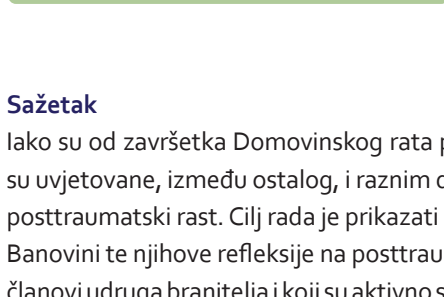


Stručni rad <http://doi.org/10.21465/CZSD.2022.1.1.3>

Aktivno uključivanje i posttraumatski rast hrvatskih branitelja u kriznim razdobljima



Jadranka Pavić
Zdravstveno veleučilište Zagreb
Mimarova cesta 38,
10000 Zagreb
jadranka.pavic@vfu.hr

Sažetak

Iako su od završetka Domovinskog rata prošla gotovo tri desetljeća, hrvatski branitelji još uvijek se susreću s preprekama koje su uvjetovane, između ostalog, raznim psihosocijalnim fenomenima koji su imali nepovoljan utjecaj na aktivnosti branitelja i njihov posttraumatski rast. Cilj rada je prikazati aktivnosti hrvatskih branitelja tijekom razdoblja pandemije i potresa u gradu Zagrebu i Banovini te njihove refleksije na posttraumatski rast branitelja. Sudionici istraživanja su hrvatski branitelji s invaliditetom koji su članovi udruuga branitelja i koji su aktivno sudjelovali u pomoći sugrađanima i suborcima tijekom aktualne pandemije koronavirusa te potresa u gradu Zagrebu i Banovini. Istraživanje je pokazalo da su branitelji bili aktivno uključeni u psihološku podršku i osnaživanje sugrađana, prikupljanje i prijevoz potrebne pomoći te fizičku pomoć u obliku prikupljanja i dostave građevinskog materijala, kontejnera za stanovanje, kuhanja obroka, saniranja šteta od potresa, poput raščišćavanja ruševina, popravka krovovišta i drugih fizičkih poslova. Takav aktivni oblik uključivanja u pomoć zajednici rezultirao je i poboljšanjem psihološke dobrobiti i osobnog rasta branitelja. U istraživanju je prikazano šest vodećih područja rasta koja su identificirana na osnovi intervjua s ispitanicima: osjećaj vlastite vrijednosti i da su potrebni drugim ljudima, otkrivanje vlastitih mogućnosti i snaga, zaboravljanje vlastitih nevolja kroz pomaganje drugima, mogućnost rađenja boljih stvari u životu, osjećaj pripadnosti društvu, osjećaj braniteljskog zajedništva. Ovi rezultati upućuju na potrebu opsežnijeg uključivanja braniteljske populacije u društveni život kroz razne aktivnosti i sadržaje koji nisu sporadični i vezani samo uz rad pojedinih aktivnih braniteljskih udruuga.

Ključne riječi: hrvatski branitelji, posttraumatski rast, aktivnost branitelja u krizama, potres, pandemija

Active participation and post-traumatic growth of Croatian veterans in crises

Abstract

Although almost three decades have passed since the end of the Croatian War of Independence, Croatian veterans still face obstacles caused by, among other things, various social phenomena that have had an adverse effect on veterans' activities and their post-traumatic growth. The aim of this paper is to present the activities of Croatian veterans during the pandemic and earthquake in the City of Zagreb and Banovina and their reflections on the post-traumatic growth of veterans. The participants in the research are Croatian veterans with disabilities who are members of veterans' associations and who actively participated in helping fellow citizens and comrades during the current coronavirus pandemic and the earthquake in the City of Zagreb and Banovina. The research showed that the veterans were actively involved in psychological support and empowerment of citizens, collecting and transporting necessary assistance as well as physical assistance from collecting and delivering construction materials, housing containers, cooking meals, to repairing earthquake damage such as clearing rubble, repairing roofs, and other physical work. This active form of involvement in helping the community has also resulted in improving the psychological well-being and personal growth of veterans. The research presents six leading domains of personal growth identified on the basis of interviews with respondents: sense of self-worth and need for other people, discovering one's own possibilities and strengths, forgetting one's own troubles by helping others, being able to do better things in life, feeling of belonging to society and a sense of veteran camaraderie. These results indicate the need for more extensive involvement of the veteran population in social life through various activities and contents that are not sporadic and related only to the work of certain active veterans' associations.

Keywords: Croatian veterans, post-traumatic growth, veterans' activity in crises, earthquake, pandemic

Uvod

Razdoblje nakon Domovinskog rata za brojne je hrvatske branitelje značilo izolaciju i odmak od aktivnog društvenog života. Razloga za to ima nekoliko: od invaliditeta kao posljedice ranjanja, koji je zbog neprikladnosti društva bio prepreka na tržištu rada, do pojave bolesti od kojih je najizraženiji posttraumatski stresni poremećaj (PTSP), zbog kojeg su branitelji bili izloženi stigmatizaciji, a zbog čega je dolazilo i do narušavanja obiteljskog života. Nadalje, ono što je imalo značajan utjecaj na dezintegraciju branitelja je poslijeratno razdoblje u kojemu je uvođenjem privatizacije i spekulacije kapitalom dolazilo do ukidanja tisuća radnih mjesta (Begić i sur., 2007). Povratkom u svakodnevicu hrvatski branitelji ostajali su bez posla ili su umirovljeni unatoč želji da nastave raditi. Osim toga, brojna birokratija i propisi koji su se učestalo mijenjali ili ukidali, otežavali su braniteljima informisanost i snalaženje u ostvarivanju prava i traženju pomoći (Tulić i Marić, 2018). Značajan problem imali su branitelji kojima je status osobe s invaliditetom priznat na osnovi psihičkih tegoba uzrokovanih posttraumom (PTSP) jer su često proglašavani 'lažnim invalidima' (Begić i sur., 2007). Problemi i nezadovoljstvo braniteljske populacije nakon rata bili su izraženi u značajnoj skupini branitelja jer su ih, umjesto zahvalnosti, dočekali nezadovoljstvo, egzistencijalna nesigurnost, neriješena stambena pitanja, prepuštenost sebi, socijalna isključenost i nezainteresiranost okolice, ali i osuda dijela javnosti, pri kojoj se često navodilo da su "cijeli sustav korumpirani, a branitelji i invalidi varalice, simulanti i uzurpatori" (Begić i sur., 2007, str. 23). Sve to dovelo je do dodatne retraumatizacije hrvatskih branitelja, do sekundarne viktimizacije i izolacije.

Ovo nije samo karakteristika braniteljskog statusa u posttrajnim vremenima Domovinskog rata. Istraživanja iz ovog područja u svjetskim iskustvima ratovanja opisuju moguće izolacije branitelja nakon izlaska iz rata kao osobni izbor ili kao posljedicu utjecaja događanja u društvu. Do namjerne izolacije može doći kada branitelj svjesno uzme vrijeme za oporavak od izlaganja traumi ili stresu nakon ratnih zbiljavanja i odluču te učiniti u izolaciji. No izolacija se događa i kad dolazi do razilaženja u stavovima, navikama, vjerovanjima između obitelji i branitelja te oni nisu više povezani sa svojim prijateljima, obitelji i zajednicom. Bez obzira na razlog izolacije, ova situacija je neizrada i može dovesti do osjećaja usamljenosti (Savage, 2014). Desetci provedenih istraživanja o iskustvima iz ratnih sukoba u svijetu potvrđuju navedene probleme tranzicijskih branitelja u civilni život u kojima je izlaskom iz ratnog događanja došlo do sukoba dvije stvarnosti. S jedne strane, to su događaji s ratista, koji su ih iz temelja promijenili, a drugo je ulazak u novu društvenu stvarnost koja je često izjedlala kreaciju od očekivanja (Thompson i Lockard, 2015; Cooper i sur., 2017; Thompson i sur., 2017; Ahern i sur., 2014; Hatch i sur., 2013; Keeling i sur., 2019; McCormick i sur., 2019; Mamon i sur., 2020)

Retraumatizacija i posttraumatski rast hrvatskih branitelja

Politička klima i medijski liné uzrok su sekundarnoj viktimizaciji hrvatskih branitelja. Sekundarna viktimizacija je izostanak socijalne potpore, odnosno nesvrhaćenje, nevjerovanje i nepriznavanje patnji žrtve od uže i šire socijalne okoline (Sydmons, 1980). Značajan stres u koji nije uključen PTSP je tranzijski stres. On uključuje otuđenje koje osjećaju mnogi branitelji nakon napuštanja vojne službe. Tranzijski stres za posljedicu može imati gubitak identiteta, konflikte s obitelji i okolnom, gubitak smisla, teškoće pri pronalaženju i zadržavanju posla te brojne poteškoće u prilagodavanju na civilni život (Clark, 2018). Intenzitet tranzijskog stresa povezan je s podrškom obitelji i društvene sredine. Govoreći o odnosu društva prema braniteljskoj populaciji, Komar i Vukušić (2004) opisuju tri razvojne faze.

Prva je 'faza medenog mjeseca', u kojoj je prisutna zahvalnost braniteljima i eufonija zbog okončanja rata. Slijedi 'faza otriježnjenja', u kojoj se propituje trend zbrinjavanja branitelja i smanjenje socijalne potpore. Nadalje, u trećoj 'fazi negacije' marginaliziraju se rezultati rata, a branitelji su neželjeni utec prema boljoj budućnosti. U knjizi „Na prvom cri zdravlja“ (Dordević, 2017), hrvatski branitelji suočavaju tome da se branitelji često osjećaju kao jednačica biržavog promaćuna, hipohondri, lažni invalidi i kao teret društvu.

Doživljaj stigmatizacije, medijskog stereotipiziranja, nezadovoljstva sustavom braniteljske skrbi, nezadovoljavajuće zakonodavne i političke stanje, nezadovoljavajući društveni položaj te potrebu za participacijom u društvu potvrđali su i hrvatski branitelji u kvalitativnom istraživanju „Samopercipcija društvenog položaja invalida Domovinskog rata“ (Jašarević i Leutar, 2008). U njihovim izjavama naglašena je i potreba za aktivnom participacijom u društvu te, kako navode, da nisu čovjeku važna samo materijalna prava već i potreba osjećati se korisnim i doprinositi društvu i obitelji (Jašarević i Leutar, 2008).

Nadalje, umirovljenje branitelja značajno je utjecalo na otežanu socijalizaciju. Dio branitelja navodi da su umirovljeni iako to nisu željeli i nisu željeli biti pasivni, nego dati svoj doprinos razvoju društva i maknuti se na taj način od ratnih priča. Umirovljenjem mladih ljudi, koji su još vitalni, poslana je poruka da su neoprebni i, kako neki od branitelja navode, da su se zbog toga osjećali poniženi i bezvrijedni (Čutura, 2015).

Sekundarna viktimizacija hrvatskih branitelja dovodi do gubitka samopoštovanja i frustracija koje se reflektiraju na svakodnevno funkcioniranje.

Unatoč ratnim traumama, iskustva iz proteklih ratova te provedena istraživanja potvrđuju da kod ljudi postoji mogućnost pozitivnog psihološkog, društvenog ili duhovnog rasta nakon traumatičnog događaja te da se on može događati i desetljećima nakon traume. Tedeschi i Calhoun (2004) definirali su posttraumatski rast ("posttraumatic growth") - PTG kao "pozitivnu psihološku promjenu doživljenu kao rezultat borbe s vrlo izazovnim okolnostima." Glavni odlučujući čimbenik u PTG-u je snažna društvena potpora koja pomaže branitelju da svoju negativnu situaciju preokrene u pozitivno funkcioniranje. Snažna socijalna podrška može uključivati obitelj i supružnika koji ga podržava, povezivanje s vojnicima koji su prošli slične situacije ili onima koji razumiju specifičnosti ratovanja (Mitchell i sur., 2013).

Cilj istraživanja

U osnaživanju hrvatskih branitelja važnim se pokazalo sudjelovanje u organiziranju pomoći zajednici kroz djelovanje braniteljskih udruuga. U posttraumato razdoblju hrvatski branitelji bili su uključeni u saniranje i pomoć u prirodnim katastrofama poput požara i poplava, ali i pojedinačne humanitarne akcije u organizaciji hrvatskih branitelja. U novije vrijeme naše društvo suočilo se s dodatnim izazovima. To je pandemija virusa SARS-CoV-2 te razorni potresi koji su 2020. pogodili grad Zagreb i Banovinu. Izolacija i otežan pristup pomoći bolesnima i nemogućnost aktivnog pandemie, zatim potres koji je uzrokovao oštećenja i gubitak domova te brojne posljedice povezane s neocječivanim životnim situacijama, zahtijevali su žurno djelovanje i uključivanje cjelokupne zajednice. Kao pomoć u krizi uključili su se brojni branitelji i braniteljske udruge, što se moglo pročitati u medijima (Štožer civilne zaštite, 2021; Sisak info, 2021; Portal 24 sata, 2021; PDN, 2021).

Cilj istraživanja je prikazati aktivnosti hrvatskih branitelja tijekom razdoblja pandemije i potresa u gradu Zagrebu i Banovini te refleksije pružanja pomoći drugima na posttraumatski rast branitelja.

Metode rada

Metode prikupljanja podataka

U istraživanju je korišten kvalitativni pristup prikupljanja podataka putem intervjua jer se nastojalo bolje razumjeti i opisati osobni osjećaj hrvatskih branitelja u procesu pružanja podrške kao i vrste pomoći koju su branitelji pružali u zajednici tijekom aktualne pandemije koronavirusa i potresa u Zagrebu i Banovini.

Sudionici istraživanja su hrvatski branitelji s invaliditetom koji su članovi udruuga branitelja. Odabrano je 5 braniteljskih udruuga koje su aktivno sudjelovale u pomoći građanstvu tijekom pandemije i potresa u Zagrebu i Banovini metodom namjernog uzorka, odnosno predstavnika udruuga i članova udruuga koji su dobrovoljno pristali na intervju:

- Udruga dragovoljaca i veterana Domovinskog rata Republike Hrvatske – Podružnica grad Zagreb – 7 ispitanika
- Udruga „Tigar Rakite 90 – 91“ – 6 ispitanika
- Udruga hrvatskih branitelja liječenih od posttraumatskog stresnog poremećaja Sisačko-moslavačke županije – 6 ispitanika
- Udruga dragovoljaca i veterana Domovinskog rata – ogranak Velika Gorica – 2 ispitanika
- Humanitarna udruga „Branitelji pomažu branitelju“, Ivangovo, Osječko-baranjska županija – 4 ispitanika.

Način prikupljanja podataka

Nakon dogovora s predstavnicima udruuga o provođenju polustrukturiranog intervjua, ispitanicima je dostavljen upitnik koji je sadržavao 3 pitanja:

1. Jeste li u vrijeme pandemije/potresa bili aktivno uključeni u pomoć zajednici?
2. Koje vrste pomoći ste pružali suborcima/sugrađanima?
3. Koliko Vam je rad u pomoći osobama oštećenim od potresa ili osobama koje su zbog korone bile onemogućene u ostvarivanju životnih potreba pomogao u osobnom rastu (opišite koliko je Vama činilo zadovoljstvo pružanje pomoći drugim ljudima)?

Ispitanici su na pitanja odgovarali usmeno.

U upitniku su upisane godine života, bez identiteta sudionika, a upitnici su istraživaču dostavljeni elektroničkom poštom ili u ispisanoj obliku. Na taj je način identitet odgovora ispitanika zaštićen, a u obradi podataka ispitanici su označeni rednim brojevima.

Rezultati i diskusija

1. Svi ispitanici su bili aktivno uključeni u pomoć zajednici za vrijeme pandemije i potresa.

2. Vrste pomoći koju su branitelji pružali u zajednici:

Tablica 1. Vrste pomoći koju su branitelji pružali u zajednici

Ispitanik	Dob	Vrsta pomoći
1.	61	<i>„Radovito sam išao svakim danom po potrebne stvari susjedima i trgovcu, u ljekarnu, kupovao sve što je bilo potrebno... U svakodnevnoj komunikaciji sam bio s kolegama hrvatskim braniteljima i tako sam pokrenuo Zavrtstvo za branitelje obitelji i liječene o PTSP-a Sisačko-moslavačke županije koji su stradali u potresu. Hrvatski branitelji koji je bio zatečenik na Manjari, a koji vodi građevinsku tvrtku vozio je građevni materijal sa svojim radnicima... U udruzi obojeblji i liječenih od PTSP-a odabrali smo 6 hrvatskih obitelji, spojili ih s onima koji mogu i žele pomagati..."</i>
2.	55	<i>„Pomagao sam u više navrata, a najviše u mjestu kod Lasinje, mijenjanje pokrova nakon potresa kod umirovljenika..."</i>
3.	60	<i>„Sakupljanje donacija i prijevoz"</i>
4.	59	<i>„Slušanjem sugrađana o COVID-u, strahu od bolesti, osamljenosti te ljudi pogodnih potresom i dijeljenjem pomoći u kriznoj situaciji, pronalaženjem, usmjeravanjem i prijevozom donacija..."</i>
5.	52	<i>„Psihofizička pomoć dotaskom i podrškom u rješavanju tekućih problema. Dijeljenjem paketa hrane i vode i drugim problemima koje nisu mogli sami riješiti..."</i>
6.	56	<i>„Moja oblik pomoći građanima je bio u vidu logističke i organizacije te volonterstva u razdvajanju živih namirnica te odjeće i obuće i ostalih potrepština za kućanstvo, pristiglih iz humanitarne pomoći..."</i>
7.	57	<i>„Građanima sam pomagala razgovorom, podrškom i utjehom u novonastaloj kaotičnoj situaciji, također sam vozila humanitarnu pomoć potrebna, starija i nemoćnima..."</i>
8.	45	<i>„Organizacija više skupina davatelja pomoći s ciljem povećanja učinkovitosti samog pružanja pomoći. Kao čelnik udruge imao sam najdjetinjastiji utjecaj u potrebu svojih bivših suboraca i mogao ocijeniti težinu stanja, te sam bio povezanica od potrebitih pomoći izvršiteljima - institucijama i pojedincima. Sve ostale oblike pomoći u podjeli pomoći, razgovoru i dr. su bile svakodnevna i još uvijek je sve aktualno..."</i>
9.	62	<i>„Tijekom pandemije i potresa bila je naglašena potreba za psihološkom pomoći i razgovorom sa sugrađanima i suborcima. Sve su nas snažile iste nevolje, ponovno su se javile traume iz prošlog rata i potres. Kontaktirali smo telefonom suborce radi razgovora jer se zbog korone nismo mogli družiti. Uključivali smo se u sakupljanje i armoiziranje potresnimima. Kao Udruga davali smo i stanovite materijalne pomoći u našim mogućnostima..."</i>
10.	60	<i>„Kao predsjednik Udruge aktivno sam se uključio u projekte pomoći suborcima kojima je potrebna i psihološka podrška, što je bilo jako izraženo za vrijeme lockdowna i potresa zbog izoliranosti. Za vrijeme restriktivnih mjera tijekom pandemije, a posebno lockdowna, uključio sam se, zajedno s velikim brojem članova udruge, u pomoć onima koji nisu mogli izaći iz kuće i bili ugroženog zdravlja (dostava namirnica, telefonski razgovori i slično). Za vrijeme potresa bili smo uključeni u sakupljanje donacije, a neki od članova su se uključili i u fizičku pomoć u raščišćavanju okoliša i popravku porušenog..."</i>
11.	63	<i>„Sakupljanje humanitarne pomoći za Petrinju"</i>
12.	63	<i>„Na Banovini i više mjesta u Zagrebu (Medveščak, Mihov luc). Sadržano urušenih objekata, izmjena krovova na kućama, stanovima, štalama i gipsarskim zgradama i utjecajima. Dodatno sam sudjelovao u prikupljanju hrane i odjeće i drugih potrepština za obitelji u nevolji te uplatio dio novca za namjenu obnove..."</i>
13.	62	<i>„Budući da sam i sama bila pogodena potresom i stan mi je bio oštećen, s prijateljima i susjedima pomagala sam svakima na okmanju nastalih šteta..."</i>
14.	60	<i>„Na potresom pogodeno područje sam u nekoliko navrata dostavljao humanitarnu pomoć, a vezano za pandemiju, osobno sam isporučio vrste suborce i po potrebi im pomagao u skladu sa svojim mogućnostima..."</i>
15.	55	<i>„U vrijeme pandemije sam obilazio teško bolesne hrvatske branitelje, a posebno one u palijativnom stanju jer se udruga kroz svoje aktivnosti prvenstveno bavila i svi su oni čime sam im psihološku podršku, ali u po potrebi dogovarao obilask zdravstvenih djelatnika u njihov domove, kao i sve ono čemu sam im mogao pomoći. Na potresom pogodeno područje sam organizirao i dostavljao humanitarnu pomoć, prvenstveno prehrambene i higijenske potrepštine na područje Petrinje i Siska..."</i>
16.	51	<i>„Udruga je pružala logističku i radnu pomoć, sakupljanje i saniranje donacija i materijala. Zakupljala su međusobna materijale i druga potrebna sredstva - pomagali smo ljudima u procijepa krovova, dimnjaka, sidrova, prijevozu ljudi na destinacije Zagreb - Banija, prijevozu donacija..."</i>
17.	58	<i>„Sanacija dimnjaka i kotlovnica te popravak krovova"</i>
18.	60	<i>„Pomoć preseljenja i slično na području pomoći i namirnica"</i>
19.	50	<i>„Kuhanje obroka u potresom zahvaćenom području"</i>
20.	50	<i>„Pomoć u raščišćavanju prometnica, podjela hrane i građevinskog materijala, praćenje humanitarnog konvoja i dostava kontejnera za Sisačko-moslavačku županiju, rad na COVID-19 zračnim myernima"</i>
21.	66	<i>„Pomoć u raščišćavanju ruševina i saniranju krovova istovremeno fizičkim radom"</i>
22.	61	<i>„Prikupljanje građevinskog materijala"</i>
23.	63	<i>„Sve što je trebalo - čišćenje ruševina"</i>
24.	52	<i>„Čišćenje ruševina"</i>
25.	54	<i>„Sakupljanje odjeće, hrane, prijevoz, dostava, sanacija oštećenih objekata, dostava građevinskog materijala"</i>

Iz dijelova intervjua vidljivo je da su ispitanici (hrvatski branitelji) bili uključeni u različite vrste pomoći u zajednici tijekom pandemije koronavirusa i potresa. Pomoć je uključivala komunikaciju sa sugrađanima i suborcima vezano uz psihološku podršku i osnaživanje, procjenu potreba te dostavu namirnica za vrijeme pandemije (posebno lockdowna), ali i pomoć u osvajivanju potrebe zdravstvene zaštite. Nadalje, u potresom zahvaćenim područjima branitelji su bili uključeni u sve oblike pomoći, od sakupljanja i dostave potrebitih namirnica, građevinskog materijala, kontejnera za stanovanje, kuhanja obroka do saniranja šteta od potresa, poput raščišćavanja ruševina, dostave građevinskog materijala, popravka krovovišta i drugih fizičkih poslova.

Pračemjenjem aktivnosti, udruuga branitelja u izvješćima pisanih i elektroničkih medija te na stranicama udruuga branitelja, vidljivo je da su brojne braniteljske udruge iz cijele Hrvatske bile uključene u pomoć stanovništvu.

3. Važno pružanje pomoći drugima za osobni rast branitelja

Analizirani odgovori branitelja o utjecaju pružanja pomoći drugima na njihov osobni rast kodiranjem odgovora svrstani su u 6 područja:

- osjećaj vlastite vrijednosti i da su potrebni drugim ljudima
- otkrivanje vlastitih mogućnosti i snaga
- zaboravljanje vlastitih nevolja kroz pomaganje drugima
- mogućnost rađenja boljih stvari u životu
- osjećaj pripadnosti društvu
- osjećaj braniteljskog zajedništva.

Analiza dobijenih odgovora, bilo je pomoć braniteljima jedan odgovor u jednu kategoriju jer se oni isključivo na kojima: „Pomoć drugima je moj rast od neba. Podjela svojih teškoća, omalovažavanje hrvatskih branitelja i njihovih obitelji, osjećaj da nam se raduju oni kojima pomoć je neprocjenjiva. Pomaganje drugima pruža mogućnost rada boljih stvari u životu, a ne da se mi branitelji zatvorimo u krug i pričamo u ratnim temama", nego da nas društvo služi da možemo još biti korisni, po svom životnom bogatstvu iskustvu, jer smo prošli 'pakao koji mnogi preživljavaju'. U svakoj priči svojih kolega branitelja, u svakoj pomoći koju mogu učiniti, neprestano rastem, ali i zaboravljam svoje brige i bolesti. U želji da pomognem drugima otkrio sam da mogu pomoći više nego što sam mislio da mogu. To je jednostavno 'adrenalin' zbog kojeg zaboravim i vlastite granice. Nitko nije savršen, ali uvijek raste dok je živi i osuštine se uz one porud sebe i oko sebe, posebno kad učini neko plemenito djelo, a to je pomaganje drugima i osjećaj pripadnosti i vrijednosti, a ne odvažnosti. Posebno me osnažuje umreženost branitelja i spremnost 'svi za jednog - jedan za sve!' (ispitanik 1)

Svih 25 ispitanika navelo je da im je pomaganje drugima pružilo osjećaj samopouzdanja i vrijednosti, npr. „Pomoć potrebitima pružila mi ovisno o vrstama rata, kad je pogled zahvalnosti civila koji su nam upućivali bio nešto što me je činilo moćnima i snabdobinama... osjećaj zadovoljstva, ponosa i duljeg zadovoljstva što mogu pomoći drugima" (ispitanik 2). „Po završetku rata osjećao sam ispunjenost i zadovoljstvo što sam bio u prilici pomoći ljudima u nevolji i biti od neke pomoći" (ispitanik 3). Pomaganje drugima u kriznim situacijama otkrilo je neke nove mogućnosti i snage kojih nisu bili svjesni: „...S druge strane, kad gledam snagu branitelja, iako smo na izdajstvu fizičke snage, i dalje možemo pomoći više nego što ljudi, posebno mladi, misle o nama. I sam sam se najvrio da sam tijekom pomaganja drugima iz sebe izvukao maksimum, i ono što sam mislio da ne mogu, u zajedništvu s drugima sam uspio" (ispitanik 5)

„Kroz pomaganje drugima branitelji zaboravljaju na svoje brige i bolesti: „U prijateljskom okruženju uvijek osjećam dobro raspoloženje i manje svojih briga" (ispitanik 21)

Kroz rad i pomaganje drugima otkriva se i nova dimenzija života i spoznaja da se može raditi bolje i svrsishodnije: „Kad shvatim da si mogao drugima, koji su zbog toga imali, postane svjestan da može raditi bolje stvari u životu, da nikad nisi prestao za neke nove spoznaje" (ispitanik 9)

Svi ispitanici naveli su da im je osobno uključivanje u zajednicu dalo osjećaj pripadnosti društvu, osjećaj zajedništva i snabavljanja: „Osjećaj da su hrvatski branitelji u ovom kriznim vremenima pokazali da mogu biti značajan stup društva, meni je osobno značilo vjert u kda i dalo potvrdu da, oziroma da, našim teret društva kako nas je čisto preživjelo u nekim medijskim, već da smo vrijedni dio zajednice u kojoj živimo" (ispitanik 10), „Ne mogu sam sebe osvajivati, ali meni osobno je značilo mnogo što vrijedim u društvu još nekome, iako mi je i samom trebala pomoć" (ispitanik 5).

„Pridonijeti društvu u kojem se nalazim u takvoj vanjskoj i kaotičnoj situaciji, za mene znači mnogo, mnogo sam dala od sebe tada, ali puno više sam dobila zacrpanit, osmijeh, riječi zahvale... Teško je gledati svoje sugrađane u patnji i to mi je teže palo nego umor i nespaanje. I namjerna nagrada u svojoj kandi. Na kraju bila je više nego dobrodošla te sam se bolje osjećala i koristije značajni čimbenik u svim nekomu okolnima njihovu patnju i tegobe." (ispitanik 6)

Kada je, velik dio ispitanika naglašava da im je pružanje pomoći svojim suborcima u vrijeme krize puno značilo, a posebno osjećaj braniteljskog zajedništva: „Osjećam se zadovoljno i ispunjeno jer se naši suborci mogu osloniti na svoje prijatelje iz Domovinskog rata" (ispitanik 24), „Odmah sam uključio u pomoć svojim suborcima i njihovim obiteljima, ali sam to i smatram svojim obavezom... Osjećaj da možeš nekome pomoći me u neprijateljstvu" (ispitanik 8), „Izgovest sam ponosna na svoju Udrugu UHBL/PTSP-SMŽ... S izvještajem naporem, obavljajući svakodnevne zadatke, uspjeli smo dovesti pomoć morlane narani do krajnjih granica. Odmah im predstavimo situaciju, ali i nadu onima koji su ionako već bili u neizvjesnoj materijalnoj situaciji. Sinerzija branitelja, koji su ponovno pokazali zajedništvo i sposobnost dobre organizacije bila je presudna za brzo organiziranje i usmjeravanje humanitarne pomoći većih razmjera. Ponosi, čakvi jesu naši branitelji i meni su pružili bilian moment hrabrosti koja se tiol pod nogama tresla. Hvala im i vječno kauda na se" (ispitanik 4)

Iz opisa ispitanika (hrvatskih branitelja) vidljivo je koliko je snažan utjecaj njihova uključivanja u pomoć zajednici i aktivnog sudjelovanja u životu zajednice na osobni rast i zadovoljstvo. Slične rezultate pružila je brojna istraživanja braniteljske populacije u kojima je navedena važnost socijalne podrške i aktivnog sudjelovanja u životu zajednice. Tako, na primjer, velika reprezentativna studija na uzorku od preko 3000 američkih veterana pokazala je da je socijalna povezanost značajno povezana s posttraumatskim rastom (Tsai i sur., 2015). U multivarijantnoj analizi u ovom istraživanju dokazano je da su društveno značajna povezanost, intrinzična religioznost i osjećaj svrhe života povezani s većim posttraumatskim rastom. Nadalje, još jedno istraživanje na više od 2000 američkih veterana pokazalo je da bliski međuljudski odnosi i snažna socijalna podrška mogu utjecati na posttraumatski rast tijekom rata (Tsai i Pietrzak, 2017).

U istraživanju Jašarević i Leutar (2008), koje je provedeno na populaciji hrvatskih branitelja, kao zaštitni čimbenici u svakodnevnom životu su branitelji navedeni su obitelji i prijatelji, samopoštovanje kao obrambeni mehanizam, osjećaj korisnosti te pozitivni tretman i poštovanje u širem društvu. U istraživanju posttraumatskog rasta u populaciji hrvatskih branitelja (Malacik i Macuca, 2019) potvrđeno je da više razina posttraumatskog rasta imaju branitelji koji imaju više socijalne podrške bližnjih osoba.

Iz primjene ispitanika ovog istraživanja vidljivo je da su neuprlike koje su posljedica izvanrednih i kriznih situacija pandemije i potresa bile i prilike za posttraumatski rast hrvatskih branitelja.

Ograničenja istraživanja

Nedostatak ovog istraživanja je relativno mali broj ispitanika, zbog toga što su sudionici pristali na istraživanje, pokazuje utjecaj motivacije. Nedostatak istraživanja je intervju u pisanoj obliku, no to aktualno prisutnosti epidemije, što su ovisno u njihovu „face to face" suzava mogućnost širine odgovora i potpitanja.

Osim toga, zbog jednostavnosti provođenja pisanog intervjua, ispitanici su dobili malen broj pitanja, pri čemu postoji vjerojatnost da bi s većim brojem pitanja informacije od nekih ispitanika bile puno opširnije.

Implikacije za buduća istraživanja

Ovo istraživanje može biti prethodnik dodatnih istraživanja u kojima se mogu na temelju dobivenih rezultata konstruirati instrumenti za detaljnija istraživanja koja bi bila obrađena raznim multivarijantnim statističkim metodama i koja bi mogla dokazati znanstvenu održivost raznih formuliranih hipoteza.

Zaključak

Radom je obuhvaćen teorijski i istraživački pregled relevantnih koncepta vezanih uz uključenost branitelja u pomoć zajednici te njihov osobni rast. Istraživanje je pokazalo da su se tijekom i nakon potresa te „koronakrize" braniteljske udruge i branitelji pojedinačno uključili u pomoć svojoj zajednici. Bezobzirno i kontinuiranom reakcijom kao odgovor na krizu, branitelji su pronalazili svoje mjesto u pomoći zajednici u područjima psihološkog osnaživanja i povezivanja, prikupljanja i prijevoza potrebne pomoći te fizičke pomoći na svim područjima izgradnje porušenih objekata, nabave građevinskog materijala i slično. Ovakav aktivni oblik uključivanja u pomoć zajednici rezultirao je i poboljšanjem psihološke dobrobiti i osobnog rasta branitelja. U istraživanju je prikazano šest vodećih područja osobnog rasta koja su identificirana na osnovi intervjua s ispitanicima (braniteljima): osjećaj vlastite vrijednosti i da su potrebni drugim ljudima, otkrivanje vlastitih mogućnosti i snaga, zaboravljanje vlastitih nevolja kroz pomaganje drugima, mogućnost rađenja boljih stvari u životu, osjećaj pripadnosti društvu, osjećaj braniteljskog zajedništva. Ovi rezultati upućuju na potrebu opsežnijeg uključivanja braniteljske populacije u društveni život kroz razne aktivnosti i sadržaje koji nisu sporadični i vezani samo uz rad pojedinih aktivnih braniteljskih udruuga. Na taj način doprinijelo bi se boljoj vidljivosti braniteljske populacije i smanjenju nezadovoljstva sustavom braniteljskih skrbi te snažnijim posttraumatskim rastom i ukupnom psihološkom dobrobiti braniteljske populacije.

Literatura