



Erken mijn belangen

Kinderen van militairen en veteranen
over de impact van een uitzending
van hun ouder

Veteranenombudsman en Nationale ombudsman

Reinier van Zutphen

Kinderombudsman

Margrite Kalverboer

Onderzoeksteam

Ayeh Zarrinkhameh

Ilse de Jong

Ines Zuidweg

Marit Hopman

Petra van Dorst

Hoofd Onderzoek

Laura van den Heuvel

Vormgeving

Xerox/Osage

Datum: 15 juni 2026

Rapportnr: 2026/049 en KOM008/2026

Inhoudsopgave

Voorwoord	4
Samenvatting	6
1 Inleiding	8
1.1 Aanleiding	8
1.2 Leeswijzer	9
2 Toetsingskader en aanpak van het onderzoek	12
2.1 Kinderrechtenkader	12
2.2 Aanpak onderzoek	15
3 Impact van een uitzending op kinderen en wat zij nodig hebben	18
3.1 Inleiding	18
3.2 Identiteit	18
3.3 Behoud van gezinsomgeving en belangrijke contacten	19
3.4 Bescherming en veiligheid	20
3.5 Kwetsbaarheden of bijzondere situaties	22
3.6 Recht op gezondheid	22
3.7 Recht op onderwijs	23
4 Ouders over de ervaringen van kinderen en wat zij zelf nodig hebben	26
4.1 Inleiding	26
4.2 Behoeften van kinderen en ouders	26
5 Bijzondere zorgplicht van Defensie en wat Defensie en het NLVi voor kinderen doen	29
5.1 Inleiding	29
5.2 Speciale zorg voor militairen, veteranen en hun relaties	29
5.3 Wat al gedaan wordt	29
6 Conclusies en aanbevelingen	34
6.1 Conclusies	34
6.2 Aanbevelingen	37

Voorwoord

‘De juf hield er helemaal geen rekening mee, zij gaf er helemaal niets om. Wat ik fijn gevonden had? Als ik in mijn klas zit en ze weten dat ik er last van heb, dat mijn vader lang weg is, dat ik even met een vriendin mag tekenen, of zo. Dat ik iets mag doen om het gevoel weg te halen. Zodat ik er iets minder last van heb.’
(Louisa, 11 jaar)

‘Ik heb twee families. De familie thuis en de militaire familie. Als ik zou moeten kiezen dan kies ik met woorden de familie thuis, maar uit mijn handelen blijkt dat ik mijn militaire familie altijd voor laat gaan.’
(militaire ouder)

Dat de militaire familie altijd voor gaat, is zowel een keuze als een plicht vanaf het moment dat je als militair in dienst treedt bij Defensie. Als militair moet je altijd paraat staan. Je mag een oefening of missie niet weigeren om voor je familie thuis te kiezen. Als militair in dienst treden betekent dan ook dat je een ander gezinsleven hebt dan reguliere burgers. Dit treft niet alleen militairen of veteranen zelf, maar ook hun partner en kinderen. Voor dit offer verdienen zowel de militair en veteraan als de partner en kinderen erkenning en waardering. Deze erkenning en waardering moeten blijken uit het gedrag van de overheid en de samenleving. Voor een specifieke groep militairen, namelijk veteranen, is dit ook wettelijk geregeld in de Veteranenwet.

In december 2024 publiceerde ik mijn rapport [‘Erken mijn zorgen’](#) dat zich toespitst op de partners van post-actieve veteranen. Uit de verhalen van deze partners bleek dat ook kinderen geraakt worden door de uitzending van hun ouder. Dit was reden voor mij om samen met mijn collega Kinderombudsvrouw Margrite Kalverboer specifiek te kijken naar de impact van de uitzending van een ouder op het leven van kinderen.

Wat opviel in de verhalen van de kinderen, is dat het ongewone werk van hun ouder(s) een deel van hun identiteit is en dat ze daar heel trots op zijn. Een deel van de kinderen die wij spraken wil later ook militair worden. Waar zij vooral last van hebben, is het gemis en de verandering van routine binnen het gezin bij een uitzending of langdurige oefening van hun vader of moeder. De moeilijke momenten concentreren zich vooral rondom het vertrek, de kortdurende terugkeer van de ouder tijdens een uitzending en de thuiskomst na de uitzending of oefening. Onduidelijkheid vanuit Defensie over wanneer deze momenten plaatsvinden, maakt het voor kinderen extra zwaar.

De meeste kinderen vertelden dat het desondanks goed met hen gaat. Dat komt mede doordat zij veel over het gemis konden praten met hun ouder thuis, opa's, oma's of op school. Hun ouder thuis en hun sociale leven zorgen daarnaast voor afleiding van het gemis. Contact met kinderen die hetzelfde meemaken, helpt ook: zij begrijpen elkaar en hebben daar niet veel woorden voor nodig.

Anders is het wanneer school geen of weinig aandacht heeft voor wat het kind voelt of meemaakt tijdens een uitzending of langdurige oefening. Of als de ouder thuis niet in staat is het gemis en de discontinuïteit in routine binnen het gezin op te vangen. Het gaat beduidend minder goed met kinderen waarvan de ouder vanwege de uitzending of oefening een post-traumatisch stresssyndroom (PTSS) heeft opgelopen. Deze kinderen hebben extra zorg en ondersteuning nodig om ervoor te zorgen dat de problemen van hun ouder zo min mogelijk impact hebben op hun welzijn en ontwikkeling.

Dit vergt van zowel Defensie als de samenleving een proactieve houding en alertheid. Dit geldt in het bijzonder voor de kinderen die niet op de ouder thuis of een ander sociaal netwerk terug kunnen vallen tijdens een uitzending of langdurige oefening, of als militair of veteraan PTSS heeft. Het begint bij bewustwording: weten wat er bij kinderen speelt en wat zij nodig hebben in hun ontwikkeling.

Wij realiseren ons dat Defensie deze extra zorg en ondersteuning niet alleen kan leveren. We zien in dit onderzoek bijvoorbeeld dat er binnen het onderwijs meer bewustzijn moet zijn van wat het voor kinderen kan betekenen als hun ouder militair of veteraan is, vooral wanneer deze ouder op uitzending is of langdurig op oefening. Dit ontslaat Defensie echter niet van haar zorgplicht. Wij vragen Defensie dan ook een regierol op te pakken naar andere partijen om zo vorm te geven aan de zorgplicht die zij voor deze kinderen hebben.

Onze teams spraken met zeventien kinderen. Hun verhalen staan centraal in dit rapport. Vijf van deze verhalen hebben we door het rapport heen uitgelicht in een narratief. De reflectie die militaire en veteranen-ouders gaven op de ervaringen van deze kinderen, bevestigen de knelpunten die deze kinderen meemaken. Wij willen hen allen hartelijk bedanken voor de openheid in de gesprekken. De betrokken instanties danken wij eveneens voor het meedenken over het onderzoek en het geven van de benodigde informatie. Met dit rapport en de daarin benoemde aanbevelingen, hopen we dat de positie van kinderen binnen Defensie in de toekomst verstevigd kan worden.

Tot slot: recente geopolitieke ontwikkelingen vragen om meer militaire inzet en daarmee ook om meer personeel. Als Veteranenombudsman, Nationale ombudsman en Kinderombudsman zijn wij ons maar al te bewust van de impact die deze ontwikkelingen hebben op steeds meer gezinnen. In ons rapport geven wij aanbevelingen aan Defensie om het goede te doen voor een groeiende groep kinderen. Wij hopen dat Defensie deze aanbevelingen opvolgt, zodat de ontwikkeling van deze kinderen zo goed mogelijk beschermd blijft.

Reinier van Zutphen
Veteranenombudsman
Nationale ombudsman

Margrite Kalverboer
Kinderombudsvrouw

Samenvatting

Waarover gaat dit rapport?

De Veteranenombudsman hoorde in een eerder onderzoek ('Erken mijn zorgen') dat kinderen van ouders die militair of veteraan zijn het soms erg lastig hebben. Zeker als hun ouder langdurig van huis is voor een oefening of een uitzending. Daarom besloot de Veteranenombudsman samen met de Kinderombudsman een onderzoek te doen naar deze kinderen. Dit rapport gaat over hen. Wij wilden van de kinderen weten hoe zij het ervaren als hun ouder op uitzending of langdurige oefening gaat. Wat hebben zij dan nodig? We wilden ook weten wat militaire en veteranen ouders zelf nodig hebben als ze op uitzending gaan. Wat is voor hen nodig om met een gerust hart hun gezin een periode achter te laten. Daarnaast keken we naar wat het ministerie van Defensie en het Nederlands Veteraneninstituut (NLVi) doen voor kinderen van militairen en veteranen; hoe houden zij rekening met de behoeften en belangen van deze kinderen?

Wat hebben we gedaan?

Om deze vragen te beantwoorden, spraken we met zeventien kinderen die een militair of veteraan als ouder hebben. De kinderen waren in de leeftijd van zeven tot achttien jaar. Ze vertelden ons wat zij fijn en minder fijn vinden. Ze vertelden ons ook waar zij behoeften aan hebben. Verder spraken we met negen ouders die militair of veteraan zijn. Zij vertelden ons welke impact zij zien bij hun kinderen als er een uitzending is of is geweest. Ook vertelden ze wat zij als ouder nodig hebben om zeker te weten dat alles goed gaat thuis, als zij weg zijn. Medewerkers van het ministerie van Defensie, het NLVi en het Landelijk Zorgsysteem Veteranen (LZV) vertelden ons wat zij doen voor militairen en veteranen en hun kinderen.

Wat zijn onze conclusies?

Met de meeste kinderen van uitgezonden militairen en veteranen gaat het goed

Uit de informatie die we hebben opgehaald blijkt dat het met de meeste van deze kinderen goed gaat. Zij zijn eraan gewend zijn hun ouder langere tijd van huis is. Een uitzending van hun ouder beïnvloedt hun welzijn en ontwikkeling niet per se negatief. We zien echter ook dat er kinderen zijn voor wie de uitzending van hun ouder wel een negatieve impact heeft op hun welzijn en ontwikkeling. Wie zien dit vooral bij kinderen met een ouder met PTSS-gerelateerde klachten en bij kinderen die zelf kwetsbaar zijn. De post-traumatische stress van hun ouder wordt soms wordt pas na jaren na de duidelijk. In de tussentijd ervaren deze kinderen instabiliteit en onveiligheid. Dit heeft negatieve invloed op het welzijn van het kind. Zeker als de kinderen al extra kwetsbaar zijn en onvoldoende hulp krijgen of hulp te laat op gang komt.

Onvoorspelbaarheid heeft impact op kinderen

Voor alle kinderen die wij spraken is het belangrijk dat zij zich veilig kunnen voelen en dat hun dagelijks leven blijft doorgaan. Dat betekent dat een uitzending van hun ouder goed geregeld moet zijn en dat er duidelijkheid moet zijn. Kinderen van militairen en veteranen hebben het meeste last van verandering in hun routine binnen het gezin. Deze routine verandert elke keer dat de militaire ouder vertrekt of terugkeert van een uitzending. Dit kan onzekerheid, spanning, angst en gemis brengen voor kinderen. Als ook nog eens onduidelijk blijft wanneer de ouder vertrekt of terugkeert maakt dat het extra moeilijk voor de kinderen.

Steun vanuit scholen aan kinderen en ouders rond de uitzending van een militair is niet voldoende geborgd

We zien dat scholen verschillend omgaan met de behoeften van deze kinderen. Soms is de school heel betrokken. Ze houden rekening met het kind, en geven het bijvoorbeeld vrij als een ouder weggaat of terugkomt. Soms gebeurt dit helemaal niet en dat is voor kinderen dan niet fijn. Ook is het voor kinderen fijn als er vanuit docenten extra aandacht is voor de thuissituatie. Zeker wanneer ouders terugkomen van een uitzending met lichamelijke of psychische klachten. De ouders die wij spraken herkennen de ervaringen en de behoeften bij hun eigen kinderen.

Het ontbreekt nog aan voldoende informatie over en toegang tot activiteiten voor alle kinderen

Vanuit het ministerie van Defensie en het NLVI is er aandacht voor deze groep kinderen. Ze proberen zo goed mogelijk in te zetten, vooral door verschillende activiteiten voor deze kinderen te organiseren. Ook willen ze goede zorg en ondersteuning kunnen bieden. Het blijkt echter dat informatie over deze activiteiten, zorg en ondersteuning niet altijd terecht komt bij ouders en kinderen, waardoor ze niet weten dat het bestaat. Voor kinderen is het ook erg vervelend dat er soms een onderscheid gemaakt wordt in wie deel mag nemen aan de activiteiten. Sommige activiteiten zijn bijvoorbeeld alleen voor kinderen van veteranen maar niet voor kinderen van militairen. Voor kinderen zelf maakt het verschil in de status van hun ouders niet uit.

Wat moet er veranderen?

Op basis van de bovenstaande conclusies komen we tot vier aanbevelingen. De aanbevelingen zijn gericht op verbreding en aanscherping van de stappen die Defensie al zet in het belang van de kinderen van militairen en veteranen.

- 1. Vorm een duidelijke visie op wat kinderen van militairen en veteranen nodig hebben om zich goed te kunnen ontwikkelen en breng die visie in de praktijk.** Een duidelijke visie op wat kinderen nodig hebben, kan ervoor zorgen dat alle kinderen met een militaire of veteranen ouder de ondersteuning krijgen die ze nodig hebben. In het rapport bieden we hiervoor de nodige tools aan.
- 2. Ga structureel met kinderen in gesprek en geef begrijpelijke informatie.** Om te weten wat er bij kinderen speelt en wat zij nodig hebben, is belangrijk dat Defensie regelmatig en eerder in gesprek gaat met kinderen. Dat biedt Defensie ook zicht op de impact van besluiten op het leven van kinderen.
- 3. Heb als werkgever oog voor de verantwoordelijkheden die militairen en veteranen hebben als ouder.** Ouders zijn als eerste verantwoordelijk voor de ontwikkeling van hun kinderen. Daarom is het belangrijk dat Defensie ze daarin ondersteunt en hulp biedt waar nodig.
- 4. Neem een regierol richting andere overheden en scholen.** De ontwikkelbehoefte van kinderen speelt breder dan alleen op het gebied van Defensie. Defensie kan het daarom niet alleen en moet zijn rol pakken richting andere betrokken partijen.

1 Inleiding

‘Mijn vader heeft mij geleerd dat iemand missen betekent dat je veel van iemand houdt. Het is heel fijn dat je iemand hebt waar je zo veel van houdt dat je die zo erg kunt missen.’
(Charlotte, 10 jaar).

1.1 Aanleiding

Dit onderzoek is een vervolg op een eerder onderzoek van de Veteranenombudsman naar de ondersteuning van relaties van veteranen ([‘Erken mijn zorgen’](#)), dat op 12 december 2024 werd gepubliceerd. Voor ‘Erken mijn zorgen’ sprak het team van de Veteranenombudsman met partners van post-actieve veteranen.¹ Daarnaast spraken zij met enkele, inmiddels volwassen, kinderen van veteranen. Zowel deze kinderen als de partners van veteranen ervoeren dat er te weinig aandacht is voor het ontwikkelingsperspectief en de behoeften van minderjarige kinderen van veteranen en militairen. De Veteranenombudsman heeft om die reden toegezegd dat hij, samen met de Kinderombudsman, vervolgonderzoek zou doen naar de situatie van deze groep kinderen (jonger dan 18 jaar). In juni 2025 startte een gezamenlijk team van de Kinderombudsman en de Veteranenombudsman met dit onderzoek. Het is gericht op de ervaringen van minderjarige kinderen in gezinnen waarin een ouder militair of veteraan is.²

De urgentie voor dit onderzoek is groter geworden door de huidige geopolitieke ontwikkelingen. Mede vanwege de toenemende oorlogsdreiging bestaat bij Defensie een grote behoefte aan nieuw personeel. Het is niet onrealistisch dat in de nabije toekomst meer militairen uitgezonden gaan worden of vanwege een oefening een langere periode van huis zijn. Dit betekent dat meer kinderen van veteranen en militairen te maken krijgen met uitzending of oefening van (een van) hun ouder(s).³ Het is daarom belangrijk meer zicht te krijgen op de behoeften van deze kinderen. Het is echter net zo belangrijk voor hun uitgezonden ouder. Immers, ook voor de militairen of veteranen is het goed als zij weten dat voor het thuisfront dingen goed geregeld zijn en hun kinderen in alle rust kind kunnen zijn.⁴

De centrale vraag in dit onderzoek is:

Welke impact heeft een uitzending van ouders die militair of (post-actief)veteraan zijn, op het leven van hun kind(eren)?

Deze onderzoeksvraag beantwoorden we aan de hand van een aantal sub-vragen:

- Hoe ervaren kinderen van militairen en veteranen de uitzending van een ouder?
- Wat hebben deze kinderen nodig om zich, ondanks het bijzondere beroep van hun ouder(s), goed te kunnen ontwikkelen?

1 Veteranen zijn alle (oud-)militairen die het Koninkrijk der Nederlanden dienden in oorlogsomstandigheden, of daarmee overeenkomende situaties, zoals vredesmissies in internationaal verband.

2 Het onderzoek naar de impact van militaire uitzendingen op het leven van kinderen is – gelet op de doelgroep kinderen – opgezet vanuit de Kinderombudsman in samenwerking met de Veteranenombudsman en de Nationale ombudsman. Alle drie de ombudsmannen zijn betrokken omdat het onderzoek zich richt op alle kinderen van wie een ouder vanwege een militaire uitzending of een training langdurig van huis is: De Kinderombudsman omdat het hier speciaal gaat over minderjarige kinderen, de Veteranenombudsman omdat het om kinderen van veteranen (actief-dienend en post-actief) gaat en de Nationale ombudsman omdat die ook ziet op actief-dienende militairen die geen veteranen-status hebben.

3 Voor de leesbaarheid van het rapport spreken we hierna over ‘uitzending’. Daaronder valt dan ook de (langdurige) afwezigheid van de ouder voor een oefening. Wanneer het onderscheid relevant is, geven we dit in het rapport aan.

4 Zie ook het themarapport 2025 van de Inspecteur-generaal der Krijgsmacht [‘De morele component’](#).

- Welke behoeften zien ouders (militair of veteraan) bij hun kinderen en wat hebben ouders zelf nodig om hun gezin met een gerust hart te kunnen achterlaten als ze op uitzending gaan?
- Hoe houden Defensie en het Nederlands Veteraneninstituut (NLVi) al rekening met het belang van kinderen en hoe houden zij rekening met de belangen van kinderen bij het maken van beleid en het nemen van besluiten?

1.2 Leeswijzer

We beginnen in hoofdstuk 2 met een toelichting op het werk van de Kinderombudsman en het toetsingskader dat daarin centraal staat. In hetzelfde hoofdstuk lichten we ook de opzet van het onderzoek nader toe. In hoofdstuk 3 volgt een analyse van de interviews met de kinderen. We beschrijven hoe de kinderen van militairen en veteranen die wij spraken de uitzending van hun ouder (hebben) ervaren en wat zij nodig hebben om zich goed te kunnen ontwikkelen. In hoofdstuk 4 beschrijven we wat ouders ons vertelden over de ervaringen van hun kinderen, en wat zij zelf nodig hebben om hun gezin met een gerust hart te kunnen achterlaten als ze op uitzending gaan.

Vervolgens gaan we in hoofdstuk 5 nader in op de zorgplicht van Defensie en wat Defensie en het NLVi al doen in het belang van kinderen van militairen en veteranen. We sluiten in hoofdstuk 6 af met enkele conclusies en aanbevelingen. Tussen de hoofdstukken door zijn vijf verhalen vanuit de interviews met kinderen uitgediept tot portretten waarin zij hun perspectief geven op wat het voor hen betekent als een van hun ouders op uitzending gaat, op uitzending is of is geweest.

Het onderzoek is gericht op kinderen van wie een ouder vanwege een militaire uitzending of oefening langdurig van huis is of is geweest, ongeacht of de ouder de veteranenstatus heeft. Omdat het voor de mogelijkheden van kinderen en het aanbod van voorzieningen verschil kan maken of de ouder al dan niet een veteranenstatus heeft, is dat er in de verhalen waarin dat aan de orde bij vermeld. We gebruiken de term 'uitzending', ook als dit een (langdurige) oefening betreft. Voor kinderen is immers de afwezigheid van een ouder vanwege werk voor Defensie bepalend en niet het onderscheid tussen uitzending en oefening.

Het verhaal van Charlotte (10 jaar)

Vader werkt bij de landmacht

‘Op woensdagen heb ik zangles en turn ik, op zaterdag turn ik ook en ik speel vaak bij mijn burens. Ik houd ook van knutselen en tekenen. Ik vind het superleuk met ons gezin. Ik vind het moeilijk dat papa vaak weg is, maar ik kan er niet zoveel aan doen.’

Op school leven ze echt mee als papa weggaat

Als papa weg is, vind ik het moeilijkste dat ik hem mis. Soms heb ik daar ook op school last van. Gelukkig hebben ze voor mij iemand op school geregeld die ik vertrouw. Zij praat iedere vrijdag met mij. Als ik doordeweeks wat met haar wil bespreken, moet ik een briefje schrijven. Ze kijkt dan of ze tijd kan maken om even samen te kletsen. Dat vind ik heel fijn. En de directrice heeft gezegd dat ik ook altijd bij haar mag binnenlopen als er wat is. Als papa tussendoor twee weken vrij is en terugkomt, kan ik daarvoor vrij krijgen van school. Ook om hem op te halen. Papa gaat volgende week weg. Ik heb voor volgende week vrij gekregen om hem te brengen en dan ook nog een dag daarna om uit te huilen.

Ik heb een keer met papa samen een spreekbeurt gehouden over zijn werk. Het ging over wat ze gaan doen, waarom ze weggaan en wat de situatie van dat land is. Ik had ook dingetjes meegenomen die ik van Thuisfront had gekregen. Een knuffeltje dat lijkt op een soldaat, met een tasje dat je open kan doen. Als je bezorgd of verdrietig bent, kan je daar briefjes in doen. De kinderen in mijn klas waren heel lief voor me, en ze vonden het ook heel leuk.

We hebben veel aan familie en vrienden

Papa gaat volgende week woensdag voor 27 weken weg. Hij mist mijn verjaardag, maar met mama gaan we iets heel leuks doen, we gaan naar Londen. Als papa weg is, ga ik iedere maand een weekend naar opa en oma, dan kan mama even leuke dingen doen. Beide opa's en oma's wonen hier een halfuurtje vandaan, die helpen wel veel. Ik heb ook een hele goede vriend en een vriendinnetje dat ik vanaf de crèche ken.

We hadden laatst een afscheidsfeest voor papa en ik had een hele mooie doos gemaakt, een superheldendoos. Wij hadden briefjes gemaakt en daar konden familie en vrienden hun naam invullen en opschrijven waarmee en wanneer ze mij konden helpen in de tijd dat papa weg is. De meeste mensen vulden in dat ze konden helpen als ik het nodig had. Mijn oom wilde bijvoorbeeld met mij boulderen. We kunnen gaan eten bij ooms en tantes, we mogen langskomen en ze gaan voor ons koken. Ook kunnen we een weekendje naar vrienden in Amsterdam, die op mij passen zodat mama de stad in kan. We hadden ook een verrassing voor papa gemaakt, een fotoboekje. Het is een boek vol liefde en iedereen die kwam, kon een foto bij ons maken en een eigen verhaaltje schrijven.

We bedenken van alles om het gemakkelijker te maken als papa er niet is

We hebben omdat papa weggaat op de deur een cadeautjesmuur. Die heeft oma gemaakt. Papa doet voor zijn vertrek daarin allemaal cadeautjes en kaartjes voor mij. Iedere week mag ik er één uitpakken. Het is een soort aftelkalender met leuke dingen. We hadden ook een keer een lang pad van 27 weken gemaakt. Hij kwam elke week letterlijk een stapje dichterbij. We hebben ook een snoepspot met voor elke dag een snoepje.

Vorige keer toen papa op uitzending ging, had ik een smoeltjesschrift. Er is dan iedere dag een teken- of schrijfoefening die je kunt maken. Zo kun je je gevoelens kwijttraken. Je kunt een bladzijde invullen met hoe je je voelt. Je hebt allemaal plaatjes zoals dat je iets leuk vond, of niet leuk, dat je hem veel mist, of een beetje. Je kunt een zinnetje opschrijven, dat hoeft

niet, maar het is wel fijn om op te schrijven welke leuke dingen je hebt gedaan. Ik gaf dat aan papa toen hij terug was.

Ook het boekje over het schildpadje helpt mij soms. Het boekje gaat erover dat je iedere dag een kusje kan krijgen. Het gaat volgens mij over twee schildpaddjes, hun vader gaat ook weg en dan krijgen ze volgens mij een envelop. Op elke envelop die ze krijgen staat een datum. Die mogen ze openmaken en daarin zitten heel veel kusjes.

Als papa er niet is hebben we wel een ander ritme

Als ik met mama ben, slapen we langer uit of gaan we shoppen. Als ik met papa ben, ga ik vroeg uit bed en gaan we boulderen. Ons ritueel voor naar school gaan is ook anders. Mama gaat normaal rond zeven uur douchen en dan mag ik rustig wakker worden. Papa wordt al heel vroeg wakker. Dus als papa mij naar school brengt of wakker maakt, is dat om zeven uur. Ook eten doen we anders als papa er niet is: we eten vaker samen op de bank en kijken een film, meestal series. We zoeken vaak een serie uit die we samen kijken. Meestal mag ik ook om de dag bij mama slapen. Het is dus ook altijd weer even wennen als papa terug is.

Wat ik andere kinderen nog wil meegeven

Eerder heb ik het heel moeilijk gehad toen papa op uitzending ging. Het ging tijdens die uitzending al snel mis met mij op school. Het was heel moeilijk om afscheid te nemen van mijn vader. Toen kreeg ik een maatschappelijk werker vanuit de gemeente met wie ik kon praten. Dat was heel fijn. Ik wil vooral de kinderen meegeven dat ze er zelf niet veel aan kunnen doen. Je gevoelens mogen er altijd zijn.

2 Toetsingskader en aanpak van het onderzoek

2.1 Kinderrechtenkader

‘Ik sprak er weleens over met mijn beste vriendin. Zij vond het soms ook raar dat mijn vader zo lang wegbleef. Ik vond het moeilijk, want haar vader kwam elke avond weer thuis. Dat vond ik moeilijk om te zien.’

(Sophie, 12 jaar)

De Kinderombudsman bevordert de naleving van kinderrechten. Het VN-Kinderrechtenverdrag en het belang van het kind vormen daarbij het vertrekpunt. Om een beeld te krijgen van de impact van uitzending van een ouder op kinderen, kijken we vanuit een breed ontwikkelingsperspectief naar wat belangrijk is voor deze kinderen. Dit perspectief bestaat uit zeven elementen die belangrijk zijn voor hun welzijn en ontwikkeling. Deze elementen zijn vastgesteld door het Kinderrechtencomité.⁵

‘Kinderen blijven nu nog veel te vaak buiten beeld. Daarom is het belangrijk om de kinderrechtencheck ook te gebruiken bij wets-of beleidsvoorstellen waarbij het op voorhand niet meteen duidelijk is dat ze over kinderen gaan. Daarnaast zien we dat er te smal gekeken wordt als er individuele besluiten over kinderen worden genomen. Er wordt niet naar alle aspecten gekeken die van belang zijn voor een kind om zich goed te voelen of om zich goed te ontwikkelen. Het stappenplan in het Beste Besluit voor het Kind helpt je om vanuit het brede perspectief te kijken naar wat een kind nodig heeft.’

(De Kinderombudsman)

Zeven elementen

Het Kinderrechtencomité ziet toe op de naleving van het VN-Kinderrechtenverdrag. Het Kinderrechtenverdrag benadrukt dat de belangen van kinderen voorop moeten staan bij besluiten die hun leven raken. Het gaat dan om besluiten over zowel individuele kinderen als over groepen kinderen. Die besluiten kunnen direct over kinderen gaan, bijvoorbeeld besluiten over onderwijs. Ze kunnen ook indirect kinderen raken, bijvoorbeeld als een besluit voor een volwassene invloed heeft op het leven van een kind – zoals de uitzending van een ouder.⁶ Op het gebied van Defensie zien we zowel individuele als groepsbesluiten die direct over kinderen gaan en besluiten die kinderen indirect raken.

Zulke besluiten kunnen impact hebben op meerdere aspecten van het leven van kinderen en ze raken op die manier mogelijk aan verschillende kinderrechten. Nederland heeft het Kinderrechtenverdrag waarin al deze kinderrechten staan ondertekend. Een van de belangrijkste bepalingen uit het Verdrag is dat organisaties rekening houden met de belangen van kinderen, bij alle besluiten die ze nemen. De overheid (zo ook het ministerie van Defensie en gemeenten) is daarmee verantwoordelijk voor de naleving van het Kinderrechtenverdrag. In haar besluitvorming moet zij ervoor zorgen dat de rechten van kinderen gewaarborgd zijn.

⁵ General Comment nr. 14.

⁶ Zie bijvoorbeeld ook: Andres, M.D. & Moelker, R. (2010). There and back again: how parental experiences affect children's adjustments in the course of military deployments, Armed Forces & Society.

Om hier goed onderzoek naar te kunnen doen en een afweging te maken waarin de rechten van kinderen voorop staan, moet volgens het Kinderrechtencomité gekeken worden naar de impact van een besluit aan de hand van zeven elementen die belangrijk zijn voor een gezonde ontwikkeling:⁷ 1) identiteit, 2) behoud van gezinsomgeving en belangrijke contacten, 3) kwetsbaarheden of bijzondere situaties, 4) bescherming en veiligheid, 5) recht op gezondheid, 6) recht op onderwijs en 7) recht van het kind om zijn mening te geven. De zeven elementen corresponderen met de rechten uit het Kinderrechtenverdrag.

De Kinderombudsman heeft voor individuele besluitvorming een handreiking gemaakt: [Het Beste Besluit voor het Kind](#). Daarin wordt aan de hand van vier stappen een afweging gemaakt tussen de verschillende belangen die bij besluiten kunnen spelen. In de eerste stap wordt onderzocht wat het belang van het kind is aan de hand van de hiervoor genoemde zeven elementen.

Daarnaast heeft de Kinderombudsman een [Kinderrechtentoets](#) ontwikkeld die handvatten biedt om bij de vorming van beleid en wet- en regelgeving in kaart te brengen welke impact deze hebben op de verwezenlijking van kinderrechten. Ook hier worden in de eerste stap de belangen van kinderen onderzocht aan de hand van de zeven elementen. Zo kunnen de belangen van kinderen vooraf meegenomen worden.

De medewerkers van de Kinderombudsman en de Veteranenombudsman hebben de Kinderrechtentoets gedurende dit onderzoek gepresenteerd bij het ministerie van Defensie. In de presentatie lieten zij zien hoe Defensie de tool kan gebruiken bij besluitvorming.

De vier stappen van Het Beste Besluit en de Kinderrechtentoets

Zowel de handreiking als de Kinderrechtentoets wordt in vier stappen doorlopen.

Stap 1: het belang van een kind of de belangen van kinderen onderzoeken

Dit onderzoek wordt gedaan aan de hand van de zeven elementen die van belang zijn voor een gezonde ontwikkeling van een kind. De zeven elementen zijn niet uitputtend. Er kunnen ook andere, voor het kind relevante onderwerpen onderzocht worden. Het is belangrijk om hier met kinderen zelf over te spreken.

In het kader van wet- en regelgeving is het belangrijk om ook te bekijken welke groepen kinderen worden geraakt door het wet- of beleidsvoorstel. Als er verschillende doelgroepen zijn dan moet het belang van deze verschillende groepen kinderen aan de hand van de zeven elementen in kaart worden gebracht. In dit onderzoek bijvoorbeeld kan er een verschil zijn voor kinderen van actief dienende militairen en kinderen van post-actieve veteranen.

Stap 2: overige belangen in kaart brengen

Denk aan financiële belangen, de beschikbaarheid van voorzieningen of belangen van andere doelgroepen.

Stap 3: belangen afwegen

Het belang van het kind moet bij deze belangenafweging vooropgesteld worden.

Stap 4: verantwoording afleggen over de gemaakte keuzes

In individuele gevallen wordt het besluit aan een kind en de ouders teruggekoppeld. Het besluit moet goed gemotiveerd zijn en het moet duidelijk zijn voor het kind en de ouders wat zij kunnen doen als zij het niet eens zijn met het besluit.

⁷ Het Kinderrechtencomité houdt wereldwijd toezicht op de naleving van het VN-Kinderrechtenverdrag.

Bij wet- en regelgeving moet er helder en transparant worden uitgelegd (bijvoorbeeld in een memorie van toelichting) welke keuzes er zijn gemaakt. Kinderen die geconsulteerd zijn moeten ook een terugkoppeling krijgen over de uitkomst.

Het stappenplan



STAP 1 Belang van het kind

Onderzoek wat het beste is voor het welzijn en de ontwikkeling van het kind. Wat is het beste besluit als je alleen rekening houdt met het belang van het kind?



STAP 2 Andere belangen

Welke belangen hebben, bijvoorbeeld ouders, hulpverleners en gemeente?



STAP 3 Belangenafweging en besluit

Weeg de belangen tegen elkaar af, onderzoek alternatieven en neem een besluit. Stel hierbij het belang van het kind voorop.



STAP 4 Uitleg van het besluit

Informeel het kind in begrijpelijke taal over het besluit. En vertel wat het kind kan doen als hij, zij of hen het er niet mee eens is.

2.2 Aanpak onderzoek

Opzet interviews kinderen

Om een beeld te krijgen van de impact van een uitzending van hun ouder op kinderen spraken we met zeventien kinderen. Voor deze gesprekken gebruikten we de zeven elementen als leidraad. Ook keken we naar wat kinderen nodig hebben om zich goed te kunnen ontwikkelen, gedurende de uitzending(en) van hun ouder en erna.

Analyse interviews kinderen

Zoals hierboven aangegeven, zijn de interviews met kinderen gebaseerd op de zeven elementen die het Kinderrechtencomité heeft geformuleerd. Bij de analyse van de interviews letten we op wat kinderen (als groep) ons vertelden over deze elementen. Hieronder lichten we per element toe waar we in de analyse naar gekeken hebben.

1) **Identiteit.** Wat maakt het kind speciaal? Hierbij spelen onder meer mee: geslacht, seksuele oriëntatie, etniciteit, nationaliteit, cultuur, religie, gezondheidssituatie, leeftijd en verblijfsstatus. *Een ouder hebben die militair of veteraan is kan impact hebben op de identiteitsbeleving van het kind.*

2) **Behoud van gezinsomgeving en belangrijke contacten.** Hoe ziet het sociaal netwerk van het kind eruit? Leeft het kind in een gezin met vader, moeder, broers en zussen? Welke (andere) volwassenen of kinderen, bijvoorbeeld burens of vriendjes, zijn belangrijk voor het kind? *De uitzending van een ouder kan impact hebben op hoe het kind de gezinsomgeving beleeft en op de contacten die belangrijk zijn voor het kind.*

3) **Kwetsbaarheden of bijzondere situaties.** Heeft het kind bijvoorbeeld een fysieke of mentale beperking? Heeft het kind een trauma of te maken gehad met huiselijk geweld of een instabiele omgeving? *Door langdurig of regelmatig gemis van een ouder kan het kind zich kwetsbaar voelen. Dan is het extra belangrijk om te weten of er nog andere kwetsbaarheden een rol spelen in het leven en de ontwikkeling van het kind.*

4) **Bescherming en veiligheid.** Ervaart het kind voldoende basisveiligheid? Is er voldoende rust, structuur, stabiliteit? En is het kind beschermd tegen fysiek of mentaal geweld? *Uitzending van een ouder kan het ritme en de structuur thuis verstoren. Dit kan impact hebben op hoe het kind (basis)veiligheid en stabiliteit ervaart. Vooral in gevallen waar een ouder te maken heeft met PTSS-gerelateerde klachten is het belangrijk om oog te hebben voor de beleving van (basis) veiligheid en stabiliteit door het kind want die kan onder druk komen te staan.*

5) **Recht op gezondheid.** Hoe is de mentale of fysieke gezondheid van het kind? Is het kind onder behandeling van een (medisch) professional? En zo ja, wat is er nodig om de behandeling voort te zetten? *Mocht het kind behoefte hebben aan zorg of ondersteuning die samenhangt met de uitzending van een ouder, dan is het van belang dat daar tijdig en adequaat in wordt voorzien.*

6) **Recht op onderwijs.** Kan het kind zich zonder onderbreking prettig blijven voelen en zich ontwikkelen op cognitief en sociaal-emotioneel gebied? *Mochten kinderen door uitzending van een ouder behoefte hebben aan extra aandacht of ondersteuning op school om mee te kunnen komen, dan is het van belang dat ze daarin worden voorzien.*

7) **Recht van het kind om zijn mening te geven.** Welk besluit heeft de voorkeur van het kind en waarom? *Om erachter te komen of uitzending van een ouder impact heeft op een of meer van de bovengenoemde elementen, is het van belang om het kind ernaar te vragen. Als het kind aangeeft dat uitzending van een ouder impact heeft op een of meerdere elementen, dan moet de mening van het kind worden meegenomen in de besluiten die daarover worden genomen.*

Respondenten en spreiding

In totaal interviewden we zeventien kinderen in de leeftijd van zeven tot achttien jaar. We spraken met kinderen van actief-dienende militairen en kinderen van post-actieve veteranen. De verdeling is bijna gelijk. Ook het aantal kinderen met een ouder met PTSS-gerelateerde klachten is bijna gelijk aan het aantal kinderen bij wie PTSS-gerelateerde klachten thuis geen rol spelen. Kinderen met een ouder bij de landmacht en de luchtmacht zijn eveneens ongeveer gelijk vertegenwoordigd. Kinderen met een ouder bij de marine vormen een kleine minderheid onder de respondenten.

Gesprekken met betrokken instanties

Om inzicht te krijgen in de beschikbare zorg en ondersteuning voor kinderen, bekeken we met name het aanbod vanuit het ministerie van Defensie en het aanbod vanuit het Nederlands Veteraneninstituut (NLVi). We spraken met medewerkers van verschillende afdelingen van het NLVi, het Landelijk Zorgsysteem Veteranen (LZV) en Defensie. Deze gesprekken gaven ons een indruk van wat deze instanties ondernemen in het belang van de kinderen van actief-dienende militairen en post-actieve veteranen. Daarnaast vertelden ze ons wat volgens hen goed werkt en waar ze ruimte zien voor verbetering. Bovendien kregen we van de gesprekspartners mee welke impact – in hun ervaring – een uitzending kan hebben op het thuisfront.

Gesprekken met militaire- en veteranen ouders

Ten slotte spraken we met negen militairen en (actieve en post-actieve) veteranen over hoe hun kinderen volgens hen een uitzending ervaren. In deze gesprekken stonden we ook stil bij de ervaringen van de ouders zelf: wat zien zij bij hun kinderen? Wat hebben zij als ouder nodig om hun gezin met een gerust hart te kunnen achterlaten tijdens een uitzending? Een aantal ouders spraken we individueel. De andere ouders spraken we bij een bezoek aan een kazerne. Tot slot bood Defensie ons de gelegenheid om een landelijke Thuisfrontdag te bezoeken. Hiermee kregen we een indruk van hoe een dergelijke dag eruitziet.

Het verhaal van Joey (11 jaar) en Juliette (9 jaar)

Vader werkt bij het Korps Mariniers

'Ik kleur graag en ik zit op basketbal. Ik train twee keer per week en heb iedere week ook een wedstrijd.'

(Juliette)

'Mijn hobby's zijn mountainbiken, ik zit op voetbal en ik vind stunts ook leuk. Ik game graag op de PlayStation of de VR en ik vind het leuk om met vrienden buiten te spelen. Ik train twee keer per week en heb bijna elke zaterdag een wedstrijd.'

(Joey)

Soms vertellen we over papa's werk

Onze vader werkt al lang bij het Korps Mariniers. Op school vertellen we soms over het werk van papa. Onze vrienden en klasgenoten weten dat hij militair is. Soms vertellen we ook in de klas over het werk van papa. Als het thema bijvoorbeeld Nederland is, zegt iedereen wat voor werk hun vaders en moeders doen. Dus vertellen wij ook wat papa doet.

Veel afleiding helpt als papa weg is

Als papa weg is, is het heel fijn dat we veel afleiding hebben. Familie en vrienden zijn voor ons heel belangrijk. We hebben veel contact met onze familie, zoals onze opa's en oma's. Het is ook altijd heel gezellig als onze tante er is met onze neefjes en nichtjes. We zien de familie van vaders kant het meeste. Ze komen langs om een spelletje te doen en avondeten. Dat is altijd leuk. We vinden het ook leuk als afleiding om mee te doen met allemaal activiteiten van bijvoorbeeld Veteranen Kids. De vorige keer zijn we naar het klimbos gegaan. Dat was heel leuk. De kinderen daar begrijpen je ook wat meer. Het is wel fijn dat het kinderen zijn die hetzelfde hebben. We zouden dit wel vaker willen doen.

De eerste weken en het einde is stom

De eerste weken dat hij er niet is vinden we stom, en aan het einde ook. In het midden gaat het vaak wel goed omdat er dan afleiding is. We sporten bijvoorbeeld allebei veel. Alleen moet mama dan alles alleen regelen met heen en weer brengen. Dat lukt niet altijd, dus helpt familie ook heel veel en ze komen vaker langs dan wanneer papa er wel is. Tegen het einde, vlak voordat papa terugkomt, is het ook weer stom. Je denkt dan weer meer aan hem. Je weet dat hij bijna thuiskomt. We vinden het ook spannend of hij dan veel vertraging heeft. Als hij eenmaal weer thuis is, proberen we zoveel mogelijk leuke dingen te doen en leuke dingen in te halen waar hij niet bij kon zijn. Die momenten zijn soms ook weer even lastig want we moeten het ritme weer oppakken, maar daarna gaat het altijd weer goed.

Altijd een verrassing wanneer papa terugkomt

We krijgen soms vrij van school om afscheid te nemen van papa en hem uit te zwaaien als hij weggaat. Dat is fijn. Het is altijd een beetje een verrassing wanneer hij weer terugkomt, omdat dat weleens kan veranderen. Zeker met oefeningen kan de dag nog weleens veranderen.

Tussendoor contact hebben met papa is heel fijn

We proberen vaak contact te hebben als papa er niet is, maar soms kan het niet. Er is weleens tijdsverschil of hij moet heel vroeg op. Soms mogen we een hele week geen contact hebben met hem. We hebben ook een knuffeltje met een foto erin en als je op een knopje drukt, hoor je papa. Die hebben we gekregen toen papa ineens op uitzending ging. Het is in ieder geval fijn om contact te hebben met papa als hij weg is.

3 Impact van een uitzending op kinderen en wat zij nodig hebben

3.1 Inleiding

In dit hoofdstuk verdiepen we ons in hoe kinderen van militairen en (post-actieve) veteranen de uitzending van een ouder ervaren en wat deze kinderen nodig hebben om zich, ondanks het bijzondere beroep van hun ouder(s), goed te kunnen ontwikkelen.

In de verhalen van de kinderen met wie we spraken, zien we zes van de hierboven beschreven zeven elementen structureel terugkomen. Het laatste element, het 'recht van het kind om zijn mening te geven' is in de gesprekken met de kinderen zelden naar voren gekomen. Hier kunnen we vanuit ons onderzoek daarom weinig over zeggen. In het hoofdstuk Conclusies en aanbevelingen gaan we hier nader op in.

Hierna volgt een uitwerking van de eerste zes elementen op grond van de verhalen van de kinderen die wij spraken.

3.2 Identiteit

'Je kunt over dezelfde dingen praten. Hoe lang is jouw vader weg? Waar gaat hij heen? Dat soort dingen. Daar kan je niet met andere mensen over praten. Je kunt ook je gevoelens kwijt bij die mensen, want zij weten precies hoe jij je voelt.'
(Sophie, 12 jaar)

Opvallend in de verhalen van de kinderen is dat het 'ongewone' werk van hun ouder(s) een deel van hun identiteit is. Ze zijn zich ervan bewust dat hun ouder een andere baan heeft dan andere ouders. Ze spreken vaak met trots over het werk van hun ouder, maar maken zich soms ook zorgen over de ouder als die langdurig of regelmatig op uitzending gaat. Gemis van die ouder is een rode draad in de gesprekken met kinderen.

Uit de gesprekken blijkt dat kinderen van militairen en veteranen over veel flexibiliteit moeten beschikken. Ze hebben te maken met een vader of moeder die lang of kort weg is en familie of vrienden die soms in moeten springen bij de zorgtaken. Het kan echter ook gaan om het wisselen van school of zelfs een verhuizing naar een ander land. Dit betekent (weer) nieuwe vriendjes maken en wennen aan een ander schoolsysteem en een nieuwe woonomgeving. Dit vraagt om flexibiliteit en aanpassingsvermogen.

Ten slotte valt ons op dat hoe bijzonder kinderen het werk van hun ouder ook vinden, dit tegelijkertijd onderdeel is geworden van hun normale leven en hun identiteit. In meerdere gesprekken horen we dat kinderen het belangrijk vinden om vooral 'gewoon' hun leven te leiden en niet constant de vraag te krijgen hoe het met ze gaat. Tegelijkertijd geven ze aan het te waarderen als er rekening wordt gehouden met hun bijzondere situatie wanneer een ouder op uitzending is.

3.3 Behoud van gezinsomgeving en belangrijke contacten

*‘Wanneer je als ouder op uitzending gaat, is het belangrijk dat er ondersteuning is. Het helpt enorm wanneer de omgeving zo nodig bijspringt.’
(militaire ouder)*

Hechte gezinsomgeving en een sterk sociaal netwerk

Een belangrijk element dat in gesprekken met kinderen structureel terugkomt, is (het behoud van) een hechte gezinsomgeving en een sterk sociaal netwerk. Kinderen hebben behoefte aan een sociaal vangnet.

Naast hun ouders noemen bijna alle kinderen oma's, opa's, andere familieleden en kennissen, maar ook vrienden en vriendinnen op school en in de buurt zijn belangrijke contacten voor hen. Deze contacten bieden vaak emotionele steun aan kinderen. Ze geven ook de nodige afleiding van het gemis wat vooral tijdens de uitzending van hun ouder helpt. Behalve emotionele steun bieden familieleden, vrienden en kennissen ook hulp bij praktische zaken. Denk aan het brengen en ophalen van en naar sportactiviteiten of andere hobby's wanneer de ouder thuis in de knel komt.

Daarnaast kan een sociaal netwerk kinderen soms opvangen, zodat de ouder thuis even tijd heeft voor zichzelf. Uit de gesprekken met ouders en betrokken instanties komt naar voren dat veel ouders terughoudend zijn als het gaat om een beroep te doen op hun sociaal netwerk. Daarom is de superheldendoos in het verhaal van Charlotte een mooi voorbeeld: een doos met briefjes van familie en vrienden waarop ze hebben geschreven waarmee en wanneer ze kunnen helpen in de tijd dat de andere ouder op uitzending is.

*‘Kinderen worden vrienden. Het helpt kinderen ook om met anderen te praten over thuis. We begrijpen elkaar en hoeven niet veel uit te leggen. Er is herkenning. Het zou fijn zijn wanneer er vaker iets georganiseerd wordt.’
(Tom, 15 jaar)*

Contact met andere kinderen van militairen en veteranen

Veel kinderen geven aan dat ze ook behoefte hebben aan contact met kinderen die in dezelfde situatie zitten en die begrijpen hoe dat is. Een veilige plek waar samenhang is en waar uitleg niet nodig is. Bijna alle kinderen die we hebben gesproken geven aan dit heel erg belangrijk te vinden. Zij nemen dan ook graag deel aan bijeenkomsten en activiteiten waar ze andere kinderen ontmoeten die ook een militair of veteraan als ouder hebben.

Uit het eerdere rapport van de Veteranenombudsman ([Erken mijn zorgen](#)) kwam naar voren dat contact met lotgenoten voorziet in een grote behoefte van de partners. Bij kinderen blijkt dit niet anders te zijn. Veel kinderen geven aan dat het fijn is om gewoon leuke dingen te doen met kinderen die weten hoe het is als een ouder voor het werk wordt uitgezonden. Zeker voor kinderen van wie een ouder PTTS-gerelateerde klachten heeft, is ontspanning heel belangrijk. Een veilige omgeving met kinderen die, vaak zonder woorden, begrip hebben voor de situatie draagt bij aan die zo hoognodige ontspanning.

Wat tijdens gesprekken opvalt, is dat lang niet alle ouders en kinderen weten welke clubs en activiteiten er zijn. Het is onduidelijk waar ze deze informatie kunnen vinden. Kinderen zijn voor informatie hierover vaak afhankelijk van hun ouders, maar ook ouders zelf hebben niet altijd een overzicht van alle mogelijkheden. Het zou helpen als er een helder overzicht bestaat van de activiteiten en mogelijkheden, zowel wat er vanuit de overheid georganiseerd wordt als wat er vanuit particuliere initiatieven bestaat. In een ideale situatie kunnen kinderen deze informatie zelf vinden; zij hebben immers direct baat bij het contact met lotgenoten.

Daarnaast is niet altijd duidelijk voor welke kinderen een activiteit precies bedoeld is. Voor sommige kinderen is het belemmerend dat er bepaalde eisen gesteld worden aan de positie (status) van hun ouders om deel te kunnen nemen aan een bepaalde activiteit. Het maakt voor de ervaringen van kinderen weinig uit of hun ouder een actief dienende militair is of een veteraan. Zij delen immers veel van de impact die het heeft op hun leven. Sommige activiteiten zijn echter strikt voor de ene of de andere groep bestemd. Daardoor worden kinderen buitengesloten die wel baat zouden hebben bij het contact met lotgenoten. Er kunnen ook leeftijdsriteria gelden voor deelname aan bijeenkomsten of activiteiten.

3.4 Bescherming en veiligheid

‘Waar ik tegen aan loop is het steeds wijzigen van de datum (van vertrek maar ook van terugkeer). Dat is echt heel vervelend. Voor ons als militairen maar ook voor ons thuisfront en dan met name voor onze kinderen.’
(militaire ouder)

Voldoende rust, structuur en stabiliteit

Een ander element dat in gesprekken met kinderen structureel terugkomt, is (een gevoel van) bescherming en veiligheid. Het gaat bij kinderen dan om het belang van geborgenheid, rust, duidelijkheid, structuur en een ritme thuis dat niet te vaak verstoord wordt.

In eerste instantie spelen ouders een bepalende rol in hoe kinderen de verschillende fases van uitzending ervaren. We zien dat veel ouders aandacht en energie steken in de voorbereiding van hun kinderen op de uitzending. Dat doen ze bijvoorbeeld door een creatieve tijdlijn te maken richting het moment van vertrek. We zien ook ouders die briefjes achterlaten, doosjes met boodschapjes en brieven om toch een gevoel van nabijheid achter te laten tijdens hun afwezigheid. Desondanks ervaren de kinderen het vertrek van hun ouders als een ingrijpende gebeurtenis. Ze hebben tijd nodig om het vertrek te verwerken en aan de nieuwe situatie thuis te wennen. Zij geven aan dat hierover kunnen praten met de ouder thuis of anderen erg belangrijk is. Ze hebben begrip en ruimte nodig in hun omgeving, waaronder op school.

De periode vlak voor en na terugkeer blijft eveneens spannend voor de kinderen. Hun dagelijkse ritme en rituelen veranderen namelijk weer opnieuw. Kinderen vertellen dat ze behoefte hebben aan een ritme dat niet te vaak verstoord wordt. Ze hebben een ritme opgebouwd wanneer hun ouder vertrokken is en dat moet dan tussentijds niet te vaak of te veel veranderen. Verschillende kinderen gaven dan ook aan dat zij de tussentijdse korte terugkeer van de ouder ingewikkeld vinden. Duidelijkheid is dan belangrijk en fijn. Ze willen weten waar ze aan toe zijn. We zien dat ouders hun kinderen daarin op een goede manier proberen mee te nemen.

Bovendien zien we dat duidelijkheid over vertrek en terugkeer het gemakkelijker maakt voor kinderen en de ouder thuis om met school af te stemmen wanneer zij afscheid kunnen nemen of hun ouder weer kunnen verwelkomen. Voor gezinsleden is het lastig dat er niet altijd een duidelijke vertrek- of aankomstdag is. Dat maakt ouders huiverig om iets tegen hun kinderen te zeggen.

Ondanks de vele inspanningen en de rituelen om de afwezigheid van een ouder te verlichten, blijft uitzending in iedere fase voor de kinderen een uitdaging. Dit is vooral het geval als dingen anders lopen, bijvoorbeeld wanneer het moment van vertrek of terugkeer van de ouder wijzigt of als gedurende de uitzending contact met de ouder toch moeilijker blijkt dan verwacht vanwege tijdsverschil of veiligheidsoverwegingen. Lastig zijn ook de momenten waarop kinderen extra geconfronteerd worden met de afwezigheid van de ouder, omdat ze gewend zijn bepaalde dingen met die ouder te doen, zoals dingen bouwen, surprises maken, huiswerk maken, enzovoort.

'Ik heb volgens mij op twaalf verschillende scholen gezeten omdat ik overal uit ben gevallen. Ik heb volgens mij groep 1, groep 2 en groep 3 gedaan, 5 en 6 overgeslagen en dan groep 8 gedaan. Dus de rest heb ik nooit gedaan omdat het niet kon, door papa. Toen ging het fout op school. Ik durfde niet bij papa weg te gaan, ik was bang om hem alleen thuis te laten.'

(Mark, 13 jaar)

Bescherming tegen fysiek of mentaal geweld

Naast het belang van geborgenheid, rust, duidelijkheid, een structuur en een ritme thuis, krijgt het element bescherming en veiligheid een andere invulling als kinderen thuis te maken hebben met een ouder die PTSS-gerelateerde klachten ervaart.

In de gesprekken met de kinderen zien we een wezenlijk verschil tussen de kinderen met een ouder met PTSS-gerelateerde klachten en de kinderen die daar niet mee te maken hebben. Dit verschil is vooral merkbaar op de veiligheidsbeleving van kinderen in de thuissfeer. In deze gezinssituaties zien we veel sterker dat kinderen geneigd zijn om rekening te houden met hun gedrag thuis, om zorgtaken op zich te nemen en ouders te beschermen.

Dit proces van parentificatie⁸ zien we duidelijk in het verhaal van Mila (verderop in het rapport), maar we hoorden het ook van andere kinderen. Uit hun verhalen blijkt dat zij zich verantwoordelijk voelen voor de ouder die kampt met psychische problemen. Soms nemen kinderen de zorg voor die persoon op zich en voelen zij zich verantwoordelijk voor het welzijn van hun ouder. In één geval zien we zelfs dat het kind zichzelf de schuld geeft van dingen die misgaan thuis. Sommige kinderen zelf ook te maken met psychische klachten. In het eerdere onderzoek 'Erken mijn zorgen' vertelden partners van veteranen dat ook zij dit proces bij hun kinderen zagen. Vergelijkbare patronen en de gevolgen ervan voor kinderen zagen we tevens in een eerder onderzoek van de Kinderombudsman over kinderen als mantelzorgers.⁹

Kinderen van een ouder met PTSS worden extra geconfronteerd met hun thuissituatie wanneer ze bij leeftijdsgenootjes/vrienden zien dat de situatie daar anders is: er is meer mogelijk en ze hoeven minder rekening te houden met de volwassenen. Denk hierbij aan niet te veel geluid maken of niet te veel bezoek over de vloer, zodat de ouder (met PTSS) de nodige rust om zich heen kan hebben. We zien ook dat kinderen soms liever thuisblijven. Zo kunnen ze hun ouder in de gaten houden en de gemoedstoestand in de gaten houden. Ze gaan dus minder vaak weg met vrienden of uit logeren. In één geval zien we zelfs dat een kind een tijdlang niet naar school is gegaan om bepaalde zorgtaken voor zijn moeder over te nemen van zijn vader, die daartoe niet in staat was. Een andere reden om weg te blijven van school was om de moeder te kunnen beschermen tegen huiselijk geweld als gevolg van PTSS bij de vader.

Soms leiden de PTSS-gerelateerde klachten tot een echtscheiding van de ouders. Het komt zelfs voor dat een ouder met kinderen in meerdere blijf-van-mijn-lijfhuizen moet verblijven. Dit heeft grote gevolgen voor het welzijn en de ontwikkeling van de betrokken kinderen. Door de stress en onzekerheid voelen kinderen zich niet prettig en veilig en kunnen ze zich niet goed ontwikkelen.

8 [Parentificatie | Systeemtherapie](#)

9 [Hoor je mij wel? | De Kinderombudsman](#)

3.5 Kwetsbaarheden of bijzondere situaties

‘Als iemand verdrietig is, dan gaan we naar een speciaal bord. Daar staan gevoelens op: hoe en waar je het voelt en welke kleur en welke lijn het is. Het is een emotie-bord met alle emoties erin. Als je niet kan praten, kan je het aanwijzen. De mensen om je heen kunnen dan snappen wat je hebt als je niet kan praten.’
(Catharina, 12 jaar)

Langdurig of regelmatig gevoel van gemis

Kinderen van militairen en veteranen bevinden zich in een bijzondere situatie door het beroep van de ouder die langdurig of regelmatig weg is. Dit brengt een gemis met zich mee waardoor ze zich kwetsbaarder kunnen voelen. Het is dan extra belangrijk om te weten of er nog andere kwetsbaarheden een rol spelen in het leven en de ontwikkeling van deze kinderen. Een kind kan bijvoorbeeld een fysieke of mentale beperking hebben, getraumatiseerd zijn of te maken hebben met huiselijk geweld of een instabiele omgeving.

Als een kind zelf een aandoening of beperking heeft

Kinderen zijn soms door andere aandoeningen zelf extra kwetsbaar en hebben daardoor meer zorg en ondersteuning nodig. Als die kwetsbaarheden gepaard gaan met een ouder thuis die PTSS heeft, brengt dat nog meer druk met zich mee voor deze kinderen omdat ze thuis rekening moeten houden met die ouder. Zo spraken we een jongen die ADHD heeft en zijn (drukke) gedrag extra moet zien te onderdrukken om rekening te houden met zijn moeder met PTSS die behoefte heeft aan rust om zich heen. Het is belangrijk is om deze kinderen in beeld te krijgen en een vinger aan de pols te houden zodat zij zich gesteund voelen.

3.6 Recht op gezondheid

‘Ik had een eigen bank op school. Ik had altijd veel last van hoofdpijn en buikpijn en kon daar dan even op gaan liggen. Ik mocht dan even uit de klas. Dat hielp mij om me beter te concentreren op school. Het gaat nu steeds beter met hulp van het ziekenhuis en allerlei therapieën.’
(Emma, 10 jaar)

Adequate zorg en ondersteuning voor kinderen

‘Als kinderen of jongeren onder de 18 jaar hulp nodig hebben, dan vallen ze onder de Jeugdwet. Ook als die hulp nodig is naar aanleiding van de missie van de ouder. Het traject en de vergoedingen lopen dan via de gemeente waar vaak geen specialistische contextkennis beschikbaar is. Tijdens de behandeling van de veteraan binnen het LZV wordt er wel naar het gezin van de veteraan gekeken, maar dat is ondersteunend aan de behandeling van de veteraan. Deze behandeling wordt namelijk bekostigd vanuit de zorgverzekeringswet. Door deze verschillende geldstromen is het vanuit het LZV als netwerk niet mogelijk individuele therapie voor kinderen aan te bieden (LZV)’.

Als een kind behoefte heeft aan zorg of ondersteuning die samenhangt met de uitzending van een ouder, is het van belang dat daar tijdig en adequaat in wordt voorzien.

Enkele ouders die wij spraken vertelden dat in geval van een ouder met PTSS te weinig bij de kinderen zelf wordt nagegaan of zij zorg nodig hebben. Een knelpunt hierbij is dat PTSS zich soms pas jaren na een uitzending ontwikkelt. Daarnaast heerst in de militaire cultuur een mentaliteit van doorpakken en doorgaan. Dat leidt bij de ouders tot enige terughoudendheid om tijdig om hulp te vragen.

Kinderen niet altijd goed in beeld

Uit de gesprekken met de betrokken instanties (NLVi en LZV) komt naar voren dat het niet gemakkelijk is om kinderen goed in beeld te krijgen, omdat deze partijen zich in eerste instantie richten op de actief dienende militair of de post-actieve veteraan met (PTSS-gerelateerde) klachten. Verder heeft het LZV de ervaring dat veteranen vermijdend gedrag vertonen, waardoor het moeilijk is om in contact te komen met hun gezinsleden. Kinderen kunnen bovendien alleen met toestemming van hun ouders worden benaderd. Dit alles maakt het volgens het LZV lastig te zeggen wat kinderen nodig hebben.

Als de ouder met PTSS gerelateerde klachten wel in behandeling is dan kunnen kinderen en jongvolwassenen worden meegenomen in de systemische behandeling van de veteraan, bijvoorbeeld met multi-family therapie. Een kanttekening hierbij is dat deze therapie via de zorgverzekeraar wordt gefinancierd en onder de behandelcode van de veteraan zelf valt. Het kind heeft hierdoor geen eigenstandige rechten op zorg. Hierover meer in hoofdstuk 5.

3.7 Recht op onderwijs

‘Op sommige momenten bevries ik, ook al is het even ruzie met mijn vriendinnetje. Dat kan altijd. Ik voel me soms een dagje moe en gestrest. Volgens mij weet de juf dit wel, maar het zou fijn zijn als ze zouden vragen hoe het met me ging. Dat doen ze niet.’

(Emmanuela, 9 jaar)

Een school die betrokken is en rekening houdt

Alle kinderen geven aan dat ze het fijn vinden als de school weet dat een ouder militair of veteraan is. De school moet een veilige plek zijn waar kinderen zich geborgen voelen en waar aandacht is voor hun situatie. Daarbij heeft ieder kind zijn of haar eigen behoefte. Soms is het fijn dat een kind zich bij moeilijke momenten even kan terugtrekken en met rust gelaten wordt. Andere kinderen vinden het juist fijn als de leerkracht vraagt hoe het met ze gaat. Daarom is het belangrijk om het kind zelf te vragen op welke manier het beste aandacht gegeven kan worden aan zijn of haar situatie.

Uit alle gesprekken met kinderen blijkt dat het belangrijk is dat scholen rekening houden met belangrijke momenten voor kinderen, zoals het uitzwaaien en ophalen van de ouder die op uitzending gaat of terugkomt. Daarnaast blijkt dat veel oefeningen plaatsvinden tijdens schoolvakanties, waardoor gezinnen geen mogelijkheid hebben er samen op uit te gaan. Hier hebben ze wel behoefte aan, vooral omdat kinderen in deze gezinnen een van de ouders vaker en langer moeten missen. In geval van een uitzending en de risico's die daarmee gepaard kunnen gaan maken kinderen zich ook nog eens zorgen om hun ouder. Dan is het juist belangrijk om er als gezin samen op uit te kunnen gaan. Een ander vakantiemoment dan de vaste schoolvakantie zou dan uitkomst bieden.

Grote verschillen tussen scholen

Om te kunnen voorzien in de behoeften van kinderen moet de school allereerst bekend zijn met het feit dat er kinderen van militairen en/of veteranen in de klas zitten. In eerste instantie is het aan de ouders om de school daarover te informeren. Vervolgens is het belangrijk om aan het kind te vragen waar het behoefte aan heeft. Uit de verhalen van kinderen blijkt dat er grote verschillen zijn in de wijze waarop scholen aandacht geven aan kinderen van militairen of veteranen. Ze nodigen bijvoorbeeld de ouders op school uit om te vertellen over hun werk of ze maken een boekje voor de ouder die op uitzending gaat met tekstjes van alle leerlingen. Het komt ook voor dat er helemaal geen aandacht wordt besteed aan het feit dat kinderen een ouder moet missen.

Scholen hebben van het ministerie van OCW richtlijnen gekregen voor de behandeling van verzoeken om kinderen buiten de vakanties vrij te geven.¹⁰ Die zijn van belang op het moment dat de militaire ouder in een schoolvakantie op oefening moet. Deze richtlijnen blijken echter niet voor alle scholen even duidelijk. Het blijkt ook niet voor alle scholen duidelijk of de richtlijnen ook gelden voor kinderen van militairen of veteranen. Daarnaast gaan scholen verschillend om met verzoeken om vrij te krijgen voor het wegbrengen of ophalen van een ouder. Terwijl de ene school vrij geeft om een ouder uit te zwaaien of op te halen wordt daar op de andere school geen vrij voor gegeven met de leerplicht als onderbouwing.

10 [Mag ik mijn kind meenemen op vakantie buiten de schoolvakantie? | Rijksoverheid.nl](#)

Het verhaal van Matthijs (12 jaar) en Myrthe (16 jaar)

Vader werkt bij de luchtmacht

‘Je kan het er met andere kinderen ook wel over hebben, maar ik denk dat als je het met kinderen erover hebt die hetzelfde hebben dat het toch anders is, omdat je elkaars situatie thuis echt begrijpt en herkent.’

(Myrthe)

Als papa op uitzending is, is het echt anders

Wij zijn broer en zus. Onze vader werkt bij de Luchtmacht. Behalve mama en papa zijn ook opa en oma heel belangrijk voor ons. Papa gaat best vaak weg voor zijn werk. Over een tijdje gaat hij twee maanden naar Polen. Dat is lang, maar hij is ook wel eens vijf of zes maanden op uitzending geweest. Het ligt eraan waar hij naartoe moet, maar een uitzending vinden we soms wel spannend. Voor ons is het zo, dat als hij niet op uitzending is, hij eigenlijk gewoon naar zijn werk gaat. Als hij wel op uitzending is, is het echt anders.

‘Toch vind ik het wel cool dat mijn vader militair is.’

(Matthijs)

Contact met papa vinden we wel fijn, maar soms ook moeilijk

Als hij op uitzending is, blijft hij meestal op de militaire basis. Hij gaat dan niet echt het land in. Dan maken we ons niet zoveel zorgen. Wat we vooral lastig vinden, is dat je niet altijd contact kan hebben via WhatsApp, Skype of door te bellen. We vinden het fijn om contact te hebben met papa als hij op uitzending is. Maar soms is het ook moeilijk, omdat we dan beseffen dat hij echt heel ver weg is. We missen hem dan nog meer. Als we op school druk bezig zijn, is het gemis veel minder.

Op school denken ze echt mee

Op de basisschool wisten ze dat papa soms lang weg was en daar werd ook aandacht aan besteed. Dat was fijn. Er werd in de klas bijvoorbeeld een boekje gemaakt waar alle klasgenoten iets in schreven en papa succes wensten. Hij heeft dat boekje nog. De school dacht heel goed mee. Toen we hem eens konden bezoeken in het buitenland, maar hierdoor twee schooldagen zouden missen, vond de school dit toch goed. Daar waren we heel blij mee.

Nu, op de middelbare school, weten ze niet dat papa militair is en uitgezonden kan worden. Maar als hij binnenkort vertrekt en als hij terugkomt op een schooldag dan willen we hem natuurlijk wel uitzwaaien en weer ophalen. Dat zullen we op school gaan vragen. Verder hoeven ze niet steeds te vragen hoe het met ons gaat.

Het wisselen van routine is soms lastig

Natuurlijk is het thuis anders als hij op uitzending is. We moeten altijd wennen aan het wisselen tussen de routines: de routine die we hebben met zijn drieën en de routine die we hebben met zijn vieren, als papa weer thuis is. Soms komt papa tijdens een uitzending een paar dagen tussendoor naar huis. Dat is dan lastig. Dan moeten we in korte tijd veel wisselen in routine. Maar het is vooral moeilijk dat je dan weer afscheid moet nemen en hem eigenlijk dan nog meer mist. We vinden het ook niet leuk als zijn geplande vertrekdag of terugkomdag verandert. Dat is echt heel irritant. Want je bereidt je daarop voor en stelt je daarop in. Het is fijn dat we thuis alles kunnen bespreken. We zijn heel open met elkaar, dus mochten we ergens mee zitten dan kunnen we het daarover hebben. Ook als we papa missen.

Samen met andere kinderen leuke dingen doen

Verder is afleiding belangrijk. Dat we leuke dingen doen wanneer papa weg is. En ook al hoeft je het er niet veel over te hebben, het is belangrijk dat er wel begrip is als je dat nodig hebt. We zitten ook bij de Veteranen Kids en gaan naar Veteranendag. Matthijs: *'Ik ben nog met Veteranen Kids naar het klimbos geweest. Dat was hartstikke leuk. Soms sturen ze via de mail leuke tips voor activiteiten. Het is leuk als je contact hebt met kinderen die weten hoe het is als je ouder op uitzending gaat. De herkenning is fijn. Het hoeft allemaal niet te zwaar te worden en je hoeft het er niet de hele tijd over te hebben. Samen leuke dingen doen is al heel fijn.'*

4 Ouders over de ervaringen van kinderen en wat zij zelf nodig hebben

4.1 Inleiding

‘Voor de militairen is het heel belangrijk dat ze met een gerust hart kunnen vertrekken, wetende dat het thuis goed geregeld is. Dit is van grote invloed op de motivatie en de gevechtskracht.’

(militaire ouder)

We spraken negen ouders met uiteenlopende thuissituaties die op uitzending zijn of zijn geweest. Zij vertelden ons over de ervaringen van hun kinderen en over wat zij zelf nodig hebben om hun gezin met een gerust hart te kunnen achterlaten als ze op uitzending gaan.

Uit alle gesprekken blijkt dat ouders hun beroep als militair ervaren als een manier van leven. Dat brengt met zich mee dat het familieleven soms op de tweede plaats komt. Ouders herkennen bij hun eigen kinderen de ervaringen van de andere kinderen die we spraken.

4.2 Behoeften van kinderen en ouders

Onzekerheid over aanvang en einde van een uitzending

Ouders zien de impact op kinderen van veranderende of onduidelijke vertrek- en terugkomdata. Voorspelbaarheid is voor zowel kinderen als ouders belangrijk, want dan kunnen ze zich goed voorbereiden op het afscheid en de terugkomst. Militairen zijn zich ervan bewust dat het vanwege omstandigheden soms anders loopt en dat plannen veranderen. Dan *‘is het wat het is’*. Hetzelfde geldt voor het plannen van vakanties met het gezin. Die vallen in het water wanneer er onverwacht een uitzending of wik tussenkomt. Ook dan is er bij de ouders begrip als het echt niet anders kan. Op momenten dat het wél anders kan, bijvoorbeeld bij oefeningen, wensen zij dat er meer rekening gehouden wordt met hun gezinsomstandigheden en met het belang van vakanties voor het gezin. Dit zijn juist de momenten om tijd met de kinderen door te brengen en recht te doen aan hun behoeften.

‘Het zou daarom ook goed zijn als tijdens een uitzending vanuit een eenheid of leidinggevende bijvoorbeeld eens per maand contact wordt opgenomen met het thuisfront. Dat dan wordt gevraagd: kunnen we iets voor je doen? En dat ze dan bijvoorbeeld ook praktische hulp aanbieden voor zaken die blijven liggen.’

(militaire ouder)

Duidelijke informatieverstrekking en een goed vangnet zijn geen vanzelfsprekendheid

De militaire ouders vertellen dat zij voor vertrek veel moeten regelen om het gezinsleven draaiende te houden. Duidelijke informatie en een goed vangnet zijn daarbij van groot belang. Vooral als dat laatste ontbreekt, is het ingewikkeld om alles goed te regelen voor de kinderen, zeker als er geen partner is die de zorg over kan nemen. Sommige ouders hebben de indruk dat Defensie zich onvoldoende bewust is van het feit dat het nog maar weinig voorkomt dat een achterblijvende ouder alle zorg kan overnemen. Vaak werken beide partners en heeft ook de andere ouder een eigen loopbaan. Er zijn ook militairen die alleenstaande ouder zijn. Zij kunnen niet altijd een beroep doen op de ex-partner of een uitgebreid vangnet.

Ouders vertellen dat zij in die situatie niet weten waar ze terecht kunnen en op wie ze een beroep kunnen doen. Meer inzicht en betere informatie zou hen helpen bij het organiseren van hun vertrek bij een naderende een uitzending of oefening.

Ouders wijzen erop dat zij zelf over het algemeen niet geneigd zijn hulp te vragen. Hetzelfde geldt voor hun thuisfront. Militaire- en veteranen ouders denken dat een meer proactieve houding van Defensie en direct leidinggevendenden dit gemakkelijker zou maken. Het zou helpen om problemen aan te kaarten en hulp te krijgen bij de oplossing ervan. Deze houding wordt nu soms gemist. Ouders vertellen dat het veelal afhangt van de betrokkenheid van de leidinggevende. Er zijn grote verschillen in de mate waarin een leidinggevende betrokkenheid toont bij het thuisfront en flexibel is bij het vinden van oplossingen. Ouders zouden graag zien dat de rol van leidinggevendenden hierbij in duidelijke richtlijnen of beleid wordt opgenomen.

In gezinnen waar sprake is van PTSS-gerelateerde problemen ervaren ouders dat er te weinig zorg wordt aangeboden aan de militair of veteraan.¹¹ Ze geven hierbij ook aan dat te weinig bij de kinderen zelf wordt nagegaan hoe het met ze gaat en of zij zorg nodig hebben.¹²

Scholen gaan verschillend om met een uitzending van een ouder

Ouders merken ook dat scholen verschillend omgaan met de mogelijkheden die ze kinderen bieden als er sprake is van een uitzending. Dit is vervelend voor de kinderen die vanuit school te weinig ruimte krijgen. Zij kunnen daardoor niet altijd bij het afscheid of de terugkomst van hun ouder zijn, terwijl dit belangrijke momenten voor hen zijn.

Volgens de ouders zou het helpen als Defensie de scholen informeert over het werken in een militaire context en wat dit voor kinderen kan betekenen. Dan is er binnen de scholen begrip voor de bijzondere omstandigheden van het kind en kunnen ze daarmee rekening houden.

¹¹ Zie ook het rapport 'Erken mijn zorgen' [Erken mijn zorgen | Rapportnummer 2024/118 | 12 december 2024](#)

¹² Zie hiervoor bijvoorbeeld ook: Van Welie, J. (2025). De impact van PTSS op kinderen van veteranen, Impact Magazine.

Het verhaal van Milan (8 jaar)

Vader werkt bij de Luchtmacht

‘Op school zou ik meer vrijheid willen hebben om soms een kwartiertje buiten te mogen spelen. En ik wil graag een ochtend vrij om afscheid van papa te kunnen nemen.’

Het leven in Amerika

Ik ben nu acht jaar en was twee jaar toen we, met mijn broertje, voor papa's werk naar Amerika verhuisden. Hij werkte daar op een vliegbasis. Ik heb daar vierenhalf jaar gewoond en we zijn net een half jaar weer terug in Nederland. Ik vond het fijn in Amerika maar de school was wel veel moeilijker dan de school waar ik nu op zit. Het was wel fijn weer naar Nederland te gaan maar ook moeilijk. Aan de ene kant is het fijn dat je overal weer Nederlands kan spreken en dat onze familie weer dichtbij is. Maar we woonden in Amerika in een groot huis met een zwembad en het was altijd mooi weer. We hebben veel mooie reizen gemaakt. Ik mis mijn Amerikaanse vriendjes en onze burens daar. We bellen elkaar af en toe. Onze buurman was een cowboy en daar kon ik paardrijden. Dat vond ik heel leuk. Ik heb een hoed van hem gekregen.

Terug in Nederland

Ik zit op voetbal en zwemmen en vind buitenspelen het allerleukst. Mijn opa's en oma's wonen best dichtbij, dat is fijn. Ik heb al best veel vrienden gemaakt op school en op de sportclubs. In Amerika was papa meestal thuis. Nu we weer hier wonen is hij vaker weg. Zo is hij alweer een paar keer naar Amerika geweest en daarna zeven weken op uitzending. Hij gaat binnenkort weer weg op oefening. Papa gaat vaak op oefening, meestal duurt dat drie of vier weken.

Als papa weg is, doe ik veel dingen met mama

Ik kan het niet goed uitleggen, maar soms is het een beetje leuk als papa weg is. Dan doe ik veel met mama alleen en mag ik bij mama slapen. Ik mis papa als het mooi weer wordt of als ik moet wachten om iets te doen waarvoor ik hem nodig heb. Ik heb van het werk van papa het boek over de schildpad gekregen met een knuffel erbij. Ik vond het een fijn boek, maar mama moest er een beetje van huilen. Als papa weg is, voel ik me beter als ik 's nachts de knuffel bij me heb. Als hij weg is, tellen mama en ik de laatste tien dagen af voor hij terugkomt. Dan is het moeilijk want dan voelt het alsof de dagen langer duren.

School denkt niet altijd even goed mee

Ik ben de enige op school met een vader die militair is en dat vinden ze wel bijzonder. De juffrouw en mijn vriendjes willen veel weten over zijn werk. Ik vertel daar graag over. Ik zou graag een halve dag vrij hebben om papa uit te zwaaien als hij voor zijn werk weg moet. Mama heeft dat aan school gevraagd, maar ze vinden dat niet goed. Ze hebben geen ervaring met kinderen van militairen. Papa gaat ook vaak op oefening tijdens schoolvakanties, dus dan kunnen we ook niet samen zijn. Ik zou het heel fijn vinden als we ook buiten de schoolvakanties een keer samen weg kunnen. Soms ben ik op school en mis ik papa. Dan vind ik school best druk. Ik zou dit wel aan de juffrouw willen vertellen en vragen of ik even een kwartiertje buiten mag spelen. Ik weet niet waarom ik dit nooit heb gevraagd.

Contact met papa tussendoor is fijn, maar soms ook niet

Als papa weg is, kan ik hem wel bellen. Als ik niets te doen heb, is dat fijn. Maar soms ook niet, omdat ik dan weer aan hem moet denken en hem mis. In Amerika gingen we vaak naar het werk van papa, we mochten daar heen wanneer we wilden. Ik kende daar ook de papa's van andere kinderen. We konden daar spelen en ik wist waar papa de hele dag was. Ik zou het fijn vinden als ik hier ook vaker naar het werk van papa kan. Papa is vaak weg en hij vertelt altijd waar hij heen gaat en wat hij gaat doen. Maar als hij op uitzending is en we hebben contact, mogen we niet altijd vragen wat hij precies aan het doen is.

5 Bijzondere zorgplicht van Defensie en wat Defensie en het NLVi voor kinderen doen

5.1 Inleiding

Om in kaart te brengen welke zorg en ondersteuning er zijn voor kinderen, hebben we gesproken met medewerkers van verschillende afdelingen van het NLVi, het LZV en Defensie. Deze gesprekken gaven ons inzicht in wat deze instanties ondernemen, wat volgens hen goed werkt en waar ze ruimte zien voor verbetering.

‘Ik vind dat het thuis heel anders is dan bij de andere kinderen. Wij moeten veel rekening met papa houden, omdat hij niet zo makkelijk ergens naartoe kan. Als het te druk is, redt papa dat niet. Hij loopt dan ergens naartoe waar het rustig is. Ik weet niet hoe ik dat uit moet leggen.’

(Emma, 10 jaar)

5.2 Speciale zorg voor militairen, veteranen en hun relaties

De zorgplicht van Defensie rondom uitzending is vastgelegd in de Veteranenwet en het Veteranenbesluit.¹³ Daarmee hebben Defensie en het NLVi als uitvoerder van een deel van die zorgplicht, een verantwoordelijkheid om rekening te houden met de belangen van kinderen. Actief dienende militairen die op uitzending of oefening gaan, vallen onder de zorg van Defensie. Dat geldt ook voor actief dienende militairen die veteraan zijn. Alle veteranen, zowel actief dienende als post-actieve, kunnen een beroep doen op het NLVi.

Relaties¹⁴ van militairen en veteranen kunnen zelf aanspraak maken op bijzondere zorg van de overheid omdat zij ervoor zorgen dat het leven onder bijzondere omstandigheden gewoon doorgaat. Zij zijn ook degenen die direct geconfronteerd worden met de gevolgen van mogelijke lichamelijke en psychische problemen die militairen en veteranen kunnen oplopen als gevolg van hun inzet.¹⁵ Met andere woorden, de overheid heeft een plicht om de relaties van militairen en veteranen zorg te bieden.

‘Toen hij op uitzending was, mochten we ergens heen en we mochten een spandoek maken met bijvoorbeeld: je bent er weer. Als we hem op gingen halen, hadden we dat spandoek bij ons op het vliegveld met zijn vader en moeder. Dat was superlief. Ik werd een beetje emotioneel. Iedereen vond het superleuk.’

(Sophie, 12 jaar)

5.3 Wat al gedaan wordt

Defensie vindt het belangrijk dat de samenleving in z'n geheel zich ervan bewust is wat het leven als militair en veteraan inhoudt. Ze besteden hierbij niet alleen aandacht aan de militair of veteraan zelf, maar ook aan zijn of haar partner en kinderen. Er is een aantal mooie initiatieven om dat bewustzijn te vergroten, zoals het programma ‘Veteraan in de klas’ van het NLVi.

¹³ Zie Artikel 3 en 4 van de Veteranenwet en artikel 4 tot en met 9 van het Veteranenbesluit.

¹⁴ In artikel 1 sub e Veteranenwet juncto artikel 18 Veteranenbesluit is vastgelegd dat de relaties zijn: de echtgenoot/ echtgenote, geregistreerd partner of andere levensgezel, ex-partner en bloed- en aanverwanten in de eerste of tweede graad (ouders en kinderen) van de veteraan of het militaire dienstslichtoffer.

¹⁵ Zie voor het belang van de rol van het thuisfront ook het themarapport 2025 van de Inspecteur-generaal der Krijgsmacht [‘De morele component’](#).

Dit is een educatief programma waarin de veteraan zijn eigen ervaringen deelt met de klas. Het project 'Veteranen in de samenleving' van het NLVi gaat momenteel van start en heeft als doel lokale verbinding te bewerkstelligen door voorlichting en educatie. Het project richt zich onder meer op gemeenten, scholen, bedrijven en huisartsen. Er zijn ook programma's als 'Hulp van helden' of 'Onbekende helden'. In dergelijke programma's wordt gewerkt aan bekendheid en zichtbaarheid van het leven als militair en veteraan. De jaarlijkse Veteranendag, een nationaal evenement waarbij Nederland veteranen dankt voor hun inzet, geeft ook bekendheid aan de werkzaamheden van veteranen.

'Op Veteranendag mochten de kinderen ook mee en ik kreeg een medaille. De kinderen kregen ook een medaille en dat vonden ze ontzettend leuk.'
(militaire ouder)

Ondersteuning van ouders en kinderen

Aan militaire gezinnen met kinderen tot vijf jaar keert Defensie een financiële vergoeding uit voor voorzieningen in de zorg voor het kind bij uitzending en inzet.¹⁶ Daarnaast biedt Defensie een extra bijdrage aan ouders voor de reguliere opvang van kinderen, met name voor de buitenschoolse opvang.

Zowel ouders als gesprekspartners vanuit Defensie en het NLVi wijzen op het belang van passende opvang voor alle kinderen in gevallen waarin het sociaal netwerk niet toereikend is. Dit maakt het voor de ouder thuis mogelijk om de continuïteit van de dagelijkse activiteiten te waarborgen. Deze continuïteit zorgt ervoor dat een kind zich prettig voelt en zich goed kan ontwikkelen.

Wanneer een militair op uitzending is, ondersteunt Defensie de thuisblijvende ouder. Zo is er voor het thuisfront een telefooncirkel met medewerkers die zijn opgeleid om er voor deze ouders te zijn. Dit contact is primair gericht op volwassenen, maar kinderen zijn soms wel bij betrokken of onderdeel van de gesprekken. Voorafgaand aan een uitzending vinden thuisfront-informatie dagen plaats. Hier worden partners geïnformeerd over het zogenoemde Situatiecentrum. Relaties kunnen tijdens een uitzending naar dit centrum bellen met alle mogelijke vragen. Dat kan een verzoek om een spoedcontact met de uitgezonden militair zijn of een vraag over wat te doen als in huis de stoppen zijn doorgeslagen. Bovendien wordt er bij iedere uitzending vanuit Defensie een besloten Facebookgroep voor relaties aangemaakt. Dit platform kan als vangnet fungeren om informatie uit te wisselen of onderling ervaringen te delen.

Defensie geeft ook kinderen informatie rondom een uitzending. Zo zijn er brochures en allerlei gadgets. Defensie heeft ook een boek gemaakt voor kinderen tussen de twee en tien jaar en er is een magazine van tieners voor tieners.

¹⁶ [Artikel32b_Inkomensregeling_Militairen.pdf](#)

‘Eén keer per jaar organiseert Thuisfrontzaken een jeugdbivak, voor kinderen tussen de 8 en 15 jaar. Dan zijn ze op een terrein waar leuke activiteiten zijn georganiseerd voor deze kinderen. (...) Om te kunnen deelnemen aan activiteiten maakt Thuisfrontzaken geen onderscheid tussen verschillende typen uitzending. Of een militair bijvoorbeeld in Curaçao is of in Irak, het gaat om gezinnen waarvan een ouder voor Defensie van huis is.’

(Bureau Thuisfrontzaken)

Activiteiten voor kinderen

Er zijn veel initiatieven vanuit Defensie en het NLVi waar kinderen gebruik van kunnen maken. Verder bieden verschillende andere organisaties activiteiten voor kinderen aan. Een voorbeeld is de Stichting Veteranen Kids die kinderen van veteranen bij elkaar brengt en onder meer leuke uitstapjes organiseert. Ook kazernes organiseren, op eigen initiatief, allerlei activiteiten voor kinderen.

Psychische zorg en ondersteuning

Binnen Defensie is een goed zorgsysteem beschikbaar voor militairen en hun relaties: bedrijfsmaatschappelijk werk, geestelijke verzorging en Militaire Geestelijke Gezondheidszorg (MGGZ). Uit de gesprekken met betrokken instanties (NLVi en LZV) blijkt dat het niet gemakkelijk is om kinderen goed in beeld te krijgen, omdat deze partijen zich in eerste instantie richten op actief-dienende militairen en de post-actieve veteranen met klachten. Daardoor vindt Defensie het wel lastig te zeggen wat kinderen nodig hebben.

Er zijn initiatieven om eerder in contact te komen met kinderen met een hulpvraag. Zo gaat het LZV onderzoek stimuleren en financieren naar wat kinderen nodig hebben en gaat de Universiteit Tilburg op verzoek van het NLVi de komende vijf jaar onderzoek doen naar de huidige programma's en deze evalueren en bijsturen.

Zoals in hoofdstuk 3 is beschreven, komen kinderen wel in beeld als er sprake is van behandeling van veteranen met klachten. Dan kunnen kinderen en jongvolwassenen worden meegenomen in de systemische behandeling van een veteraan, bijvoorbeeld bij multi-family therapie.

Een kanttekening hierbij is dat deze therapie via de zorgverzekeraar wordt gefinancierd en onder de behandelcode van de veteraan zelf valt. Hier worden de betrokken kinderen (automatisch) aan gekoppeld. Deze behandelcode geldt alleen als de behandelvorm te verantwoorden is vanuit de zorg voor de veteraan. Als een kind zelfstandig hulp nodig heeft (los van de problematiek van de veteraan) dan valt het onder de Jeugdwet. Het traject en de daarbij behorende financiering lopen in dat geval via de gemeente. Daardoor lopen kinderen de kans dat ze lang moeten wachten voordat de hulpverlening wordt gestart of voortgezet. Gebrek aan continuïteit van hulpverlening aan kinderen, brengt risico's met zich mee in de ontwikkeling en het ontwikkelingsperspectief van deze kinderen. Dit is in het bijzonder het geval als er bij de ouder sprake is van PTSS-gerelateerde klachten.

Het verhaal van Mila (18 jaar)

Moeder werkte bij de landmacht

‘Het is bij ons anders dan bij andere gezinnen. Wij moeten vaak opletten dat er niet te veel prikkels zijn voor mama. Zo moest het vroeger bijvoorbeeld tijdens het avondeten rustig zijn. Dus we konden wel vertellen wat we die dag hadden meegemaakt, maar zodra we iets te enthousiast werden, kregen we een waarschuwing dat we rustig moesten zijn.’

In de nacht kwamen allemaal vragen op

Mijn moeder werkte voor Defensie bij de landmacht. Voor mijn geboorte is ze uitgezonden naar Irak en later nog een keer naar Afghanistan. Toen ze naar Afghanistan ging, waren wij nog klein. Ik was zes en mijn broertje was toen drie jaar. Ze was toen lang weg, zes en een half maand. Ik durfde in die periode niet alleen te slapen en heb al die tijd bij mij vader geslapen. ‘s Nachts kwamen er allemaal vragen boven, dat waren de lastigste momenten. Ook al was ik jong, ik wist wel dat ze niet op vakantie was. Ik vroeg me dan af hoe het met haar ging. En of ze nog leefde, als we al veel dagen niets van haar hadden gehoord. Soms lukte het haar te bellen en soms niet. Papa legde dan uit hoe dat kwam.

Opa en oma hielpen vooral toen mama weg was

Op school wisten de docenten dat mijn moeder weg was. Ik kan me niet herinneren dat zij daar extra aandacht aan besteedden, of me vroegen hoe het met me ging. Mijn klasgenootjes wisten niet dat mijn moeder in Afghanistan was. Ik miste het vooral dat mijn moeder niet mee kon met schoolreisjes en niet mee kon doen bij andere schoolactiviteiten. Papa moest vroeg naar zijn werk, dus ik ging vaak met de burens mee naar school. Ik miste mijn moeder dan het meest. Opa en oma hielpen ook als mama weg was. Ik heb hierdoor een heel goede band met hen.

Na terugkomst ging het niet goed met mijn moeder

Mijn moeder heeft me niet verteld over haar tijd in Afghanistan. Ik ken nog steeds niet het hele verhaal. Ik durf haar daar ook niet goed naar te vragen, omdat ik bang ben dat zij zich hierdoor slecht gaat voelen. Ik herinner me wel dat mama na terugkomst vaak moe was en lang op bed lag. Soms ook nog als ik uit school kwam. Dat vond ik niet leuk. Ik weet dat ze erg spannende dingen heeft meegemaakt. Ze heeft PTSS, maar ik begreep pas toen ik ouder was wat dit betekende. Ze heeft veel therapieën gehad. Wij, als kinderen, zijn daar niet bij betrokken geweest. Ze is nu afgekeurd en kan niet meer werken voor Defensie. Ik ben boos op Defensie, omdat de hele ontslagprocedure lang duurt en het veel spanning veroorzaakt bij haar en bij ons. Ik probeer daar een beetje afstand van te nemen. Ik wil mijn vader ook niet lastigvallen met mijn gevoelens. Voor hem is het ook moeilijk.

Het had geholpen als anderen meer afwisten van mijn situatie thuis

Nu ik ouder ben zie ik welke gevolgen de uitzending van mama op ons gezin heeft gehad en nog steeds heeft. Het had me geholpen als mensen wat meer hadden geweten over mijn situatie thuis. Vriendinnen op de middelbare school wisten niet hoe het bij mij thuis was. Ik vertelde wel eens dat mijn moeder ziek is en dat ze PTSS heeft, maar daar werd niet zo op ingegaan. Ook docenten, waaronder mijn mentor, vroegen niet hoe het met me ging. Ik moest dat zelf aankaarten en dat was lastig. Ik vroeg me dan af of ik niet overdreef.

Belangrijk dat je ervaringen kan delen met leeftijdsgenoten

Ik denk dat mensen niet begrijpen dat een uitzending impact heeft op het hele gezin en niet alleen op de militair. Ik vind het daarom ook fijn dat ik meedoe aan activiteiten van de Veteranen Kids. Ik kwam bij hen terecht omdat mama meedeed aan de Invictus Games in 2023. De Invictus Games waren erg indrukwekkend. De saamhorigheid en echte sportiviteit. Ik ontmoette daar kinderen van mijn leeftijd die aan een half woord genoeg hebben en je echt begrijpen. Ik heb met een aantal nog regelmatig contact en dat is echt heel fijn. Het is belangrijk dat je ervaringen kan delen met leeftijdsgenoten. Daar moet echt aandacht voor zijn.

Ik had het fijn gevonden als Defensie ook later had gevraagd hoe het gaat

Als ik terugkijk, had ik het wel fijn gevonden als Defensie naar me had omgekeken en had gevraagd hoe het met me ging en wat ik nodig had. Toen, maar ook nu nog, nu ik ouder ben. Defensie weet dat het niet altijd goed gaat met mijn moeder. Ik zou het fijn vinden als ze me zelf uitleggen hoe het gaat met de afloop van mijn moeders baan bij Defensie. Ik ben nu op een leeftijd dat ik dit kan begrijpen. Ik vraag het mijn ouders ook wel eens, maar wil ze niet te veel daarmee belasten.

6 Conclusies en aanbevelingen

‘We hadden ook een klein doosje met allemaal kusjes erop. Voordat hij op uitzending ging, stopte hij er heel veel kusjes in voor elke avond. Elke avond voordat ik ging slapen, pakte ik een kusje uit de doos. Dan deed ik hem altijd heel snel open zodat niet alle kusjes eruit sprongen.’

(Sophie, 12 jaar)

In 2024 publiceerde de Veteranenombudsman zijn rapport over relaties van veteranen (‘Erken mijn zorgen’). Uit dat onderzoek kwamen ook signalen over minderjarige kinderen in militaire gezinnen naar voren. Daarom besloten de Kinderombudsman en de Veteranenombudsman gezamenlijk onderzoek te doen naar de situatie van kinderen in gezinnen waar een ouder militair of veteraan is.

In dit onderzoek staat de volgende vraag centraal:

Welke impact heeft een uitzending van ouders die militair of (post-actief) veteraan zijn, op het leven van hun kinderen?

- Om de impact van een militaire uitzending van een ouder voor kinderen te onderzoeken, formuleerden we de onderstaande sub-vragen:
- Hoe ervaren kinderen van militairen en veteranen de uitzending van een ouder?
- Wat hebben deze kinderen nodig om zich, ondanks het bijzondere beroep van hun ouder(s), goed te kunnen ontwikkelen?
- Welke behoeften zien ouders (militair of veteraan) bij hun kinderen en wat hebben ouders zelf nodig om hun gezin met een gerust hart te kunnen achterlaten als ze op uitzending gaan?
- Hoe houden Defensie en het NLVi al rekening met het belang van kinderen en hoe houden zij rekening met de belangen van kinderen bij het maken van beleid en het nemen van besluiten?

We spraken met kinderen van dienende militairen en van veteranen over hun welzijn en ontwikkeling en over wat de uitzending van hun ouder voor hen betekent. We vroegen ze wat ze nodig hebben om zich prettig en veilig te voelen en zich te kunnen ontwikkelen. We spraken ook met ouders en organisaties. Op basis van deze informatie komen we tot een aantal conclusies en aanbevelingen aan Defensie en aan het NLVi.

6.1 Conclusies

‘Anderen weten het waarschijnlijk niet. Er wordt op school niet veel erover gesproken. Het zou best fijn zijn als anderen iets meer zouden snappen hoe het is om kind van een veteraan te zijn’

(Tom, 15 jaar)

Met de meeste kinderen van uitgezonden militairen en veteranen gaat het goed

Met de toenemende geopolitieke spanningen in de wereld zijn ook kinderen van militairen en veteranen zich toenemend bewust van de risico's voor hun ouder. Dit vraagt van Defensie om extra zorg en alertheid om het welzijn en de ontwikkeling van kinderen met een ouder op uitzending te beschermen en te waarborgen. En het vraagt van de omgeving waarin het dagelijks leven van de kinderen zich afspeelt om goed op te letten hoe het met de kinderen gaat. Uit de meeste verhalen van de geïnterviewde kinderen blijkt dat ze eraan gewend zijn dat hun ouder uitgezonden wordt. De uitzending hoeft hun welzijn en ontwikkeling niet per se te schaden. Voorwaarde is wel dat de kinderen zich veilig voelen, dat hun dagelijks leven op orde is en dat alles rond de uitzending van hun ouder goed geregeld is.

Kinderen vinden het belangrijk dat hun leven zo gewoon mogelijk door kan gaan. Bij de kinderen die we spraken en met wie het goed gaat, zagen we dat het met hun ouders doorgaans ook goed gaat. Dit zijn ouders die met een gerust hart vertrekken omdat de thuisblijvende ouder de opvoeding aankan (*element bescherming en veiligheid*), ook tijdens de uitzending. Vrijwel al deze kinderen zijn er trots op dat hun ouder een militair of veteraan is. Het raakt op een positieve wijze aan hun eigen identiteit en maakt hen extra sterk (*element identiteit*).

De kinderen met wie het goed gaat, hebben doorgaans in aanleg geen eigen kwetsbaarheden (*element kwetsbaarheden of bijzondere situaties*) en ook hun ouders zijn stabiel. Deze kinderen ervaren liefde en structuur in hun opvoeding en beschikken over een brede ondersteuning van een positief netwerk (*elementen bescherming en veiligheid en behoud van gezinsomgeving en belangrijke contacten*). Vooral als de thuisblijvende ouder de opvoeding goed kan dragen, gaat het goed met hen. Het gezin wordt ondersteund door vrienden, familie en Defensie. De school van het kind houdt rekening met wat voor het kind belangrijk is rond de uitzending en geeft het kind ruimte voor emoties zoals verdriet en angst, of blijdschap als de ouder terugkeert (*element recht op onderwijs*). Het kind ervaart extra veerkracht in het contact met kinderen van andere militairen en veteranen. In dit contact merkt het kind dat het niet de enige is met een ouder die op uitzending gaat. Kinderen kunnen hun hart luchten, maar juist ook zonder te hoeven praten samen met andere kinderen plezier hebben (*element behoud van gezinsomgeving en belangrijke contacten*). Als de uitzending goed is voorbereid, er duidelijkheid is over de cruciale momenten rond de uitzending – zoals het vertrek en de terugkeer en veiligheid tijdens de missie – dan lopen zij geen extra risico's (*element bescherming en veiligheid*).

Met de meeste kinderen van militairen en veteranen die wij spraken gaat het dus goed. Op de vragen over de elementen uit de Kinderrechtentoets die staan voor het welzijn en ontwikkelingsperspectief, zijn deze kinderen over het algemeen positief. Toch is alertheid geboden omdat de situatie rond een uitzending in de huidige tijd met extra angst, onzekerheid en spanning gepaard kan gaan. Dit geldt ook voor kinderen van ouders die hun doorgaans genoeg kunnen bieden.

Voor sommige kinderen van militairen en veteranen is nog onvoldoende zorg beschikbaar

In ons onderzoek zien we kinderen voor wie de uitzending van hun ouder impact heeft op hun welzijn en ontwikkeling. Wie zien dit bij kinderen met een ouder met PTSS en kinderen die in aanleg of door wat ze ervaren kwetsbaar zijn (*element kwetsbaarheden of bijzondere situaties*). Soms wordt een PTSS bij een ouder pas jaren na de uitzending gediagnostiseerd. Deze late diagnose heeft negatieve gevolgen voor het welzijn van het kind (*element bescherming en veiligheid*), zeker als de kinderen in aanleg al extra kwetsbaar zijn en hulp uitblijft.

Een extra risico is er ook als kinderen opgroeien in een ongezonde leefomgeving vanwege onveiligheid thuis zoals ruzie en geweld (*element kwetsbaarheden of bijzondere situaties*). Geen contact met leeftijdsgenoten die dezelfde ervaringen hebben en een schoolomgeving die geen oog heeft voor de militaire context waarin het kind opgroeit, verzwaren het leven van het kind en van de thuisblijvende ouder (*element recht op onderwijs*).

Ouders hebben de eerste verantwoordelijkheid voor het welzijn, de ontwikkeling en de opvoeding van het kind. Als ouders er niet in slagen om de ontwikkeling van het kind te borgen, dan ligt daar een extra taak voor de overheid. Defensie moet in die gevallen extra ondersteuning bieden.¹⁷ Defensie heeft deze kinderen niet altijd in beeld waardoor ze niet alle hulp krijgen die ze nodig hebben. Dit wordt mede veroorzaakt door de wijze waarop de hulp is georganiseerd via de Veteranenwet en de Jeugdwet.

Nu is de zorg voor het kind nog gekoppeld aan de hulpvraag van de veteranenouders. Als die geen zorgvraag meer hebben, moeten hun kinderen overstappen naar de reguliere hulpverlening vanuit de Jeugdwet. Dit belemmert vaak de continuïteit van de zorg (*element recht op gezondheid*). Bovendien is er binnen de reguliere jeugdhulpverlening niet altijd voldoende kennis over de militaire context van het gezin en daarmee die van het kind.

Onvoorspelbaarheid heeft impact op kinderen

Kinderen van militairen en veteranen hebben de meeste last van de wisseling in routine binnen het gezin. Dat speelt rondom elk vertrek en bij elke terugkeer van de militaire ouder. Dat draagt bij aan onzekerheid, spanning, angst en gemis en heeft veel impact op hoe de kinderen zich voelen (*element bescherming en veiligheid*). De onzekerheid die gepaard gaat met onduidelijkheid rondom vertrek- en aankomstdata bij uitzendingen en oefeningen maakt het extra moeilijk.

De onzekerheid over vertrek- en aankomsttijden maakt het voor ouders lastiger om hun kinderen in deze fase goed te begeleiden en ondersteunen. Voor militaire- en veteranenouders is er, als het gaat om oefeningen, soms onbegrip over de planning. Dit geldt vooral voor oefeningen die in schoolvakanties gepland worden. Het ontnemt gezinnen de kans om gezamenlijk vakantie te vieren, terwijl dit juist voor de kinderen een tijd is waarin ze extra aandacht kunnen krijgen van hun militaire- of veteranen ouder (*element behoud van gezinsomgeving en belangrijke contacten*).

Steun vanuit scholen aan kinderen en ouders rond de uitzending van een militair is niet voldoende geborgd

Het is voor ouders en kinderen belangrijk dat op school ruimte is voor flexibiliteit en aandacht rondom de uitzending of oefening van een ouder. Dit speelt vooral rondom vertrek en thuiskomst. Voor kinderen is de vertrek- en aankomstperiode altijd een spannende en onrustige tijd, waarin zij juist veel met hun militaire- of veteranenouder bezig zijn (*element behoud van gezinsomgeving en belangrijke contacten*).

We zien nu dat het van de bereidwilligheid van een school afhangt of rekening wordt gehouden met de behoeften van een kind van een militair die op uitzending gaat. De onzekerheid die dit veroorzaakt is onwenselijk. Flexibiliteit rondom de leerplicht biedt scholen de ruimte om hiermee om te gaan. Daarnaast is het voor kinderen fijn als er vanuit docenten extra aandacht is voor de thuissituatie, zeker wanneer ouders terugkomen van een uitzending met lichamelijke of psychische klachten. Af en toe vragen hoe het gaat, zonder deze kinderen heel bijzonder te maken, helpt ze al (*element recht op onderwijs*).

Het ontbreekt nog aan voldoende informatie over en toegang tot activiteiten voor alle kinderen

Zowel Defensie als het NLVi hebben aandacht voor kinderen en zijn zich bewust van de noodzaak van goede zorg en ondersteuning.¹⁸ Er wordt een onderzoek gestart om beter inzicht te krijgen in wat kinderen nodig hebben om zich goed te kunnen ontwikkelen. Verder investeren

¹⁷ Zie ook het themarapport IGK 2025 'De morele component'. Hierin wordt verwezen naar het belang van meer zicht op welke (zorg)faciliteiten er voor het thuisfront zijn, zowel binnen Defensie als daarbuiten. Verder betreft het Human Performance Team (HPT) sinds kort ook het thuisfront actief in hun werk door te vragen hoe het gaat, waar ze behoefte aan hebben en welke ondersteuning zij nodig hebben. Het HPT doet dit vanuit het besef dat het thuisfront invloed heeft op het welzijn van militairen in het veld (Thuisfront informatiebulletin. Falcon Autumn, 2025). Het HPT is een interdisciplinair team dat zich inzet voor de fysieke, mentale en sociale fitheid van militairen.

¹⁸ Ook in het themarapport IGK 2025 'De morele component' komt het belang van actieve informatieverstrekking richting defensiemedewerkers en het thuisfront naar voren.

Defensie en het NLVi in verspreiding van kennis over wat het kan betekenen om militair of veteraan te zijn, of een militair of veteraan als ouder te hebben.

Er worden activiteiten georganiseerd waarbij kinderen in contact kunnen komen met leeftijdsgenoten met dezelfde ervaringen. Dat zijn vaak activiteiten die ontspanning bieden en dat is belangrijk voor kinderen. Ze delen een bepaalde identiteit (als 'kind van') en ze delen ervaringen (*element identiteit*).

Het ontbreekt echter aan een duidelijk overzicht van de mogelijkheden voor kinderen. Activiteiten zijn bovendien niet altijd toegankelijk voor alle kinderen. Het maakt soms uit of de ouder wel of niet gezien wordt als veteraan. Daar komt bij dat er een groot verschil is in aanbod tussen de verschillende eenheden/kazernes en daarmee in de mogelijkheden die kinderen hebben om hieraan deel te nemen.

Concluderend zien we dat er mooie initiatieven zijn en dat Defensie zich bewust is van de noodzaak om stappen te zetten. Een duidelijke visie op wat alle kinderen nodig hebben om zich goed te kunnen ontwikkelen ontbreekt echter nog. Dit ontwikkelperspectief zou ervoor kunnen zorgen dat alle kinderen met een militaire of veteranen ouder de ondersteuning krijgen die ze nodig hebben.

6.2 Aanbevelingen

'Volgens mij vonden ze het wel stoer, want ik had een presentatie gedaan met mijn vader over zijn werk. Toen had hij zijn legerpak aan. Dat vonden ze allemaal heel cool. Volgens mij had hij ook camouflagegeschmink meegebracht. Dat vonden ze allemaal heel leuk.'

(Sophie, 12 jaar)

Op basis van de bovenstaande conclusies komen we tot vier aanbevelingen. De aanbevelingen zijn gericht op verbreding en aanscherping van de stappen die Defensie al zet in het belang van de kinderen van militairen en veteranen.

Wij vragen Defensie het volgende:

1. Vorm een duidelijke visie op wat kinderen van militairen en veteranen nodig hebben om zich goed te kunnen ontwikkelen en breng die visie in de praktijk

Hiermee bedoelen wij dat Defensie weet wat er bij kinderen speelt en wat zij nodig hebben. Dit betekent dat er in de besluitvormingsprocessen binnen Defensie aandacht is voor de positie van kinderen en dat deze wordt meegewogen. Wanneer besloten wordt militairen uit te zenden kan Defensie kijken naar de impact hiervan op kinderen en achterhalen wat ze nodig hebben. Defensie kan ook de diversiteit van de gezinssituaties waarin deze kinderen opgroeien in aanmerking nemen. Tot slot betekent dit dat er rekening moet worden gehouden met de behoefte van kinderen aan duidelijkheid over aankomst - en vertrektijden.

Oog hebben voor de belangen van kinderen bij dit soort besluiten vraagt van Defensie dat zij zicht heeft op deze belangen. Door gebruik te maken van de [Kinderrechtenoets](#) (bij wet- en regelgeving en beleid) en Het [Beste Besluit](#) (voor individuele kinderen in gezinnen) kan Defensie de positie van kinderen in kaart brengen. Beide instrumenten vragen van Defensie dat zij vaker in gesprek gaat met kinderen over hun behoeften en wat een uitzending van hun ouder met hen doet.

2. Ga structureel met kinderen in gesprek en geef begrijpelijke informatie

Dit betekent bijvoorbeeld dat kinderen toegang hebben tot begrijpelijke informatie en dat ze tijdig worden geïnformeerd over wat voor hen belangrijk is. Het betekent ook hier dat Defensie in gesprek gaat met kinderen om te weten wat er in hun leven speelt en welke behoeften zij hebben. Op die manier krijgt Defensie zicht op welke impact sommige besluiten hebben op het leven van kinderen. Communicatie uit eigen beweging en duidelijkheid zijn hierin cruciaal.

We zien dat er vanuit Defensie stappen gezet worden, maar ook dat er ruimte is voor verbetering. Van belang is dat duidelijk is wie de taak heeft om uit eigen beweging contact te hebben en te houden met het thuisfront. Een commandant, een leidinggevende of iemand anders binnen Defensie kan deze taak op zich nemen. Deze proactieve houding is belangrijk: problemen die ontstaan of vragen die er zijn bij het thuisfront kunnen hierdoor eerder gesignaleerd en opgelost worden.

3. Heb als werkgever oog voor de verantwoordelijkheden die militairen en veteranen hebben als ouder

Ouders hebben de eerste verantwoordelijkheid voor de ontwikkeling van hun kinderen. Dit wordt niet alleen maatschappelijk erkend maar het ligt ook vast in het Kinderrechtenverdrag (art. 5 en art. 18 IVRK). Ouders moeten in staat gesteld worden om die verantwoordelijkheid te nemen. Werkgevers, zoals Defensie, moeten daarom ruimte bieden aan hun werknemers (in dit geval militairen en veteranen) om hun ouderlijke verantwoordelijkheden op te pakken.

Als ouders in staat zijn hun rol in het gezinsleven te vervullen, kunnen hun kinderen zich op een goede manier ontwikkelen. Dit is niet alleen in het belang van de kinderen zelf, maar ook dat van hun ouders en Defensie als werkgever. Immers, als militairen en veteranen het thuisfront met een gerust hart kunnen achterlaten, heeft dit een positief effect op de rust en stabiliteit waarmee zij hun rol voor Defensie kunnen vervullen. En dat is in ieders belang.

4. Neem een regierol richting andere overheden en scholen

De ontwikkelbehoefte van kinderen speelt breder dan alleen op het gebied van Defensie. Zo zien we dat er meer ruimte moet zijn binnen het onderwijs voor de gebeurtenissen in de levens van deze groep kinderen, bijvoorbeeld wanneer het gaat om mogelijkheden om vrij te krijgen op vertrek- en aankomstdagen. We zien ook dat kinderen hun eigen zorgbehoefte hebben, zeker als hun ouder last heeft van PTSS-gerelateerde klachten. Daarom moet er ook binnen andere ministeries, zoals het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport en het ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap, oog zijn voor deze groep kinderen. Waar nodig moeten deze ministeries daar specifiek beleid voor maken. Het ministerie van Defensie moet hierin de regie nemen en een vinger aan de pols blijven houden.

Een vorm van regie is nodig bij de verschillende manieren waarop scholen omgaan met het gegeven dat er een kind van een militair of veteraan in hun klas zit. Sommige kinderen krijgen vrij op aankomst- en vertrekdagen, andere niet. Flexibiliteit kan ook nodig zijn rondom de vakantieperiodes, waarbij een vakantie voor het gezin soms anders gepland moet worden vanwege de uitzending van de militaire ouder.

Defensie kan tevens de regie nemen bij het gegeven dat de hulpvraag van een kind nu bijvoorbeeld nog gekoppeld is aan de hulpvraag van de ouder (de veteraan). Als deze geen hulpvraag heeft, wordt voor het kind een beroep gedaan op de reguliere hulpverlening. Los van de wachttijden die daar zijn, is het belangrijk voor een behandelaar om op de hoogte te zijn van de militaire context. Het NLVi en LZV zijn bezig die kennis te vergroten, mede omdat zorg dicht bij huis voor een kind grote meerwaarde heeft.

We zien ook dat er verschillen tussen krijgsmachtdelen bestaan, die vragen om een regierol van Defensie. Uit het onderzoek blijkt dat de ene eenheid meer voor kinderen doet dan de andere. Hierdoor ontstaat ongelijkheid tussen kinderen in de toegang tot hulp en ondersteuning.

Een regierol van Defensie kan zorgen voor een betere regionale spreiding van initiatieven voor kinderen. Bovendien kan zij lokale initiatieven stimuleren waar deze nu nog ontbreken.

Veteranenombudsman

Postbus 93122
2509 AC Den Haag
Telefoon 070 356 35 63
www.nationaleombudsman.nl/veteranen

Nationale ombudsman

Postbus 93122
2509 AC Den Haag
Telefoon (070) 356 35 63
www.nationaleombudsman.nl

Kinderombudsman

Antwoordnummer 10870
2501 WB Den Haag
Telefoon 0800-8765432
www.kinderombudsman.nl

Rapportnr: 2026/049 en KOM008/2026 is
een uitgave van de Veteranenombudsman,
Nationale ombudsman en Kinderombudsman,
15 juni 2026

