven steun in de vorm van tips, advies en feedback, zoals een respondent zei: ‘Bij mij hielpen ze me ook vooral (qua informatie) en dan gaven ze mij daar feedback op terug en dan kon ik dat weer toepassen.’

Negatieve steun werd vanuit diverse netwerken ervaren, zoals het thuisfront, medecadetten, kronen, instructeurs en de defensieorganisatie in het algemeen. Steun van familie en vrienden werkte soms averechts en werd als vervelend ervaren. Dit kan de stresservaringen in de opleiding doen toenemen zoals ook uit de literatuur naar voren kwam: ‘Mijn familie en vrienden probeerden me heel erg te helpen. Maar als ik dan thuiskwam in het weekend, dan moest ik vijf keer hetzelfde verhaal doen over hoe naar ik het heb gehad op bivak. En op een gegeven moment heb je er dan gewoon geen zin meer in.’ Negatieve steun door instructeurs kwam met name doordat cadetten het idee hadden dat informatie werd achtergehouden of dat het kader überhaupt niet beschikbaar was, of omdat soms dubbele informatie werd gegeven aan de cadetten waardoor zij dit als bemoeizucht gingen ervaren. Hierover werd gezegd: ‘Het kader was eigenlijk totaal niet bereikbaar.’ En: ‘Dit hadden wel al drie keer besproken.’ De negatieve steunervaring door de defensieorganisatie kwam met name door een gebrek aan informatie of het ontbreken van spullen en materiaal (gebrek aan instrumentele steun), waardoor bepaalde eisen die het kader stelde, zoals opstellen in een bepaald tenue, niet gehaald konden worden: ‘Want dan kwam de helft in een burgertrainingspak aan en dan kregen we op onze flikker dat we een burgertrainingspak aanhebben. Ja we hebben niks anders.’

Conclusie

Cadetten ervaren voornamelijk emotionele en informationele steun vanuit alle netwerken en instrumentele steun alleen vanuit hun privé-

De steun van het thuisfront is zeer belangrijk gebleken in het huidige onderzoek

netwerk (familie en vrienden). Instrumentele steun vanuit de organisatie in het kader van materieel werd eerder negatief ervaren. Het thuisfront en medecadetten zijn belangrijke steunleveranciers op emotioneel gebied. Informationele steun wordt vooral door medecadetten, kronen en instructeurs geleverd. Ook doorstromers zijn belangrijke steunverleners als het gaat om extra en specifieke informatie. De aanwezigheid van een vrouwelijke kroon in de opleiding bleek vooral voor vrouwelijke cadetten nuttig. Negatieve steun wordt helaas ook ervaren en dan vooral vanuit het thuisfront, omdat dat de situatie van de cadet niet goed begrijpt. Te veel steun vanuit instructeurs, het achterhouden van informatie, het niet kunnen bereiken van instructeurs of weinig vertrouwen hebben in instructeurs, kunnen bijdragen aan negatief ervaren sociale steun. Dit zou uiteindelijk averechts kunnen werken op de relatie tussen stressvolle situaties en de stress die cadetten in de opleiding ervaren.

Kortom: uit deze conclusie blijkt dat het belangrijk is dat cadetten toegang hebben tot verschillende soorten sociale steun tijdens hun opleiding, afkomstig van verschillende actoren in hun netwerk om prestatiedruk en andere spanningen te verlichten tijdens de BO-1. Met name emotionele steun van het thuisfront en medecadetten, en informationele steun van instructeurs en medecadetten hebben een positief effect. Echter, in bepaalde gevallen kan te veel sociale steun tijdens de BO-1 opleiding ook averechts werken.



Informationele steun wordt voor een groot deel door instructeurs geleverd

Discussie

De steun van het thuisfront is zeer belangrijk gebleken in het huidige onderzoek. Zeker in het begin van de opleiding ervaren cadetten deze steun als nuttig, omdat dan nog nauwelijks socialisatie heeft plaatsgevonden. De medecadetten en het thuisfront zijn op dat moment

de schaarse steunleveranciers. Sociale steun heeft daarnaast ook een negatieve kant. Cadetten kunnen zich gaan ergeren aan de steun van het thuisfront omdat het socialisatieproces en de opleiding niet goed gevolgd en begrepen wordt. Overdale en Gardner vonden ook dat steun vanuit een actor buiten de trainingssituatie (bijvoorbeeld familie) averechts kan werken.⁴³ Dan volgt een tegenreactie omdat cadetten thuis bijvoorbeeld niet alles meer vertellen over de opleiding. Dit zou voorkomen kunnen worden door het thuisfront meer informatie te geven of

⁴³ Overdale en Gardner, 'Social Support and Coping Adaptability in Initial Military Training', 308-326.



FOTO MCD, HILLE HILLINGA

het meer te betrekken bij de opleiding van zoon of dochter en hier voorlichting over te geven, zodat het thuisfront een beter beeld heeft van de KMA-opleiding en de socialisatieprocessen.

Vervolgens bleek dat informatieve steun vanuit instructeurs, die vooral positief werd ervaren, ook kan omslaan naar een negatieve steun-ervaring. Gaillard zegt dat als te veel sociale steun wordt ervaren deze steun als een bedreiging opgevat kan worden omdat iemand het gevoel heeft gecontroleerd te worden.⁴⁴ De

rol van instructeurs in de informatievoorziening moet daarom duidelijker omschreven worden om de grens tussen nuttige en overbodige informatieverschaffing helder te krijgen. Zo kan de sociale steunervaring van cadetten tijdens de opleiding geoptimaliseerd worden. Tevens kan de sociale steun van doorstromers en kronen extra nadruk krijgen, zij zorgen immers naast de instructeurs voor veel informatiele en emotionele sociale steun.

Het huidige onderzoek geeft belangrijke inzichten in sociale steun. De directe en indirecte effecten van sociale steun op stress (volgens de bufferhypothese en het directeffectmodel) zijn echter lastig te benaderen met een kwalitatief onderzoek. Ook de effecten van sociale steun op de prestatie van cadetten zijn niet onderzocht. Het is mogelijk om in een vervolgonderzoek wel aandacht te hebben voor een mogelijke relatie tussen ontvangen sociale steun en prestatie. Dit is in de praktijk lastig te meten doordat niet met zekerheid bepaald kan worden of de ervaren sociale steun de variabele is die prestatie beïnvloedt, of dat andere variabelen, waar geen zicht op is, een grotere rol hebben op prestatie. Het inzicht vanuit deze studie kan een aanleiding zijn voor verder kwantitatief en kwalitatief onderzoek naar deze specifieke effecten. Toekomstig onderzoek zou bovendien een bredere steekproef over de jaargangen, diverse opkomsten en diverse krijgsmachtdelen en wellicht andere opleidingen kunnen beslaan. Het is daarnaast interessant om dan te kijken naar cadetten die zijn afgefallen tijdens de BO-1 om zicht te krijgen op verschillen in de ervaren sociale steun ten opzichte van de in dit onderzoek bevraagde populatie. Dit onderzoek biedt de handvatten om het proces van sociale steun-ervaringen onder cadetten in de toekomst verder te optimaliseren. Samen zijn cadetten sterker! ■

44 Gaillard, *Stress, Productiviteit en Gezondheid*, 187-188.