

A KÜLFÖLDI MISSZIÓK PSZICHÉS KOCKÁZATAI

THE MENTAL HAZARDS OF FOREIGN MISSIONS

A nemzetközi békefenntartó missziók során a katona számára egy idegen országban végzett szolgálat mindig nagy kihívást jelent mind mentálisan, mind fizikálisan egyaránt. Az eltérő kultúrából, környezetből érkezők együttműködése sosem problémamentes, éppen a kulturális különbségek, a közös nyelv hiánya miatt. A folyamatos koncentrációt befolyásolhatja az elvégzett munka típusa (lövész, felderítő, logisztikus, stb.), az eltérő környezet, lelki állapot, hang- és képhatások, a megszokott komfort hiánya, az ellenséges erővel való fegyveres összetűzés, vagy egy katonatárs elvesztésének látványa is. Jelen munkámban szeretném bemutatni, hogy milyen hatások befolyásolják egy katona mindennapi életét egy nemzetközi békefenntartó misszió során. Sajnálatos módon, több külföldi példa mutatja, hogy azok a katonák, akik nem kaptak megfelelő szakmai támogatást a felkészítés során, a missziós területen, vagy azt követően, akkor több esetben is előfordult, hogy a felgyült stressz hatására saját magukban is kárt tesznek a sokat megélt katonák. Jelen tanulmányomat gondolatébresztőnek szánom, amely bemutatja a kedves olvasónak a missziós munkavégzés pszichológiai hatásait.

During the international peacekeeping service in a foreign country for the soldier it is always a great challenge both mentally and physically. The cooperation of persons coming from different cultures, environments is never unproblematic, exactly because of the cultural differences, lack of a common language. The continuous concentration can be affected by the type of work (infantry, reconnaissance, logistic, etc), the different environment , the state of mind , sound and visual effects , the lack of family convenience , armed conflict with the enemy forces , or also the sight of losing a soldier companion. In my current work I would like to present you which effects can affect the daily life of a soldier during an international peace-keeping mission. Unfortunately, several international examples show that those soldiers who did not receive appropriate professional support during the preparation, on mission field, or after that, it reportedly happened in many cases that due to the accumulated stress, the well experienced soldiers hurt themselves. I devote my current study as thought provoking, which presents the psychological effects of the missionary work to the dear reader.

A Magyar Honvédség hivatásos és szerződéses állománya a Magyar Köztársaság alkotmányából és a NATO-ban vállalt kötelezettségéből eredően gyakran kerülhet olyan helyzetbe, amikor fokozott pszichés megterhelésnek van kitéve. A békefenntartó műveletekben való részvétel olyan speciális feladatot jelent, amely eltér az itthon végzett munkától.¹ A nemzetközi békefenntartó misszió megkezdése előtt a kijelölt állomány egy hosszú és komplex felkészítésen vesz részt, ahol a saját feladatainak begyakorlásán túl, pszichológiai és kulturális-társadalmi ismeretekkel is felvértezik. Azonban minél szélsőségesebb az éghajlati, a technikai, a kulturális és társadalmi különbség a sajátunktól, annál gyorsabban alakulhat ki bennünk az a kellemetlen érzés, amely a kulturális sokk kialakulásáért felelős.

¹ <http://www.bocskaidandar.hu/misszi-os-hirek/prt/58-rovatok/318-a-haracteri-stressz?start=1> letöltés ideje: 2013.12.16

HADTUDOMÁNYI SZEMLE

SZTANKAI Krisztián

Budapest, 2014.
7. évfolyam 1. szám

Kalvero Oberg definíciója szerint a kulturális sokk nem más, mint egy „olyan foglalkozási betegség, amely akkor lép föl, ha valaki(k) hirtelen külföldi kiküldetésbe kerül(nek), [...] amelyet az a feszültség idéz elő, amelyet a társas interakcióban megszokott jelek és jelzések elvesztése okoz.[1]

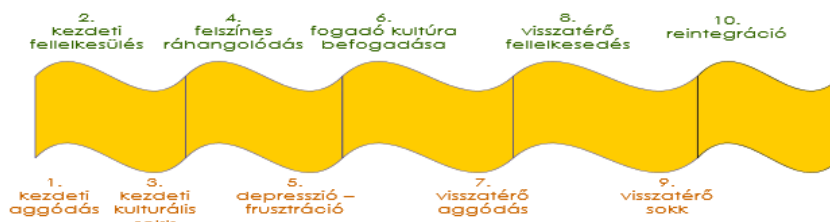
Magát a kifejezést Kalvero Oberg 1955-ben publikálta, amikor Brazíliában egy amerikai csoportot figyelt meg, miközben azok egy mezőgazdasági és egészségügyi munkát végeztek. Oberg azt vizsgálta, hogy ez az idegen környezetben kutató csoport hogyan viszonyul a helyi kultúrához.² Megállapította, hogy az eltérő kultúra olyan hatással van magára az „idegenre,” hogy azok mély érzelmeket váltanak ki belőlük, amely kihatással van viselkedésére és gondolkodására. Zavarodottság a nem várt viselkedési formák miatt, meglepődöttség vagy felháborodottság, elveszettség érzése, mivel kiszakadnak a megszokott környezetből, az ismert kulturális minták közül, kitaszítottság vagy el nem fogadás az új kultúra tagjai részéről, önbecsülés elvesztése, tehetetlenség érzése, mivel nem tudja befolyásolni a környezetet, valamint erős kétségek megjelenése, mikor az eddig elfogadott értékek megkérdőjeleződnek.[2]

A kulturális sokkot tehát nevezhetjük egy társadalmi és kulturális jeleket és kapcsolatokat vesztett eseménysorozatnak, amely hatása mentális változásokat generál az egyénben. Ezek a változások persze egyén függők, hiszen mindenki másképp reagál egy váratlan eseményre.

A sokkot kiváltó okok lehetnek:[3]

- az információ túlterheltség;
- a nyelvi akadály;
- a generációs különbség;
- a technológiai szakadék;
- a kölcsönös függőség érzet;
- a végtelen regresszió (hónvágy);
- az unalom (munkafüggőség).

Rhinesmith, S. 1985 modellje (1. ábra) tíz kulturális sokk-szakaszt különböztet meg, ebből az első nyolc vonatkozik az új környezetbe való beilleszkedésre, míg az utolsó kettő a visszatérésre.³



1. ábra: Rhinesmith, S. modellje [1985]

Egy turista a külföldi tartózkodása idején más jellegű kapcsolatot ápol az idegen kultúrával, mint egy katona a békefenntartás ideje alatt hat hónapig. A katona a missziós időszaka alatt napi kapcsolatba kerül a helyi lakosokkal és sokszor szembesül a lokális problémákkal. A missziós felkészítések során megtartott kulturális és pszichológiai tréningek

² http://hu.wikipedia.org/wiki/Kultur%C3%A1lis_sokk letöltés ideje: 2013.12.16

³ Dr. Rudnák Ildikó PhD értekezése: A multikulturális környezet kihívásai a magyarországi nagyvállalatok vezetői körében. https://szie.hu/file/tt/archivum/Rudnak_Ildiko_ertekezés.pdf letöltés ideje: 2014.01.24.

HADTUDOMÁNYI SZEMLE

SZTANKAI Krisztián

Budapest, 2014.
7. évfolyam 1. szám

nem tudják kellőképp felkészíteni a kimenő állományt, hogy hogyan is reagáljon egyes szituációkban, továbbá a pszichológiai felkészítés ideje és a kiutazási idő között több hónap is eltelik, így a megtanultak sokszor elfelejtődnek. A kulturális sokk tapasztalatom szerint akkor érezhető először, mikor leszállunk a repülőgépről, és ha Afganisztánról beszélünk, akkor egy igen szélsőséges időjárással teli, színtelen, szagos milió fogad minket. Ez a megszokott környezettől teljesen eltérő ország nagy benyomást tesz az emberre, főképp az előtte álló munka tudatában. Tapasztalataim szerint és sok missziós társammal való beszélgetést követően arra a megállapításra jutottam, hogy négy hónap után érkezik el az az állapot egy tartós missziós szolgálat idején, amikor mentálisan kimerülünk és nincs az a program, amely képes lenne feltölteni a katonát. A négy hónap elteltével látványosan romlik a katonák hozzáállása, munkaképessége. A sok stressz és nélkülözés – legfőképp a családé és a barátoké – teszi nehezzé a külföldi feladat végrehajtást. A technikai feltételek nem léte, vagy csak korlátozott megléte és ezáltal a kommunikáció az otthoniakkal a legbosszantóbb dolog egy misszióban. Az empátia fontossága, a sztereotípiák leküzdése mind nagyon fontos része a katonai missziók felkészítésében és a missziós időszak folyamán. Ha valaki képtelen elfogadni az eltérő társadalmi-kulturális különbségeket, annak mentális állapota tapasztalataim során fokozatosan romlik, így szemmel láthatóak a kulturális sokk jelei.

Szolgáltam Koszovóban és Afganisztánban, és találkoztam olyan katonákkal, akik annyira kimerültek és a határán voltak tűrőképességüknek 3-4 hónap után, hogy egy kis semmiség miatt is hatalmas felfordulást okoztak maguk körül. Természetesen az ember a missziót megelőzően elfogadja, tolerálja a különbségeket, fel is készül rá, de bizonyos idő elteltével, ahogy telnek a napok és a problémák is halmozódnak, úgy válik az ember egyre türelmetlenebbé és jelentkeznek nála a kulturális sokk jelei. A folyamatos hiány a megszokott dolgoktól olyannyira befolyásolja az embert érzelmi-leg, hogy azzal foglalkozni kell. Ennek vannak jelei, melyet a raj-, a szakasz vagy akár a századparancsnoknak is látnia kell, hiszen ezek az egyén teljesítményében és társas kapcsolataiban is meglátszódnak. Ezek mind jelei lehetnek egy később sokkal nagyobb problémának.

Azonban egy katonának nem csak a kulturális sokk jeleivel kell szembenéznie a missziós területen, vagy haza érkezésüket követően. Azok a kollégáim, akik harcoló alakulattól érkeznek a hadműveleti környezetbe és folyamatos a készütség és a bevetések száma is magas, ott egy sokkal súlyosabb mentális betegség ütheti fel a fejét. Egy hirtelen bekövetkezett, nem várt eseményre adott normális reakciónak nevezik és szinte mindenki átesik rajta. Vannak, aki könnyebben, vannak, akik nehezebben tudják feldolgozni, de tény, hogy foglalkozni kell a problémával és tudni kell felismerni azt. Ez pedig a poszttraumatikus stressz.

POSZTTTRAUMATIKUS STRESSZ (PTSD)

A poszttraumás stressz-zavar (Post Traumatic Stress Disorder – PTSD) olyan pszichikai sérülések megjelölésére szolgál, amelyek az átélt trauma után, egy bizonyos idő elteltével jelennek meg. A PTSD akut formája a traumatikus esemény után egy-három hónapon belül, krónikus formája három hónap eltelte után és késleltetett formája hat hónap után jelentkezik.⁴

Korábban elsősorban a háborúkat megjárt katonáknál diagnosztizálták. Ma már tudjuk, hogy egy közeli barát vagy családtag halála, vagy súlyos betegsége, válás, szexuális zaklatás vagy erőszak is kiválthatja a betegséget. Sőt a terrorcselekmények szemtanúi, természeti katasztrófák túlélői is a poszttraumás stressz tüneteit mutathatják. [Samuel Pepys](#) angol haditengerészeti tudósító az 1667-es londoni tűz után írt először a túlélőknél jelentkező PTSD-hez hasonló tünetekről. Később a [19. század](#) közepe felé Trimble írt vasúti balesetet elszenvedő egyénekről, akik különböző poszttraumás tüneteket produkáltak.⁵

⁴ Nagy Ákos tú. szds. L. Margittai Andrea tú. szds. - Az átélt traumák utáni pszichés zavarok, tünetek.

http://fovaros.katasztrofavedelem.hu/letoltes/document/document_37.pdf letöltés ideje: 2014.02.24.

⁵ <http://www.webbeteg.hu/cikkek/psziches/4316/poszttraumas-stressz-szindroma> letöltés ideje: 2013.12.16

A PTSD tüneteit három fő csoportba oszthatjuk:⁶

1. *A traumára való emlékezést serkentő tünetek:* Emléketörések: az emléketörések villanásszerű, képszerű, a traumatikus esemény egy-egy részletét magukba foglaló emlékek. Ezeket legtöbbször valami olyan inger váltja ki, ami a traumára emlékeztet (pl. illatok, szagok, hangok, arckifejezések, érzések, fizikai érzetek, vagy a traumatikus élményre emlékeztető szituáció), de nem föltétlenül (pl. rémálmokban vagy hallucinációk során, vagy spontán gondolati tartalmakként megjelenő emléketörések esetében). Az emléketörések különösen kínzóak lehetnek, mert kontrollálhatatlanok és sok túlélő úgy érzi, nincs hatalma a saját gondolatai felett, felkészületlenül, szinte a semmiből törnek rá ezek a képek, bevillanások:
 - rémálmok;
 - pánikrohamok;
 - kényszeres emlékezés;
 - depresszió.
2. *A traumára való emlékezés elkerülését szolgáló tünetek:*
 - a traumára emlékeztető helyzetek, szituációk, helyek, tevékenységek, stb. kerülése;
 - elszigetelődés (a társas kapcsolatokból való visszavonulás);
 - érzelemnélküliség (érzelmek hiánya; belső üresség, halottság érzése; érzelmi „zsibbadtság”);
 - alkohol-, drog- vagy gyógyszerfüggőség, a szerek használatának az érzelmi tompultság elérése a célja;
 - evészavarok;
 - önkárosító, önpusztító, önbüntető viselkedés;
 - disszociáció, ami leválasztást jelent. Disszociatív állapotban letompul az érzékelés, a személyt egyfajta zsibbadtság jellemzi, mintha nem lenne jelen a saját testében, kívülről látja önmagát. Traumás emlék esetén jellemző az emlék leválasztása az érzelmekről, illetve az érzelmek leválasztása az emlékekről. (Van, aki tudja mi történt vele, de nem érez semmit, vagy ha rosszul érzi magát, azt nem a történetekhez köti, és van, aki nagyon rosszul van, de nincsenek emlékei, vagy nem köti össze őket az érzelmi állapotával.)
3. *Testi tünetek:*
 - szívdobogásérzés, légzési nehézségek;
 - nyughatatlanság, alvásképtelenség;
 - fokozott éberség, hiperarousal;
 - koncentrációs nehézségek;
 - pszichoszomatikus fájdalom;
 - érzelemnélküliség, rigidség-érzés;
 - szexuális zavarok;
 - más testi érzetek, melyek a traumatikus eseményhez köthetők.

A *Veterans Health Administration (VHA)* szerint,⁷ a World Trade Center tornyainak támadása után meghirdetett terrorellenes küzdelemben 2001. október óta, 2.000.000 amerikai katona szolgált Irakban és Afganisztánban. A tanulmány szerint csak 2011-ben a műveleti területet megjáró veteránok egészségügyi támogatása meghaladta a 2 milliárd amerikai dollárt, amely költség, csak a PTSD és az elszenvedett traumás agyi sérülés – *traumatic brain injury (TBI)* – okozta kezelési költségét fedezte. Egy katonánál jelentkező PTSD leggyakoribb kiváltó oka, hogy szemtanúja egy traumatikus ese-

⁶ <http://www.nokjoga.hu/segitoknek-donteshozoknak/segites-alapszabalyai/poszt-traumas-stressz-es-ptsd-a-segito-munka-kihiv-0> letöltés ideje: 2014. 02. 24.

⁷ <http://www.cbo.gov/sites/default/files/cbofiles/attachments/02-09-PTSD.pdf> letöltés ideje: 2014. 02.24.

HADTUDOMÁNYI SZEMLE

SZTANKAI Krisztián

Budapest, 2014.
7. évfolyam 1. szám

mény bekövetkeztének. Legyen az egy bajtárs vagy egy civil lakos sérülése, vagy halála. Tünete lehet a szorongás, az esemény újra élése, a túlzott éberség, az ingerlékenység. A The Facet he Facts egyik cikke⁸ szerint, amely hivatkozik az amerikai Kongresszusi Költségvetési Hivatalra és a US Department of Defense: "The Challenge and the Promise: Strengthening the Force, Preventing Suicide and Saving Lives" című jelentésére, melyben egy igen meglepő eredmény született. Az Amerikai Haderő Irak és Afganisztán országaiból hazatérő személyzet 20%-ánál diagnosztizáltak poszttraumatikus stresszre utaló tüneteket. Természetesen a tünetek igen szélsőségesek lehetnek. A legcsekélyebbtől, az öngyilkos és erőszakos hajlamokig. Sajnálatos módon nem egyedi eset, hogy egy rossz idegállapotban lévő katona fegyverével civil lakosokra támad. A leghírhedtebb esemény 2012 márciusában történt Kandahar járásban,⁹ ahol egy 40 éves amerikai törzsőrmester (Robert Bales), 9 milliméteres pisztolyával, egy M-4-es gépkarabéllyal és egy gránátvetővel felszerelve két faluban ölt meg 16 afgán civil lakost. Robert Bales ügyvédei szerint az esetet megelőző négy iraki és afganisztáni missziója során megállapították, hogy poszttraumatikus stressz betegségben szenved és egy agyi sérülést is elszenvedett az őrmester. Végül halálbüntetést kapott az őrmester, de ez is pontosan bemutatja számunkra, hogy a túl sok misszió és e mentális betegség kezelésének elhanyagolása ilyen és hasonló eseményekhez vezethetnek.

A nemzetközi békefenntartó missziók során egy katonának több fizikai és mentális kihívással is meg kell birkóznia. A kulturális sokk egy igen gyakori jelenség, amely azonban nem katona specifikus. Ilyen a poszttraumatikus stressz, melyről például egy terrortámadás civil áldozatai is szenvedhetnek, tehát ez sem csak a katonai szolgálatot teljesítőkre jellemző. Azonban van egy mentális betegség, ami igen súlyos következménnyel járhat egy missziót megjárt katonánál, ha azt nem ismerjük fel mihamarabb.

A HARCTÉRI STRESSZ¹⁰

A harci stressz komplex és állandóan változó eredménye mindazoknak a stresszt kiváltó okoknak és a katona belső stressz folyamatainak, melyek a harccal kapcsolatos küldetések teljesítése közben érik a katonát. Adott időben bármely katonánál a stressz több mentális és fizikai faktor komplex kölcsönhatásának eredménye.[4]

Eredetileg "svájci betegségnek" hívták, mert a kényszer sorozás során fiatal svájci falusiakat köteleztek katonai szolgálatra.[5] Amikor olyan fiatal embereket köteleznek katonai szolgálatra, akik koruk miatt koránt sem hívhatóak „férfinak,” és ezeket a fiatal fiúkat kényszeríti az állam katonai szolgálatra, hamar elveszítik a reményét, hogy hazájukért küzdjenek, azért a hazáért, aki belekényszerítette őket ebbe a helyzetbe és kiszakították a családjuktól. Olyan lelki problémákat figyeltek meg rajtuk, mint szomorúság, hallgatagság, közömbösség, magányosság. Legvégül az egyén elszakad a valóságtól és torzulni fog látásmódja.[6]

Az I. Világháborút megelőzően 1922-ben a harctéri stressz fogalma még nem volt ismert, de ebben az évben már brit orvosok jelentették a hadügyminisztérium vizsgálóbizottságának, hogy egyes katonák, akik a csataterőről megszöknek, azok nem biztos, hogy gyávaságból teszik, hanem oka lehet mentális kontroljuk elvesztése, így nem képesek saját viselkedésük felett uralkodni és önkéntelenül cselekszenek úgy, hogy az gyávaságnak tűnhet.¹¹ A „shell shock”¹² vagy is a tűzérési sokk kifejezést az [első világháborúban](#) használták a harc során keletkezett stressz okozta tünetekre; mint fáradtság, lassú reakcióidő, határozatlanság. Ezekre a katonákra jellemző volt, hogy sokszor képtelenek voltak a megfelelő reakciókra.¹³ A harctéri sokk szimptomái ugyanazok lehetnek, melyet a poszttraumatikus stressz mutat, hiszen egy lelki trauma bekövetkezése után jelentkezik mindkettő, de a különbség, hogy amíg a PTSD bizonyos idő elteltével mutatkozik, addig a harctéri sokk tünetei azonnaliak. Egy harcoló katona legtöbbször fel van készülve a különleges harci beve-

⁸ <http://www.facethefactsusa.org/facts/the-true-price-of-war-in-human-terms#sthash.OYeCqGH8.dpu> letöltés ideje: 2014. 02.24.

⁹ <http://blogs.reuters.com/great-debate/2012/03/23/whos-to-blame-when-an-injured-soldier-kills-civilians-2/> letöltés ideje: 2014.01.24

¹⁰ http://nol.hu/archivum/20120515-amikor_kitor_a_harcteri_stressz letöltés ideje: 2013.12.16

¹¹ http://en.wikipedia.org/wiki/Combat_stress_reaction letöltés ideje: 2013.12.16

¹² a „shell” ebben az esetben az angol hadseregben alkalmazott tűzérési lövedékek, tűzérési gránátok összefoglaló neve.

¹³ http://hu.wikipedia.org/wiki/Poszttraumatikus_stressz_szindr%C3%B3ma letöltés ideje: 2013.12.17

HADTUDOMÁNYI SZEMLE

SZTANKAI Krisztián

Budapest, 2014.
7. évfolyam 1. szám

tésekre, de nincsenek és nem is lehetnek felkészítve olyan hatásokra, mint bizonyos borzalmas képek, szagok, akár egy sebesült társ látványa, de az információ hiánya különleges feladatoknál is okozhat harctéri stresszt. Alapja, azaz általános feszültség, amely minden emberben kialakul, egy vagy több állandó negatív ingerre adott tartós válaszreakcióként.

*A műveleti területen fennálló tartós stresszt kiváltó okok lehetnek:*¹⁴

- a sokszor elégtelen életkörülmények;
- a harci bevetések;
- a szélsőséges időjárás;
- az információ hiány a bevetések alatt;
- zajok;
- érzelmi stressz;
- stb.

A harctéri stressz problémájával az USA hadereje komolyabban a Vietnámi háború óta küzd és különböző visszailleszkedést elősegítő programokat szerveznek a „háborúból” hazatérő katonák számára. Sajnos nem egy esetben történt, hogy odahaza a megérkezést követően a poszttraumatikus stresszben szenvedő katona és nem kezelt, vagy még a műveleti területen harctéri sokkot kapott katonát, annyira megviseltek a látottak, hogy öngyilkos lett.¹⁵ Nem is a társainak a hiánya, hanem maga a körülmények, a látvány annyira bevésődik, hogy azt elfelejteni és feldolgozni nem képes. Mára a harctéri stressz elfogadottnak, normális reakciónak tekinthető, abnormális körülményekre. A harctéri stressz zavarok kezelése sokat változott az utóbbi időben. Míg a második világháborúban a harci kimerülésben szenvedőt eltávolították a hadszíntérről, és hosszabb időre kórházban helyezték el, izraeli kutatások alapján ma már nem javasolt az akut stressz betegségben szenvedő katonák eltávolítása, hanem rövid pihenés után visszavezénylik az egységükhöz. Csak akkor evakuálják és gyógykezelik a sérültet, ha a pszichés zavarok 14 nap elmúltával is fennállnak.¹⁶

MEGOLDÁS? LEKÜZDÉS!

A komplex válságok komplex megoldásokat igényelnek. A béke és biztonság megteremtése érdekében a nemzetközi élet sok szereplője tesz erőfeszítéseket. A konfliktusok, háborúk a társadalomban zajlanak. Az egyének, a kis- és nagyközösségek viselkedései befolyásolják a konfliktusok változásait. A társadalom, a közösség reakcióinak ki- és megismerése szükséges a stabilizációhoz.[7] Az interkulturális kommunikáció, a kulturális tudatosság és a helyi kultúrát vizsgáló tudományok alkalmazása a felkészítésben is egyre sürgetőbb, hiszen mihamarabb felismerjük a probléma gyökerét, annál kevesebb áldozattal járhat a missziós feladat végrehajtás. A kulturális és társadalmi kutatásoknak az idegen műveleti területeken, csak úgy, mint a pszichológiának preventív hatása van. Az a képesség, hogy egy idegen kultúrába küldjük katonáinkat, ahol a megszokottól eltérő életkörülmények és feladat várja, megnehezíti a feladat végrehajtást, ezért minden információt be kell gyűjtenünk az adott régióról, kultúráról, hogy együttműködve a pszichológiával egy plusz védelmet kaphassanak katonáink.

A fent leírtak alapján kijelenthető, hogy az a katona, aki békefenntartó misszióban vesz részt, a mentális problémák egy bizonyos szintje mindenképp hatni fog pszichés állapotára. A kulturális sokk, a poszttraumatikus stressz, vagy akár a harctéri stressz is egy nem várt eredménye lehet a nemzetközi békefenntartó misszióknak. Minden ember másképp reagál ezekre az érzelmi impulzusokra. Mint korábban írtam a missziós felkészítések során a különböző lelki hatások leküzdésére részünk van pszichológiai tréningekben, ami egyfajta prevenció az eljövendő lelki problémákra, de nem

¹⁴ <http://www.realwarriors.net/active/combatstress/overview.php> letöltés ideje: 2013.12.16

¹⁵ <http://www.veteransinc.org/services/case-management/roy/> letöltés ideje: 2013.12.16

¹⁶ http://nol.hu/archivum/20120515-amikor_kitor_a_harcteri_stressz letöltés ideje: 2013.12.16

HADTUDOMÁNYI SZEMLE

SZTANKAI Krisztián

Budapest, 2014.
7. évfolyam 1. szám

elégleges. Talán a legnagyobb megoldást abban látom – az előzetes pszichológiai, kulturális és társadalmi kutatásokon túl és azok eredményeinek integrálása a felkészítésekbe –, hogy a katonákat arra is fel kell készíteni, hogy a társunk problémáit hogyan kezeljük a sajátjainkon túl. Tapasztalatból írom, hogy nagyon ritkán aknázzuk ki a missziós területen velünk egy bázison szolgáló pszichológus szakmai segítségét. A bizalmatlanság, az idegen előtti megnyilvánulás félelme miatt nem keressük fel a szakembert. Még akkor sem, ha már tudatosult is bennünk a tény, hogy valami nincs rendben. Így a misszióban egymás pszichológusává válunk egy részlegen, szakaszon belül, és törekedni kell a megértésre, csak akkor lehet esélyünk elkerülni a súlyosabb lelki traumát. Továbbá egy pontosabb és rövidebb pszichológiai visszaszűrésen kellene kiszűrni a problémát, hogy ne a missziót megjárt katona vagy annak környezete váljon áldozattá.

Kulcsszavak: kulturális sokk, poszttraumatikus stressz, harctéri stressz, háború, békeművelet.

Keywords: culture shock, posttraumatic stress, combat stress reaction, war, peacekeeping operations.

IRODALOM JEGYZÉK

- [1] Kalervo Oberg: Cultural Shock: Adjustment to New Cultural Environments. http://agem-ethnomedizin.de/download/cu29_2-3_2006_S_142-146_Repr_Oberg.pdf (letöltés ideje: 2014.01.20.)
- [2] Prof. Dr. Bolgár Judit: *A különböző kultúrák együttéléséből fakadó sztereotípiák. A kultúraközi konfliktus lélektani aspektusa.* In: Dr Mészáros Margit (szerk.), ZMNE kutatási füzetek, Budapest, Zrínyi Miklós Nemzetvédelmi Egyetem, 2005. pp. 32-52.
- [3] Pedersen, Paul: *The Five Stages of Culture Shock: Critical Incidents Around the World.* Contributions in psychology, Westport, Conn: Greenwood Press. (1995) 25.
- [4] Makrai Tibor István. *A katonákra nehezedeő harctéri hatások.* [Társadalom és honvédelem](#), 2001. V. évfolyam 1. szám. p.161-173.
- [5] Jones, F. D. (1995). *Psychiatric Lessons of War.* In F. D. Jones, L.R. Sparacino, V.L. Wilcox, & J. M. Rothberg (Eds.), Textbook of Military Medicine (pp. 1-33). Falls Church, VA: Office of The Surgeon General U.S. Department of the Army.
- [6] Rosen, G. *A forgotten psychological disorder.* Nostalgia, Psychological Medicine, (1975). 5, p. 340-354.
- [7] Boldizsár Gábor. *A kultúrantropológia és a jövő tisztképzése.* Hadtudományi Szemle, 2013. VI. évfolyam. 1. szám pp. 101-106.