

Barrett S. Hart

OZDRAVLJENJE TRAUMA I IZGRADNJA MIRA¹

1. UVOD

Kako zdravlje i mir idu zajedno? Na neki način ova je veza očita jer su tjelesno i mentalno zdravlje ljudi u velikoj mjeri ovisni o fizičkom, socijalnom, političkom i ekonomskom okruženju u kojem žive. S jedne strane, mirno okruženje pomaže i unapređuje zdravlje pojedinaca a s druge, fizički i psihički zdravi ljudi pridonose stvaranju mirnog okruženja.

Rat narušava ovaj odnos. Dok su osobe traumatizirane tjelesno i emocionalno istovremeno su i društvene norme u procesu nasilne promjene. Potrebne su različite zdravstvene i mirovine inicijative u premošćivanju ovog razdora usmjerene na ozdravljenje osoba i društva. Postoji izravna veza, iako često poricana, između društvenog i osobnog tijela koja je dijelom "mjera našeg osobnog osjećaja nelagode s percipiranom povezanošću zdravlja i mira" (McQueen, McCutcheon, Santa Barbara, 1995.). Prema istim autorima "...u modernoj zapadnjačkoj kulturi ovi su koncepti definirani odvojeno i odvojenost je visoko institucionalizirana. Bolnice nemaju skoro ništa zajedničko s ozdravljenjem društva i stvaranjem mira a mirovine inicijative, za koje se smatra da su posao političara i vlasti, često su prilično odvojene od zdravstvenih pitanja."

Značajne su dobrobiti koje proizlaze iz obrtanja dosadašnjeg trenda, iz povezivanja zdravlja i mira, posebno u ratnim područjima i u područjima potencijalnih sukoba. Nekoliko je primjera koji upućuju na promjene koje se već događaju. Skupine kao što su *Liječnici bez granica* i drugi, prešli su granicu između zdravlja i društvenih pitanja odnosno mirovinih inicijativa. Internacionalni Crveni Križ i polumjesec nedavno je, po prvi put u svojoj povijesti, lobirao protiv proizvodnje nagaznih mina koje se često koriste u današnjim ratovima - što je, vjerujem, reakcija protiv samog rata.

Također, moje osobno iskustvo iz Liberije koje sam stekao radom u zdravstvenoj organizaciji koja je uočila potrebu za povezivanjem zdravlja i mira u njihovu ratom uništenom društvu - Liberijskom kršćanskom zdravstvenom udruženje (Christian Health Association of CHAL) potvrdilo je da iako su problemi tjelesnog zdravlja u građanskom ratu veliki po broju i težini i teško ih je rješavati, oni nisu jedini s kojim se treba suočiti. Postoji i drugo zdravstveno pitanje - mentalno zdravlje osoba traumatiziranih ratnih stresom. Ako se rješavanju tih zdravstvenih pitanja može pristupiti kroz korištenje različitih metoda osvješćivanja i izlječenja trauma, kroz proširenje spoznaje i vještina u rješavanju sukoba, smanjenju predrasuda i mirovnom obrazovanju, tada to sve zajedno može pridonijeti osobnoj i grupnoj promjeni koja je potrebna za pomirenje i ponovnu izgradnju društva. Takvim razmišljanjem i akcijama koje su na osnovi toga pokrenule CHAL je počeo graditi most između zdravlja i mira.

¹ Autor ovog prikaza član je projekta Health Reach, McMaster University, Hamilton, Kanada. Kao voditelj istoimenog projekta boravio je u Hrvatskoj u 1995/96. godini. Projekt je proveden u osnovnim školama u Pakracu i Osijeku, a trenutno se provodi i u Hrvatskom Podunavlju uz potporu UNICEF-a.

Kroz izgradnju mira treba zadovoljiti mnoge potrebe. Ne možemo niti bismo trebali ograničiti našu analizu za jedan pristup. Dakako da su državne i međudržavne mirovne inicijative vrlo značajne no osobno sam želio poblize se upoznati i proučiti CHAL-ov pristup. Prepoznao sam u tom pristupu mogućnost pokretanja promjena u složenom tranzicijskom periodu poslije hladnog rata. Kako se većina oružanih sukoba u današnje vrijeme zapravo događa unutar nacionalnih država i uključuje velik broj civilnih žrtava, tako je i posljedica toga - veći broj traumatiziranih osoba. Postojala je (i postoji) potreba za pronalaženjem načina i sredstava kojim bi se ozdravile traume pojedinaca i pomirile osobe koje su često traumatizirale jedna drugu.

2. ŠTO RATOVI DONOSE SA SOBOM?

Rat donosi mnogo patnji. Od Prvog svjetskog rata do danas poginulo je više od 100,000,000 ljudi. Trenutačno se u svijetu događa oko 80 oružanih sukoba, od čega 35 možemo smatrati ratovima. Tisuće žena, muškaraca i djece nalaze se u opasnosti i pate zbog ovih sukoba. Sigurno će još mnogi izgubiti život.

Iskusio sam neke od ovih oružanih sukoba i ratova u Srednjoj Americi, Sjevernoj Irskoj, Liberiji, Ruandi i sada, na području bivše Jugoslavije. U njima su većina žrtava zapravo civili, čak 90%, što je značajno više nego u Drugom svjetskom ratu i više nego u Vijetnamu gdje je civilnih žrtava bilo 75%. Također, od Drugog svjetskog rata do danas, dogodila se i promjena u stavovima i u načinu ubijanja. Istraživači SAD proučavali su za potrebe Vlade ponašanja muškaraca koji su se borili u Drugom svjetskom ratu. Tražeći razloge zbog kojih vojnici nisu bili onoliko uspješni u bitkama koliko se to od njih očekivalo, utvrdili su da je u vojnika prisutan strah od ubijanja drugog čovjeka a ne strah od toga da će biti ubijeni, kako se očekivalo. Tada je samo 15% američkih vojnika pucalo iz svojih oružja. Na žalost, situacija se promijenila uslijed unaprijeđenih metoda uvježbavanja za potrebe kasnijih ratova.

Danas ljudi se ubijaju jer su naučeni kako trebaju biti ponosni u "obrani" ili "proširenju" svoga teritorija ili države. Isto tako, prihvatili su s vremenom kroz uvjeravanja političara i drugih retoričara kako "neprijatelj" nije zapravo čovjek. Neprijatelj ili *onaj drugi* je depersonaliziran i demoniziran. Nazivi koje koriste i vojnici i civili na obje strane za *one druge* odnosno *neprijatelje* jesu: *pas, štakor, žohar, vrag, majmun, zmija*. Amerikanci su tijekom vijetnamskog rata nazivali Sjeverne Vijetnamce "gooks" i "slopheads" - i mnogim drugim imenima koja dehumaniziraju sjeverno vijetnamsku populaciju.

Vjerujem da su takve metode uvježbavanja i ekstremna upotreba izrazito negativnih izraza od strane vojnog osoblja i civila razlog što je sve više civila uključeno u nasilje i što postoje masovne grobnice na "poljima smrti". Svi ljudi, ne samo vojnici, doživljeni su kao neprijatelji i stoga trebaju biti pogubljeni.

U ovakvih okolnostima očigledno je da stradaju svi koji se nalaze u ratu - žene, djeca, stari i mladi ljudi i naravno sami vojnici, pa i oni koji su na pobjedničkoj strani, što god to značilo u ratu. Ubijanje djece, tortura, silovanje žena, uništavanje gradova i sela i masovna pogubljenja - imaju za posljedicu patnju u svim područjima ljudskog života - tjelesnom, psihološkom i duhovnom. Na neki način svatko je žrtva nasilje, osobe koje ga provode žrtve su svog nasilja, i stoga na neki način čitavo društvo pati. Kako je rekao Ghandi u jednom

od svojih govora protiv nasilja *“Protivim se nasilju stoga što kada se čini da donosi dobro, to dobro je samo privremeno - a zlo koje sobom donosi je trajno”*.

3. GUBITAK IDENTITETA

Prije svega, rat odnosi život. Domovi mnogih su uništeni, mnogi su razdvojeni od onih koje vole, materijalna dobra su izgubljena i ukradena. Također, rat krade vrijeme ljudi, bilo da se radi o *samo* dvije, tri, četiri ili pet godina. Izgubljeni su i sigurnost, predvidljivost, nada u budućnost, u smislu prijateljstva, zaposlenja i postizanja pravednog mira.

U ratu se gubi i identitet. Možemo ga definirati kao “koncept kojim neka osoba opisuje samu sebe i svoj odnos prema svijetu” (Northrup, 1989.). Pojedinci, grupe kao obitelji i veće grupe, kao nacionalne ili religijske grupe, pa čak i profesionalne grupe imaju i teže zadržati svoj identitet, osjećaj tko su u odnosu na društveno okruženje. Identitet je osnovna ljudska potreba zbog toga što je potrebno odrediti sebe i svoje mjesto u stvarnom svijetu kako bi se postigla sigurnost i sposobnost predviđanja u životu. Ako život nije predvidljiv u društvenom, psihološkom, povijesnom i duhovnom smislu tada nastaje dezorganizacija i smrt (Nudler, 1990.).

Postoje dvije različite škole mišljenja koje nastoje objasniti stvaranje i smisao nacionalnog identiteta: primordijalizam i situacionizam. Primordijalizam se oslanja na obiteljske veze, običaje, jezik, rituale i druga kulturalna obilježja, kao što su ime, mjesto, prehrana, glazba, itd. Prema antropologu Geertzu, to su “zadane pretpostavke društvenog postojanja; iracionalne, nesvjesne i neovisne od prirodnog, prema nekim čak i duhovna sklonost suprotna socijalnim interakcijama”. Naravno da socijalne reakcije na razini obitelji, subgrupa i nacionalnih grupa njeguju i sadrže ove primordijalne faktore. Situacionizam, ako ga shvatimo kao ključni čimbenik u stvaranju nacionalnog identiteta, rezultat je izvanjskih faktora. Naglašeni su instrumentalni, praktični i promjenjivi aspekti identiteta. nacionalni identitet se prema tome promatra kao racionalna reakcija na društveni pritisak.

Prema mom shvaćanju, uvijek su prisutni i priordijalizam i situacionizam. U kriznim situacijama kao što je rat, mogu se povećavati određeni aspekti ali i sužavati. No u ratnom je okruženju prisutna još jedna odrednica - prijetnja. Do prijetnje etničkom identitetu (a isto vrijedi i za religijski i društveni identitet) dolazi stoga što se iznenadno i drastično pod utjecajem ratnih događanja mijenjaju temeljne kulturne i socijalno organizacijske vrijednosti i pojave. Osjećaj pripadanja, sigurnosti i predvidljivosti time je značajno narušen.

Identitet se u ratno vrijeme sužava i spušta na razinu osnovnih odrednica. Vjerujem da se, nakon što prođe osnovna normalna reakcija na preživljavanje, u svakome od nas budi primordijalna svijest i realnost. Nesvjesnost je iracionalan početak da postanemo svjesni i racionalni - u smislu pronalaženja onoga što je zaista važno u nečijem životu, npr. obitelj, rodaci, prijatelji. Također, na vidjelo izlaze i naša kulturalna obilježja i dobivaju novo i značajno praktično značenje. Višestruki identiteti zamjenjeni su jednim esencijalnim identitetom i ljudi traže i povezuju se s onima koji predstavljaju njihov esencijalni identitet odnosno “prirodnu sklonost”.

Novi ratni uvjeti stvorili su situacionizam koji uključuje primordijalne elemente. Na to utječu dakako i politički govori vođa, koji se učestalo povezuju s patološkim problemima. Želim dokazati kako ova posljednja kategorija - situacijska manipulacija - zapravo predstavlja manipulaciju primordijalnih faktora, koji nisu više iracionalni i nesvjesni, već su pod utjecajem ratnog nasilja prisiljeni izaći u prvi plan.

4. RATNA TRAUMA

Rat uništava nadu kroz razaranja socijalnih odnosa koji su primarna vrijednost i izvor identiteta. Zbog svojih destruktivnih obilježja, rat uništava ne samo osobno, psihičko *ja* već i grupno *ja*. Ljudi su traumatizirani jer je ono što ih čini onim što jesu nestalo. Nestalo je ono što im je dopuštalo i omogućavalo da znaju što treba reći i napraviti u nekom trenutku. Identitet je ugrožen i ljudi su u stanju šoka, zbunjenosti, poricanja i/ili ljutnje jer se nalaze u novim i zastrašujućim okolnostima.

Iako nisu svi traumatizirani ratom, ili bar nisu odmah zbog udaljenosti od ratišta, osobnih karakteristika i sposobnosti, ipak stresori rata negativno utječu na većinu ljudi bilo tijekom ili nakon sukoba. Intenzitet reakcija nekog pojedinca na traumatizirajući događaj ovisi o brojnim čimbenicima, kao što je koliko je iznenadna nečija smrt, način umiranja, prijašnji odnos s tom osobom, gubitak podrške, rana iskustva iz djetinjstva, itd. No kada je osoba ili grupa ili nacija "šokirana" tjelesnim i psihološkim zlostavljanjima, kada se smrt nazire u zraku i kada se iznova učestalo doživljavaju gubici i žalovanje, dolazi do reakcije koja se očituje na tjelesnoj i emocionalnoj razini.

Rat je veliki "traumatizator" jer otežava i prekida kontinuitet s poznatom prošlašću - društveno, politički, ekonomski i duhovno. Osobe reagiraju na ratni šok na prirodan i normalan način: kroz poricanje, ljutnju, krivnju, kajanje, strah, tjelesne reakcije, apatiju i beznadnost. Na kraju, često nakon dugo vremena, osobe reagiraju prihvaćanjem i prilagodbom.

5. ZDRAVLJE I MIR ZAJEDNO

Biti traumatiziran znači osjećati gubitak, privremeni ili stalni, kojemu je potrebno iscjeljenje. Najveći dio u ozdravljenju trauma zapravo je tugovanje za gubicima. Prema Totelbaumu (citat iz Rinpoč, 1992.): *Tugovanje je rana kojoj je potrebno pružiti pažnju ako želimo da ozdravi. Proraditi gubitak i završiti tugovanje znači suočiti se s osjećajima otvoreno i iskreno, izraziti ih i prepustiti im se u potpunosti te tolerirati ih i prihvatiti ma kako dugo trebalo da rana zacijeli. Bojimo se da ako prepoznamo i priznamo tugovanje i ako mu se prepustimo, da će nas tuga pregaziti. Istina je zapravo da se jednom tuga, kada je priznata, zapravo rastapa i smanjuje. Ona tuga koja je neizražena traje neodređeno dugo.*

Tako je moj cilj u radionicama i kroz savjetovanje pomoći osobama odtugovati ratna iskustva. Vjerujem da pomagati osobama i grupama da govore o svojim gubicima i tugovanjima ne samo da pomaže njima u procesu ozdravljenja trauma, već pokreće i puno

veći proces rješavanja sukoba i izgradnje mira. Poticanjem ljudi na ispitivanje boli počinje proces prema emocionalnom zdravlju pojedinaca i skupina. Pomažući da se članovi društva stabiliziraju znači osposobljavati ih za sudjelovanje u ponovnoj izgradnji društva nakon rata.

Iz toga proizlazi da su analiziranje trauma i ozdravljenje pojedinaца (i čitavih etničkih, religijskih skupina i nacija) temeljni aspekti razumijevanja identiteta pojedinaca i skupina, njihovih izvora i razvoja. Objašnjenje toga nalazi se u tome da će osobe, rješavajući traumu pojedinačno i grupno, vjerojatno po prvi put usmjeriti i posvetiti se primordijalnim pitanjima i situacijskim pojavama - prošlim, sadašnjim i budućim. Stoga je neophodno organizirati radionice i susrete koji će pružiti mogućnost da osobe psihološki i kontekstualno istražuju sebe, svoju grupu i možda čak i druge grupe na nov i ozdravljajući način.

Vjerujem da će to novo znanje o sebi i svojoj grupi biti značajno za razumijevanje razloga koji dovode do stereotipiziranja drugih zbog zaštite unutar i izvan granica grupe prije i tijekom rata. Također, time se pruža i mogućnost shvaćanja kako određeni zloćudni stereotipi (depersonalizacija, demonizacija i sl.) dovode do "neprijateljskog razmišljanja" i s vremenom do eskalacije sukoba.

Proces ozdravljenje trauma može pomoći u smanjivanju opaženih i stvarnih prijetnji identitetu pojedinaca i etničkih grupa kada se percepcija mijenja dobijanjem novih informacija o traumi, strahu, stresu. Proces ozdravljenja trauma počinje unutrašnjom i među(grupnom) psihološkom evaluacijom, te uz vježbu za smanjivanje predrasuda, rješavanje sukoba i iskrene početke pomirenja unutar i preko etničkih, religijskih i nacionalnih granica može dovesti do oporavka i eliminacije prijetnji. Sve to zajedno doprinosi procesu izgradnje mira.

6. ZAKLJUČAK

Postoji veliki izazov u pronalaženju načina kako uspostaviti vezu između zdravlja i mira unutar kaotičnog stanja rata i u poslijeratnom okruženju. Nadalje, izazov je u povećavanju našeg razumijevanja ove povezanosti s ciljem olakšavanja procesa završavanja rata ali i prevencije budućih sukoba. Prevencija ratnih sukoba zahtjeva metode koje su kulturalno prihvatljive, psihološki osjetljive i praktične u realnosti stalno mijenjajućeg političkog i ekonomskog svijeta (Burton, 1990.). Iskustva prikupljenja kroz osvještavanje trauma i ozdravljenje, trebaju doprinijeti novom razumijevanju unutar sukoba pojedinaca i grupa i razumijevanju procesa koji od ovih sukoba, preko problema *stvaranog svijeta* dovode do eskalacije nasilja i rata. Prekidanje zatvorenog kruga eskalacije sukoba je trenutačan ali i dugoročan izazov u srodnim područjima izliječenja trauma, rješavanja sukoba i izgradnje mira.

LITERATURA:

1. Barton, J. W. (1990) **Conflict resolution and prevention**. New York: St. Martin's Press.
2. Geertz, prema Peled, Yoav (1989) **Class and ethnicity in the Pale**. New York: St. Martin's Press.
3. McQueen, G., McCutcheon, R., Santa Barbara, J. Health Initiatives as Peace Initiatives. **Peace and change**. U tisku
4. Northrup, T.A. (1989) The Dynamic of Identity in Personal and Social Conflict. U: Northrup, T., Thorson, S. (ur.). **Intractable conflicts and their transformation**. Syracuse, N.Y.: Syracuse University Press.
5. Nudler prema Fisher, R. J. (1990) Needs Theory, Social Identity and an Eclectic Model of Conflict. u: Burton, J. (ur.) **Conflict: Human needs theory**. New York: St. Martin's Press.
6. Rinpoche, Sogyal (1992) **The Tibetan book of living and dying**. San Francisco: Harper Collins.