Προβλήματα προσαρμογής στους Ν/Σ

Προσαρμογή είναι η λειτουργία κατά την οποία το άτομο αντιδρά σωστά σε μια νέα κατάσταση, χρησιμοποιώντας κατάλληλους τρόπους από την μέχρι τώρα αποκτηθείσα εμπειρία. Εφ' όσον ο άνθρωπος είναι μια βιοψυχοκοινωνική οντότητα, κάθε προσαρμογή είναι υπόθεση σωματικής και ψυχικής υγείας, καθώς και μια κοινωνική πράξη.

Ο στρατός είναι ένα οργανωμένο σύνολο με κανόνες και συγκεκριμένους στόχους, αναπόσπαστο από το κοινωνικό σύνολο. Οι ιδιαιτερότητες του στρατιωτικού περιβάλλοντος και της στρατιωτικής ζωής, απαιτούν ορισμένους ικανότητες προσαρμογής από τα άτομα που εντάσσονται σε αυτήν την ομάδα.

Ας δούμε λίγο τα άτομα αυτά. Στον στρατό εντάσσονται κυρίως νέοι 18-22 ετών. Βρίσκονται στην όψιμη εφηβεία που είναι μια μεταβατική φάση προς την ενηλικίωση. Κατά την περίοδο αυτή ο νέος:

- προσπαθεί να συνθέσει και να αποκτήσει προσωπική ταυτότητα, αποδεκτή από τον ίδιο και τους άλλους.
- αρχίζει να μαθαίνει από την πείρα.
- ασπάζεται μια ιδεολογία.
- προβληματίζεται για τη θέση του απέναντι στους κοινωνικούς θεσμούς.
- δοκιμάζει τον εαυτό του στις σεξουαλικές εμπειρίες και οι σχέσεις του αποκτούν πιο ουσιαστικό νόημα.
- αποκτά την αίσθηση του παροδικού της ζωής για πρώτη φορά.
- σταθεροποιούνται οι ψυχολογικοί αμυντικοί μηχανισμοί.

- έχει διαρκή απαίτηση για ελευθερία, αυτονομία και ιδιαιτερότητα ενώ ψάχνει να βρει τη δική του θέση μέσα στη ζωή και κάνει σχέδια για το μέλλον και το επάγγελμά του.
- διακατέχεται συχνά από θλίψη και θυμό επειδή πρέπει να αφήσει την ασφάλεια και την σιγουριά, προχωρώντας προς την ανεξαρτησία.

Η κατάταξη στον στρατό αποτελεί ένα σημαντικό γεγονός στη ζωή του νέου αφού συμβολίζει την επίσημη αναγνώριση της άνδρωσης, την αδιαφιλονίκητη αποδοχή της ωρίμανσης και την αναγνώριση της ικανότητας για αυτοδύναμη δραστηριότητα. Με την είσοδό του στον στρατό ο νέος έχει να αντιμετωπίσει:

1. τις ιδιαιτερότητες της ομαδικής ζωής του στρατοπέδου (νέες συνθήκες διαμονής, διατροφής, νέο πρόγραμμα ζωής, κανόνες, ομοιομορφία, περιορισμός, πειθαρχία, άγνωστοι άνθρωποι).
2. τις πρόσκαιρες συναισθηματικές στερήσεις (απομάκρυνση από οικογένεια, φίλους, ερωτική σχέση).
3. την διακοπή σπουδών ή της επαγγελματικής απασχόλησης.
4. την ανάληψη ευθυνών και υποχρεώσεων.
5. τις προκαταλήψεις από υπερβολικές ή φανταστικές διηγήσεις για τον στρατό από τρίτους ή παλιούς στρατιώτες.

Η ομαλή προσαρμογή του Ν/Σ θα εξαρτηθεί από τους εξής παράγοντες:

Α) από την προσωπικότητά του

Β) από οικογενειακά- κοινωνικά προβλήματα

Γ) από κοινωνικές- πολιτισμικές συνθήκες και επιδράσεις

Δ) από τις συνθήκες του στρατιωτικού περιβάλλοντος.

Ας εξετάσουμε καθ’ ένα από τους παράγοντες αυτούς:

α) Δομή προσωπικότητας.

Δυσκολία στην προσαρμογή και προβλήματα συμπεριφοράς θα παρουσιάσουν συνήθως άτομα:

- ανασφαλή και φοβισμένα με χαμηλή αυτοεκτίμηση
- ευερέθιστα, παρορμητικά και επιθετικά
- καχύποπτα και δύσπιστα
- που πληγώνονται εύκολα από την κριτική και την αποδοκιμασία
- που περιφρονούν θεσμούς και εξουσιαστικές φιγούρες και δεν αποδέχονται κοινωνικούς κανόνες
- απαιτητικά- εγωκεντρικά με αδυναμία να μάθουν από τις εμπειρίες και τα λάθη τους, ανίκανα να αναγνωρίσουν και να βιώσουν πως νοιώθουν οι άλλοι και ανίκανοι να διατηρήσουν σταθερό συναισθηματικό δεσμό
- με χαμηλή αντοχή στις ψυχοπιεστικές συνθήκες.

Τα άτομα αυτά συνήθως εμφανίζουν διαγνωστικά κάποιου τύπου διαταραχής προσωπικότητας (παρανοειδής, υστερική, ψυχαναγκαστική, σχιζοειδής, μεταιχμιακή, ναρκισσιστική, αντικοινωνική κ.α.), ενώ από το ιστορικό τους συχνά βρίσκουμε διαταραγμένες συναισθηματικές σχέσεις στο οικογενειακό περιβάλλον και προβλήματα στην ανάπτυξη (σχολείο, παρέες, εφηβεία, παρανομίες, ουσίες κλπ.) τα προβλήματα προσαρμογής μπορεί να εμφανιστούν και σε νέες αλλαγές όπως μετάθεση, αλλαγές προσωπικού, αλλαγή διοίκησης, μετά από άδεια.

Συνήθως εκδηλώνονται με:

- έκπτωση λειτουργικότητας- κοινωνικότητας
- σωματικά ενοχλήματα (κόπωση, ανορεξία, αϋπνία, πόνοι, ζάλη, ταχυκαρδίες, δύσπνοιες)
- διαταραχή διαγωγής-παραπτωματική συμπεριφορά-φυγές
- απόσυρση- απομόνωση
- αγχώδη- καταθλιπτική διάθεση.

β) Οικογενειακά- κοινωνικά προβλήματα.

- Αρρώστιες- θάνατοι μελών της οικογένειας
- Διαταραγμένες σχέσεις γονέων- διαζύγια (πολλοί γονείς αποφασίζουν να χωρίσουν όταν ο γιος τους είναι στο στρατό και αυτός θεωρεί υποχρέωση να πάρει αναβολή για να αποκαταστήσει την ισορροπία. Σε πιο πρώιμα διαζύγια

βλέπουμε να υπάρχουν σοβαρά προβλήματα ή πιο ήπια, ανάλογα με τη σχέση που διατηρούν οι γονείς μεταξύ τους και με το παιδί).

- Οικονομικά προβλήματα (έλλειψη απαραίτητων χρημάτων για θητεία- νέοι που συντηρούν με τον μισθό τους την οικογένεια).

Συχνά τα κοινωνικά προβλήματα λειτουργούν παράλληλα ή ενισχύουν τα προβλήματα προσαρμογής και δυσκολεύουν τον νέο να ενταχθεί στην ομάδα των συνομηλίκων του. Το αποτέλεσμα πολλές φορές είναι ένας φαύλος κύκλος δυσπροσαρμοστικών συμπεριφορών, παραπτωμάτων και ποινών που οδηγεί στο αίτημα της αναβολής (βλέπουμε τέτοια προβλήματα επίσης σε στρατιώτες που πλησιάζουν στην απόλυση ή όταν μετατίθενται στον τόπο καταγωγής τους).

Να σημειώσω ότι 45% των αναβολών που δίνονται είναι για κοινωνικά-οικογενειακά προβλήματα χωρίς ψυχοπαθολογία, που στην πλειοψηφία τους 85-90% μετά υπηρετούν κανονικά. Ένα ποσοστό 20% των αναβολών αφορά νέους με δυσκολίες προσαρμογής αλλά και διαταραχές προσωπικότητας.

Φυσικά προβλήματα προσαρμογής εμφανίζουν και στρατιώτες με σοβαρή ψυχιατρική νόσο, που βρίσκονται ή όχι σε φαρμακευτική αγωγή καθώς και χρήστες ψυχοδραστικών ουσιών. Συνήθως αυτοί όμως εντοπίζονται έγκαιρα από τους ιατρούς των μονάδων και τις ομάδες ψυχοκοινωνικής μέριμνας και παραπέμπονται στα Νοσοκομεία. Ας μην ξεχνούμε ότι πολλοί νεοσύλλεκτοι με προτροπή των γονέων, αποκρύπτουν παλαιότερα ή πρόσφατα ψυχιατρικά νοσήματα, διακόπτουν την φαρμακευτική αγωγή πριν την κατάταξη ή την παίρνουν κρυφά. Επίσης κάποιοι που είναι εξαρτημένοι από ναρκωτικά, θεωρούν ότι ο στρατός είναι ένα μέσο για να ξεκόψουν και υποβάλλονται σε τεράστια δοκιμασία με συχνά οδυνηρές συνέπειες.

γ) Κοινωνικές- πολιτισμικές επιδράσεις

- Η ρευστότητα σε αξίες και ιδανικά
- Η χαλάρωση των οικογενειακών δομών και δεσμών- η έλλειψη ευρύτερης οικογένειας (παιδικοί σταθμοί- ντανάδες)
- Η ανεργία και η δυσκολία επαγγελματικής αποκατάστασης
- Η αλλαγή κοινωνικών προτύπων και η τάση για αμφισβήτηση και απομυθοποίηση κάθε μορφής εξουσίας

- Η παρατεταμένη εφηβεία και εξάρτηση από την οικογένεια λόγω σπουδών
- Η μείωση της σημασίας κατοχής κανονικού απολυτηρίου λόγω προσανατολισμού σε ελεύθερα επαγγέλματα,

έχουν συντελέσει σημαντικά στον τρόπο που αντιμετωπίζεται η στράτευση από τους νέους με αποτέλεσμα την αδιάφορη ή αρνητική τοποθέτηση και την έλλειψη ηθικού κινήτρου.

Η συνεχείς ενίσχυση για στράτευση με πρακτικά και ηθικά μέσα, τόσο από τον ίδιο τον στρατό όσο και από τα Μ.Μ.Ε., καθώς και η κατάλληλη ψυχολογική προετοιμασία και ενημέρωση των νέων από το Λύκειο, είναι δυνατόν να μειώσουν τις εκδηλώσεις δυσπροσαρμογής.

δ) Στρατιωτικό περιβάλλον

Για τις ιδιαιτερότητες της στρατιωτικής ζωής αναφέρθηκα προηγουμένως.

- Οι συνθήκες στράτευσης βελτιώνονται συνεχώς, παραμένει ωστόσο μεγάλη η διαφορά- ψαλίδα μεταξύ στρατιωτικής και πολιτικής ζωής. Επίσης ελλιπής επάνδρωση των μονάδων, πολλές φορές επιβαρύνει αυτές τις συνθήκες, ενώ αποτελεί και πονοκέφαλο για τις διοικήσεις.
- Η συμπεριφορά παλαιών οπλιτών σε βάρος των νεοεισερχομένων υπό μορφή απειλών, καψωνιών μπορεί να προκαλέσει εμφάνιση αντιδραστικών συμπεριφορών ή προβλημάτων προσαρμογής.
- Το άγχος αποχωρισμού από την οικογένεια- φίλους ,η θλίψη, η απογοήτευση, το αίσθημα μοναξιάς και εγκατάλειψης, ο φόβος του αγνώστου είναι συχνά εμφανιζόμενα συναισθήματα τις πρώτες ημέρες, αλλά για τους περισσότερους Ν/Σ είναι παροδικά.

Σταδιακά υπάρχει ανάπτυξη νέων διαπροσωπικών σχέσεων, η ένταξη σε μικρές ή μεγάλες ομάδες, το μοίρασμα των προσωπικών γνώσεων, συναισθημάτων και εμπειριών, η συμμετοχή σε κοινές δραστηριότητες, το αίσθημα της αλληλεγγύης, η ευθύνη για τον άλλον, τον διπλανό.

Νομίζω ότι αυτή η σταδιακή μεταμόρφωση που οδηγεί στην καλύτερη προσαρμογή και στην δημιουργία πνεύματος ομάδας, μπορεί να ενισχυθεί με τα εξής:

1. Με την επιλογή κατάλληλου προσωπικού και ειδικότητας για κάθε όπλο και σώμα, ώστε να υπάρχει αξιοποίηση των γνώσεων και επαγγελματικών ικανοτήτων, αλλά και η ικανοποίηση της προσφοράς.
2. Με την αναγνώριση της προσφοράς για χάρη της ομάδας και του συνόλου, με δίκαιη ανταμοιβή κάθε προσπάθειας και επιτυχίας.
3. Με την ίση μεταχείριση και δίκαιη επιβολή ποινών. Έτσι γίνεται συνείδηση στους στρατευμένους ότι είναι απαραίτητα σε κάθε κοινωνικό σύνολο και σε κάθε άτομο, τόσος ο έλεγχος, όσο και κάποια όρια ,και ότι το χάος και η ανεξέλεγκτη συμπεριφορά δεν σημαίνει καθόλου ελευθερία.
4. Με την εύρυθμη λειτουργία της μονάδας, ώστε να διατηρείται ένα κλίμα ισορροπημένο που να τονίζει και να ενισχύει την σταθερότητα, την σοβαρότητα, την ηθική, την δικαιοσύνη, την μέριμνα και το ενδιαφέρον της Διοίκησης τόσο στους στρατιώτες, όσο και στα μόνιμα στελέχη.

   Οι διοικητές και τα στελέχη πρέπει να σέβονται τον στρατευμένο, να γνωρίζουν και να αναγνωρίζουν την προσωπικότητά του, να ενισχύουν την πρωτοβουλία και τις ικανότητές του και να δημιουργούν το αίσθημα ότι θα βρει στο πρόσωπο του προϊσταμένου ένα σύμβουλο, βοηθό σε κάθε δυσκολία της στρατιωτικής ζωής, έναν άνθρωπο που θα ενδιαφερθεί αν χρειαστεί και για τα προσωπικά του προβλήματα.
5. με την κατάλληλη και διαρκή επικοινωνία και συνεργασία μεταξύ διοικήσεων, ομάδων ψυχοκοινωνικής μέριμνας, ιατρών μονάδων, ψυχιατρικής υπηρεσίας ώστε να αντιμετωπίζονται καλύτερα τα άτομα με προβλήματα προσαρμογής, πολλά από τα οποία ύστερα από κάποιους χειρισμούς και κατάλληλα διοικητικά μέτρα συνεχίζουν κανονικά.