

Rodiny vojáků mírových misí

Vojači mírových misí a jejich partneři mají problémy najít společný jazyk, kterým by byli schopni popsat a sdílet své zkušenosti a pochopit fakt, že se partner jeví být tolik jiný, než byl před odjezdem.



Erik L. J. L. De Soir
(1964)

Klinický psycholog a rodinný terapeut. V současné době pracuje jako lektor a vědecko-výzkumný pracovník v Centru pro výzkum stresu a traumatu při katedře behaviorálních věd Královské vojenské akademie v Bruselu.



Daniel Štrobl (1974)

Vojenský psycholog Armády České republiky. Působil jako vědecký pracovník Centra sociálních studií náčelníka Generálního štábu AČR. Od března 2002 je vojskovým psychologem 71. záchranné a výcvikové základny AČR v Kutné Hoře. Studuje klinickou psychologii na Filozofické fakultě UP v Olomouci.

Počínaje rokem 1991, kdy začaly být belgické a české vojenské jednotky nasazovány v různých vzdálených operacích a mírových misích, objevily se u vojáků a jejich rodin v pravém smyslu slova jedinečné podmínky pro psychosociální rodinné trauma.

Zpočátku se nikdo příliš nezabýval narůstáním rizika hromadění stresu, jenž rodiny postihoval, zvláště při opakovaném nasazování jejich blízkých do dlouhodobých misí. První nesmělé pokusy o zajištění této péče vycházely od vojenských psychologů, psychiatrů a sociologů, avšak nejednalo se o koncepční přístup, ale spíše o jednorázové akce spojené s konkrétními lidmi.

Zkušenosti ukazují, že je nezbytné provádět systematické manželské a rodinné poradenství před, během a po dlouhodobém nasazení, aby se předešlo sérii problémů, či dokonce selhání jednotlivých rodinných příslušníků a celé rodiny.

Vlastní psychosociální podpora, která je koncipována jako řada setkání rodin nebo jednotlivých partnerů s cílem podat základní informace a poskytnout sociální podporu, musí zahrnovat aktivity zaměřené na prohloubení komunikačních a vyjednávacích dovedností obou partnerů tak, aby se naučili lépe zvládat dlouhodobé odloučení a jeho dopad na rodinný systém a svou zkušenost byli schopni integrovat do své psychosociální výbavy.

Emoční stadia nasazení

Emoční stadia nasazení (v míru) tak, jak byla popsána Peebles-Kleigerovou a Kleigerem, lze použít i pro opakované zkušenosti vojáků mírových misí a jejich partnerů – před, během a po nasazení.

Můžeme rozlišit dvě různé verze teorií emočního vývoje. První verze popisuje sedm fází přízrubování, počínaje očekáváním ztráty (před odjezdem vojáka) a konče reintegrací a stabilizací vztahů uvnitř rodiny po návratu. Druhá verze, kterou nazýváme model truchlení, popisuje čtyři

emoční stadia, jež jsou založena na principu reakce na nepřijemnou a zraňující skutečnost (Kubler-Ross, 1969). Tato stadia smutku jsou: (1) Zlost/protest, (2) smutek/zoufalství, (3) zvládnání/odpojení, (4) návrat/znovushledání.

Oba výše popsané modely hovoří o stadiu prvotního šoku. Je to jeden až dva týdny trvající období tenze, smlouvání a zlosti, které trvá až do té doby, kdy se rodina začíná prakticky připravovat na odloučení.

Je prokázáno, že včasná informace o budoucím nasazení (přibližně 8 měsíců před odjezdem) může učinit stres lépe zvládnutelným. Partneři se nemusí tolik soustředit na ten jediný, poslední okamžik, během něhož obvykle nejsou schopni nalézt ta pravá slova, jak se rozloučit.

Posledních pár dní před odjezdem nastává druhá fáze oddělení/stažení, během které se rodinní příslušníci obávají se blížícího se odjezdu straní sebe navzájem.

Klinické zkušenosti poukazují na emoční ztuhnutí, které se v této fázi objevuje. Proto je důležité informovat oba partnery, že absence vyjadřovaných emocí není adekvátní absencí emocí jako takových. Je to naopak – čím silnější je stažení, tím silnější jsou potlačené emoce.

Třetí fáze emočního neuspokojenosti začíná okamžikem odjezdu, doslova ve chvíli, kdy se „letadlo odlepilo od země“. Tehdy se objeví emoční zmatek či smutek a zoufalství. V této fázi je pocit tenze a proces oddělování vystřídán smutkem nad ztrátou, či dokonce masivní úzkostí ve smyslu „Co s námi bude?“. V případech, kdy jsou praktické věci vyřešeny a již uběhlo pár dnů, které jasně prokázaly, že to vše není prostě jen zlý sen, může intenzita emočního zmatku, smutku či zoufalství jedince přímo zaplavit. Současně se mohou objevit problémy se spánkem, depresivní ladění a potíže s příjemnou potravou. Tato fáze trvá od dvou do šesti týdnů.

Na základě klinických zkušeností lze vylepšit rizikové skupiny. Těmi jsou (1) mladé rodiny, jež jsou zranitelnější k emočnímu zmatku, než ostatní, (2) věk toho, kdo zůstal, je mezi 25 a 30 lety, (3) věk dětí ještě nedošlých pěti let, (4) manželství je mladší pěti let, (5) voják odjíždí na své druhé či třetí nasazení.

Doba odloučení

Po přibližně šesti týdnech začíná fáze zotavení a stabilizace či zvládnání/odloučení. Smutek ustupuje a nastupuje stav relativního klidu a řešení každodenních problémů.

Většina tohoto období bývá ve znamení klidu, který obvykle trvá největší část z celkové doby nasazení. Tato fáze je též typická vcelku příjemnou rutinou, navazováním společenských vztahů a dále udržováním komunikace s tím, kdo je nasazen.

Emoční stadia nasazení

Stadium 1: Prvotní šok (zlost, popření, emoční ztuhnutí)

Stadium 2: Odjezd (oddělení, stažení)

Stadium 3: Emoční neuspokojenost (deprese, úzkost)

Stadium 4: Zotavení a stabilizace (zvládnání, odloučení)

Stadium 5: Očekávání návratu domů (zmatek, smíšené pocity)

Stadium 6: Znovushledání (euforie)

Stadium 7: Reintegrace a stabilizace (zpracovávání)



Ve chvíli odjezdu se nezdávka dostavuje emoční zmatek či smutek a zoufalství.

Naše klinická pozorování a výzkumy potvrzují, že emoční a psychická rovnováha se zdá být tak stabilní, jak dobrý je vzájemný kontakt obou partnerů a celková úroveň komunikace (pošta, telefon, internet, tisk, televize).

Přibližně šest týdnů před koncem nasazení začíná fáze očekávání návratu domů. Opět se objevuje zvýšená aktivita, tenze a dokonce zoufalství z toho, jak se rodina připravuje na návrat svého člena z mise. Strach či obavy závisí na tom, zda rodina očekává konflikty. Konec nasazení se blíží a očekávání spojená se znovushledáním narůstají. Je zde pocit vzrušení z toho, že „opět budeme spolu“, ale také určitá obava ze změny, která „se s námi během té doby stala“. Veškerá aktivita směřující k tomu, aby znovushledání proběhlo co nejlépe – dieta na poslední chvíli, nové šaty nebo spodní prádlo, úklid domácnosti atd. – pouze navyšuje již tak dost značnou míru stresu na maximum.

Chvilé návratu

Vlastní fáze znovushledání začíná okamžikem shledání

Zvláštním případem jsou tzv. samotáři – příslušníci s nízkým vzděláním, slabými rodinnými vztahy nebo bez partnerského vztahu. Po nasazení mají problém navázat či obnovit sociální vazby ve svém okolí, se svými bývalými přáteli nejsou schopni navázat oboustranně uspokojivý vztah a ocitají se tak v sociální izolaci. Tito příslušníci obvykle chtějí být nasazení tak rychle, jak je to jen možné: chtějí prostě zpátky onu (mj. dobře placenou) sociální situaci, kdy mají možnost sdílet své emoce a být mezi „svými“. Jejich následná adaptace tedy bývá značně pomalá, nebo neproběhne vůbec.

Další typické problémy související se znovushledáním bychom mohli nazvat emočně strnulé chování, lhostejnost, neschopnost porozumět faktu, že chování v malé skupině vojáků, kteří jsou spolu nasazení, se musí odlišovat od chování v rodině, a konečně rozmanité vztahové problémy, mezi které patří zejména strach z manželské nevěry u obou partnerů.

Velmi negativní pak ovlivňují období reintegrace a stabilizace projevy hněvu a výčitek mezi členy rodiny

*Spojení pocitů
emočního
zahlcení na straně
jedné a odcizení
na straně druhé
způsobuje, že se*