

Danske soldater i Kroatien

Hvilke belastninger og psykiske følger oplever

de danske soldater i internationale missioner? Forslag

til en sammenhængende, forebyggende og

intervenierende psykologisk indsats

NATO PÅ BALKAN
HANNE KNUDSEN & ÅSK ELKLIT

I VINTERENS LOB er danske soldater draget af sted til det tidligere Jugoslavien for at realisere Danmarks internationale forpligtelse i NATO-samarbejdet. Med deltagelsen i den 60.000 mand store, internationale brigade skal ca. 820 danske soldater under NATO-kommando sikre, at fredsftalen mellem de stridende parter i eks-Jugoslavien overholdes.

At uddanne sig til soldat i Danmark har i mange år ikke været forbundet med krigsdeltagelse. Med danske FN- og nu NATO-soldaters tjeneste i det tidligere Jugoslavien oplever det danske forsvar en kvalitativt anderledes situation med fredsbevarende og fredsskabende opgaver på kanten til reel krigsdeltagelse.

Efter det første hold FN-soldater vendte hjem fra det tidligere Jugoslavien har debatten om, hvorvidt soldaterne er psykisk belastede af deres krigsoplevelser, primært været ført i frokostpressen. Dele af pressen har fremført et billede af FN-soldaten som så psykisk skadet, at det resulterer i voldelig adfærd af ekstrem grad. Forsvaret har i pressen afvist påstanden og fremhævet, at soldaterne vender hjem som sunde, modnede mænd/kvinder, der har bevist deres kvaliteter i det virkelige liv. Begge billeder af FN-soldaten forekommer unuancerede og gavner ikke de soldater, som i en eller anden grad er psykisk belastede af deres krigsoplevelser.

FN-tjenesten

FN-tjenesten bygger på andre forudsætninger end almindelige militære operationer. Som medlem af den fredsbevarende styrke varetager FN-soldaten snarere en politifunktion end en traditionel militærfunktion. Han går imellem de stridende parter og forholder sig neutralt uden at tage stilling, observerer og hjælper civile ofre. FN-mandatet giver kun mulighed for at anvende våben i selvforsvar, og soldaten står derfor uden magt til at gennemtvinge en løsning på konflikten. I den forstand er FN-soldaten et symbolsk og praktisk udtryk for verdenssamfundets ønske om at bevare freden.

Psykologisk set befinder FN-soldaten sig i en yderst vanskelig og sårbar situation. Med baggrund i strategiske hensigter ønsker nogle af de stridende parter at eskalere konflikten gennem provokationer af en anden part og af FN-systemet. Taber den enkelte soldat hovedet i sådanne situationer, kan de militære og politiske konflikter eksplodere. Han skal ideelt set besvare aggression med neutralitet - uden at stikke af og uden at svare igen. Han skal blive på sin post som et slags levende skjold på trods af ydmygelser, provokationer og angreb. Det stiller selvsagt vidtgående krav til selvkontrol og undertrykkelse af instinktive og indlærte reaktionsmønstre - egenskaber som i krigslignende situationer og mili-

tære sammenhænge er hensigtsmæssige, men som på længere sigt må antages at være psykisk belastende. Samtidig vil FN-soldaten ofte være førstehandsvidne til de omfattende rædsler og overgreb, som under krig overgår civilbefolkningen, med begrænsede eller manglende muligheder for at hjælpe. Det er kun forståeligt, at det fremkalder dyb frustration og, som respons på manglende handlemuligheder, betydelige skyldfølelser hos mange. En canadisk forsker, Passey, sammenfatter da også situationen for FN-soldater udstationeret i Bosnien med ordene: "De overværer folkedrab, og så rydder de op bagefter - trods det, at de har evnen til at stoppe det."

To danske undersøgelser

Det har længe været kendt, at krigsdeltagelse kan indebære voldsomme oplevelser og belastninger og efterfølgende kortere og (måske endda) længerevarende psykiske reaktioner. Undersøgelser fra Norge, Sverige, Holland, Canada og nu også to danske undersøgelser viser, at det også gælder for deltagelse i FN-missioner.

De to danske undersøgelser har interesseret sig for omfanget af belastende og potentielt traumatiserende oplevelser under danske soldaters FN-tjeneste og de psykologiske følger heraf. Bache & Hommelgaard undersøgte oplevelser og ef-

terreaktioner hos den danske bataljon på 722 FN-soldater, der gjorde tjeneste i Kroatien i 1993. En stor del af soldaterne har oplevet en bred vifte af oplevelser, man med rimelighed kan betegne som potentielt traumatiserende. To tredjedele er blevet truet med våben eller har set kammerater blive truet, 38% har været i krydsild, og 44% er blevet beskudt, mens 25% selv har skudt. Hertil kommer, at 42% er blevet truet og 61% hånet af lokalbefolkningen. 64% har været vidne til sult og nød hos lokalbefolkningen, 45% har set sårede eller døde, 33% har været vidne til overgreb på civile, og 18% har deltaget i ligudvekslinger. 77% har under FN-tjenesten oplevet missionen som håbløs, 26% har været i situationer, hvor de følte, at de ikke kunne stille noget op - f.eks. afvæbning af militserfolk, sårede, der måtte afvises osv. Desuden har 41% ved én eller flere lejligheder følt sig i livsfare, og 28% har været bange for at blive fysisk skadet og har følt sig utrygge uden for lejren.

I en undersøgelse, hvor data er indsamlet af Bruno Kristensen og Trine Albertsen, af 50 FN-soldater, udstationeret omtrent samtidigt, finder vi adskillige fællestræk med omtalte undersøgelse, hvad angår de belastende oplevelsers art. Desuden føler flere soldater sig generelt belastet under opholdet i det tidligere Jugoslavien. For 28% af soldaterne er den værste oplevelse en konstant frygt for det ukendte, usikkerhed, der knytter sig til krigens hurtigt skiftende udvikling og uforudsigelighed eller mere konkret en uvished om, hvorvidt ens skud har såret eller slået et andet menneske ihjel. Hertil kommer kravet om selvkontrol og beherskning af umiddelbare tilskyndelser til handling i situationer, hvor soldaten provokeres og ydmyges samt magtesløsheden i forhold til manglende hjælpemuligheder over for civile ofres smerte og lidelse. Sådanne oplevelser beskrives af de

pågående som mere belastende end regulære kampsituationer.

Hvad angår overgangen til det civile liv samt gener og stress-symptomer efter hjemkomsten, finder vi i undersøgelsen, at en betydelig del af soldaterne har problemer. Mere end 60% finder overgangen til det civile liv vanskelig, en tredjedel beskriver en tilstand af tomhed, og en tredjedel savner det gode kammeratskab. En fjerdedel af soldaterne og deres alkoholforbrug markant. Umiddelbart efter hjemsendelsen plages halvdelen af en stor rastløshed og konstant forhøjet vagtsomhed, mens en tredjedel lider af irriterabilitet og søvnproblemer og en fjerdedel plages af mareridt og en følelse af konstant træthed. En femtedel føler sig nedtrykte. De fleste symptomer halveres i løbet af nogle måneder efter hjemkomsten - med undtagelse af søvnproblemer og forhøjet vagtsomhed. I løbet af endnu et par måneder begynder forekomsten af nogle symptomer igen at stige (eks. hovedpine og flashbacks), mens hyppigheden af andre falder (sovnproblemer, træthed og mareridt).

På de områder, hvor sammenligning er mulig, er der en meget god overensstemmelse i symptomforekomst mellem de to danske undersøgelser.

Sociale netværk og bearbejdningsbehov

Når det kommer til soldaternes sociale netværk i form af familie og venner, finder vi, at der opstår problemer efter hjemkomsten. Tæt på en tredjedel har ikke en fortrolig ven, og mere end tre fjerdedele føler sig kun forstået i nogen grad eller slet ikke! Mere end en fjerdedel mener, at de har behov for at bearbejde deres oplevelser fra FN-tjenesten. To tredjedele var i tvivl om eller vidste ikke, at de kunne få akut krisehjælp i Kroatien. Langt den overvejende del (86%) af soldaterne har udelukkende talt med venner og familie om deres oplevelser,

mens resten også har talt med kolleger fra forsåret, læge, psykolog, socialrådgiver m.v. 40% føler, at de har fået mest ud af at tale med kolleger eller andre, og der synes derfor at være en tendens til, at soldaterne får mest ud af at tale med personer, der har en baggrund i tjenesten eller en anden forståelsesmæssig baggrund.

I forlængelse heraf finder Bache og Hommelgaard, at i løbet af de første tre måneder efter hjemkomsten fortæller oplevelser fortrinsvis til (i prioriteret rækkefølge) venner, familie, FN-kammerater, samlever og arbejdskolleger. I de efterfølgende tre måneder tales der derimod mindre med familie og venner og væsentlig mere med kolleger. Det kan ses som et udtryk for, at det kan være svært for soldaten at hente forståelse i sine nære omgivelser, at det ofte er vanskeligt for omgivelserne at forstå soldatens oplevelser, følelser og tanker, og at der kan være tale om en form for begrænsning for, hvor længe man kan finde lydhørhed og forståelse for sine problemer i de nære omgivelser. Samtidig fremgår det tydeligt, at øvrige sociale kontakter ikke kan erstatte gode kollegiale kontakter med baggrund i tjenesten både under og efter udsendelsen.

Behov for hjælpeprogram og undersøgelse

Der er tilsyneladende et markant behov for, at Forsvaret etablerer et omfattende og intensivt hjælpeprogram for FN-soldaterne. Et struktureret hjælpeprogram, der er integreret som del af FN-tjenesten vil understøtte synliggørelsen af hjælpemuligheder og en legitimering af at have behov for hjælp til bearbejdelsen af de ekstreme oplevelser, som FN-tjenesten og sandsynligvis også NATO-tjenesten rummer. Det hollandske forsvar har gode erfaringer med et udbygget program, der fungerer forud for, under og efter udsendelse til FN-tjeneste. Program-

met kunne efter vores opfattelse være en model for Forsvarets psykoprofylaktiske initiativer. Vi vil kort gennemgå hovedtrækkene i den hollandske model:

1. Ved standardiserede udvælgelsesprocedurer, der indebærer psykologisk screening (interview og test/spørgeskema) vurderes egnethed til udstationering og generel psykologisk egnethed og identificeringen af en højrisiko-gruppe optimeres. Screenings-instrumenterne kunne bl.a udvikles på baggrund af erfaringsopsamling fra analyser af problemfyldte tjenesteforløb. Nordmændene og svenskerne har forsket meget på dette område.

2. Uddannelse, rådgivning og træning inden for områderne stress-reaktioner og social støtte kunne inkorporeres som standardmodul i den generelle forberedelse til FN-tjeneste, således at det ikke, som nu, er de enkelte militære enheders ledere, der vurderer relevansen af en sådan undervisning.

3. Undervisning af noglepersonel (ledere) i debriefing-procedurer indgår heri, ligesom tidligere udsendte soldater kunne inddrages og dele egne og meget konkrete erfaringer med de soldater, der skal af sted - i øvrigt en mulighed flere soldater retrospektivt har ytret ønske om var anvendt i højere grad.

4. Pårørende kunne tilbydes deltagelse i dele af undervisningen, så de var forberedt på forskellige belastninger og reaktionsmønstre.

5. Under udstationeringen bør der være let adgang til akut krisehjælp individuelt som på gruppeniveau. Krisehjælpen bør varetages af veluddannet og superviseret personale, eksempelvis socialrådgiver, feltpræst eller læge, der i øvrigt er udsendt. Imidlertid er der både fra Forsvarets generallæge og en udsendt feltpræst udtrykt stærk modstand mod at benytte psykologiske tilbud i denne forbindelse. Ideelt set varetages kriseinterventionen af en feltpsykolog med militær lederuddan-

nelse, som ud over krisehjælpen også kan rådgive enhedens leder, støtte noglepersonellet, tilbyde rådgivning og støttende terapi efter behov og derudover iværksætte psykologisk debriefing. I forbindelse med struktureringen af tilbuddet om krisehjælp synes det vigtigt at sikre, at det så vidt muligt foregår i en privat atmosfære, så de implicerede kan føle sig fri til at tale, uden at kammeraterne kan høre alt på den anden side af en tynd væg. Det må også være en selvfølge, at der ikke sker en efterfølgende registrering af dem, der har benyttet hjælpetilbuddet.

6. Til støtte for pårørende og dermed også for de udsendte soldater tager Forsvaret initiativ til at etablere "pårørendekommitéer" for hver enkelt enhed, baseret på et frivillighedsprincip, så pårørende derigennem kan udnytte en fælles erfaringsflade og støtte hinanden via møder og telefonkæder m.v.

7. Umiddelbart før hjemsendelsen iværksættes psykologisk debriefing og gennearbejdning af de mest belastende oplevelser - helst inden for enheden eller i nogle tilfælde individuelt. I den forbindelse informeres grundigt om muligheder og vilkår for hjælp til bearbejdning efter hjemsendelsen.

8. Endelig genindkaldes soldaterne ca. otte uger efter hjemkomsten, hvor temaer som tilpasning til civil liv, til familie og arbejde og andre problemer, som knytter sig til reintegrationsprocessen, diskuteres. Tidspunktet er fastlagt under hensyntagen til, at mange i den første tid efter hjemsendelsen blot ønsker at være sammen med familien og "falde ind" i deres normale tilværelse igen. Det er desuden typisk, at problemer først viser sig et stykke tid efter hjemkomsten, hvor man mærker, hvordan det er at være hjemme i trygge omgivelser,



Det hollandske forsvar har gode erfaringer med et udbygget program før, under og efter FN-tjeneste, og programmet kunne være en model for det danske forsvars eventuelt kommende initiativer.

der "tillader" reaktionerne at komme op til overfladen.

Ydermere er der - med baggrund i de omtalte to danske undersøgelser - behov og belæg for at iværksætte en langtidsundersøgelse af, på hvilken måde og i hvilken grad danske soldater påvirkes af deltagelse i international militærtjeneste. Det er vigtigt at opnå en større viden og erfaring, der ikke alene kan danne basis for Forsvarets egne profylaktiske og efterbeholdende tilbud, men også være fagligt understøttende i arbejdet med de hjemvendte soldater, der måtte søge hjælp.

Afslutningsvis bør det fremhæves, at størsteparten af de udstationerede alt i alt er glade for tjenesten og giver udtryk for, at den har modnet dem. Men den kendsgerning må ikke blive en sovepude for at undlade at bruge vores eksisterende psykologiske viden, så omfanget af langvarige negative følger virkninger reduceres. ●

*Hanne Knudsen er stud.psych.
og cand.psych. Ask Elklit er lektor
- begge i Århus.*

Referencer

Bache, M. & Hommelgaard, B. (1994): Danske FN-soldater. Oplevelser og stress-reaktioner, Forsvarets Center for Lederskab.

De Swart, H. W. (1995): Contributions of (Military) Psychology to (UN) Peacekeeping Operations, Paper presented on the 4th. European Conference on Traumatic Stress, Paris, 7-11 May, 1995.

Elklit, A. & Knudsen, H. (1995): Danske FN-soldater i fredsbevarende mission - belastninger og efterreaktioner, Psykologisk skriftserie (20)5.

Passey, G. (1995): Psychological Consequences on Canadian UN Peacekeeping Duties in Croatia and Bosnia, 1992-93, Paper presented on the 4th. European Conference on Traumatic Stress, Paris, 7-11 May, 1995.