

INFORMACION

MISIONES DE PAZ:

La preparación psicológica, un espacio imprescindible a fortalecer

<https://doi.org/10.35954/SM2002.24.1.7>

Eq.Tte.1º (Ps) Ma. del Rosario Navarro
Sgto. (Ps) Marianela Caétano
Cbo. 2ª (Ps) Ruth Etcheverry
Cbo. 2ª (Ps) Marcela Segredo
Sdo. 1ª (Ps) Carolina Bremerman

*Servicio de Psicología Laboral
Departamento de Psicología del H.C.FF.AA.*

RESUMEN

Atentos al abordaje psicológico a realizar con el personal militar integrante de las Misiones de Paz, se consideró el marco teórico - referencial desde el cual hacerlo, teniendo en cuenta los diferentes momentos temporales: antes, durante y después de la misión.

Para el trabajo se delimitarán los conceptos de Crisis, en tanto se toman, desde lo teórico, la referencia de la migración como una crisis circunstancial de la vida, pasando a la descripción de las transformaciones anímicas que se producen en dichas situaciones.

Se plantearán las posibilidades psico-profilácticas a tener en cuenta para el tránsito exitoso de este personal por esas situaciones así como el crecimiento afectivo/anímico inherente a ese tránsito. Se buscarán recursos para instrumentar indirectamente con sus familias, en los tres momentos mencionados.

SUMMARY

In accordance with the psychological approach to be applied to the military personnel, member of Peace Keeping Missions, it was considered a theoretical-referential frame for it, taking into account different moments: before, during and after the said mission.

For this task, the concepts of Crisis shall be determined and, from the theoretical point of view, the Migration reference is considered as a circumstantial crisis in life. Then we describe mood transformations caused by these situations.

Psycho-prophylactic possibilities shall be presented, to be taken into account so that the personnel successfully completes this passage, as well as the affection/mood growth corresponding to this event. Resources shall be searched and then indirectly applied to their families in the three above mentioned moments.

INTRODUCCION

No existiendo en el país experiencia en este campo y al plantear la posibilidad de una preparación psicológica al personal militar integrante de las Misiones de Paz, nos encontramos con el desafío de crear, a partir de la bibliografía al respecto así como de experiencias de otros países, algo que resultara útil para **nuestro personal en ese momento y en esa situación.**

El conocimiento clínico que se poseía luego de muchos años en la tarea de selección del personal tanto a las misiones al extranjero como a los ingresos a las unidades militares en los Centros de Instrucción de Reclutas y en diferentes Institutos Militares (Escuela de Músicos del Ejército, Escuela de Comunicaciones del Ejército, Escuela de Sanidad de las FFAA, etc), facilitó el camino.

Se conocen las condiciones anímicas en que llega mucho personal subalterno donde el ingreso al Ejército no ha sido muchas veces una opción, sino una solución a dificultades laborales y económicas en otros campos.

Las historias de vida de muchos, sin oportunidades socio-culturales para acceder de pronto a otros niveles o fuentes ocupacionales es de nuestro conocimiento; sabemos también del fortalecimiento anímico que han encontrado en el Ejército luego de algún tiempo de estar entre sus filas. La Institución funcionó como soporte/sostén que muchos de ellos no habían tenido antes.

CONCEPTO TEORICO DE LA MIGRACION COMO CRISIS CIRCUNSTANCIAL DE LA VIDA

Una crisis circunstancial de la vida es un estado temporal de trastorno y desorganización que enfrenta un individuo. Se caracteriza principalmente, por la incapacidad de abordar situaciones particulares

utilizando métodos acostumbrados para la solución de problemas.

Tiene el potencial para obtener un resultado anímico radicalmente positivo ó negativo (Slaikeu, 1988).

Un análisis semántico de la palabra Crisis, revela conceptos que son ricos en significados psicológicos. El término chino de crisis (weifi) se compone de dos caracteres que significan peligro y oportunidad, ocurriendo al mismo tiempo .

Pero, es cierto, que el peligro (de empeorar anímicamente) y la oportunidad (de crecer luego del tránsito exitoso de la crisis), no son iguales en probabilidades.

Es importante diferenciar los dos tipos de Crisis por las que potencialmente pueden transitar los seres humanos en el transcurso de sus vidas: evolutivas ó circunstanciales.

Las crisis evolutivas o de desarrollo están vinculadas al tránsito de una etapa a otra del crecimiento desde la infancia a la senectud. Se sabe con anticipación que las personas tienen etapas decisivas que enfrentar en diversas ocasiones de la vida y filogenéticamente vienen al mundo de alguna manera "preparados" por la especie.

Las crisis circunstanciales son accidentales, inesperadas y se apoyan en algún factor ambiental: los desastres naturales, separaciones matrimoniales, vacaciones, la migración, etc.

Se relaciona las Misiones de Paz con las crisis circunstanciales, como migración, como cambios a los que hay que hacer frente.

Sin embargo, se rescatan dos características particulares de estas migraciones para su resolución exitosa: la posibilidad de anticipar su comienzo y,

fundamentalmente, el carácter voluntario de las mismas.

Estas características resultan determinantes al momento de proporcionar ayuda al personal militar e indirectamente a su familia para enfrentar las dificultades que se esperan en ellos en esas situaciones.

Así mismo se ha pensado la planificación teniendo en cuenta el factor tiempo: antes durante y después de la Misión.

¿CÓMO UN PROFESIONAL PUEDE PREPARARNOS PARA REDUCIR LA INCIDENCIA DE ESTA SITUACIÓN EN LA VIDA ANÍMICA DE LAS PERSONAS QUE CUMPLEN MISIONES DE PAZ?

A) Antes:

Se plantea la situación con un ejemplo concreto: pensemos en una balanza donde en uno de los platillos “pesará” la Migración como cambio. Esto producirá un cierto movimiento anímico que provocará algún tipo de desorganización según lo descrito anteriormente.

Utilizando el carácter anticipado de las mismas se puede hacer psico-educación – se pone esto en el otro platillo - “contrapeso” de la crisis /Migración - familiarizando al individuo con las características psicológicas que normalmente los seres humanos tienen en estas situaciones.

Esto permitirá bajar las ansiedades que se generan cuando se tienen sentimientos encontrados respecto a la situación, cuando aparecen los momentos de angustia o ambivalencias con respecto a la Misión en sí, así como quitarle peso anímico a la sensación de ser a los únicos que les sucede esto.

Se logra un efecto tranquilizador muy importante.

También en este platillo, potencialmente estabilizador del otro, portador del cambio y de la desorganización, se tienen los recursos internos propios de cada individuo.

Estos son los factores constitucionales propios de cada uno, que al interactuar con las experiencias infantiles van dando lugar a una cierta predisposición/resistencia que formará parte de la personalidad de cada sujeto .

Se agrega acá el concepto francés de *resilience* que es explicada como la capacidad de una persona de hacer las cosas bien pese a las condiciones de vida adversas. Stefan Vanistendael la define como “la capacidad humana para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas y salir de ellas fortalecido o incluso transformado”.

Estas resistencias, resultan superiores y más eficientes a la hora de tener que enfrentar otras situaciones adversas. Sería el caso por ejemplo de muchos de los subalternos que han tenido que enfrentar – y en su momento superaron- situaciones difíciles a muy temprana edad: como la inserción laboral precoz, el formar parte de familias muy numerosas con dificultades y/o carencias afectivas muy tempranas e incluso formar parte de familias que no siempre tuvieron la posibilidad de tener cubiertas aún sus necesidades más primarias, como el alimento de cada día.

Se cree que también es la situación del personal superior que, aún adolescentes tempranos, dejaron sus hogares para entrar a la Escuela Militar, quedando alejados de sus seres queridos para verlos ocasionalmente - siempre y cuando el funcionamiento institucional lo permitiera - compartiendo su vida cotidiana por cuatro años con quienes al comienzo eran sólo desconocidos.

También en este platillo, estabilizador del cambio, se deberá colocar los recursos externos y en ellos destacamos el grado de soporte social del que

dispone la persona definiéndolo de acuerdo al grado de apoyo emocional, material e informacional que el sujeto encuentra en función de su inserción en la red social (Bernardi,1994) .

En especial interesa si dispone de suficientes vínculos de intimidad y confianza y si encuentra en ellos afecto, valoración y cuidado.

Parece oportuno destacar las sugerencias a realizar acerca del manejo del tema de la separación con la esposa y con los hijos: cuánto, qué y cómo decirlo; expresión de sentimientos, tareas compartidas y mucho diálogo forman buena parte de lo deseable.

B) Durante

El concepto de soporte social resultó de particular importancia a la hora de la planificación del abordaje psicológico para esta etapa.

Los objetivos para la instancia del “durante” la misión son totalmente diferentes en cuanto a las condiciones de vida para los integrantes de un Contingente que parten juntos, conviven, trabajan y comparten los tiempos libres y la situación de los Observadores militares que deben de compartir sus alojamientos e interactuar diariamente con observadores de diferentes partes del mundo, que hablan diferentes idiomas ,tienen diferentes costumbres, etc.,y muchas veces la comunicación más básica se hace difícil.

En el primer caso se tenderá a fortalecer el grupo como grupo de “autoayuda” .

Están viviendo todos una misma situación, pueden entender al camarada que ha recibido una mala noticia de su hogar, o el que se siente deprimido en una fecha familiar importante. Los “otros” pasan a ser los soportes sociales casi exclusivos con los que podrá contar si tuviera dificultades en instrumentar salidas “anímicas” propias.

En este sentido resulta fundamental contar con instrumentos para lograr una convivencia amena y cordial que les permita “vivir” el tiempo que se encuentran lejos de su familia, sus amigos, de su tierra natal y no “pasar” el tiempo tratando solamente que pase para poder volver. La duración del tiempo “psicológico” se verá en este caso prolongada.

En este sentido, la situación de los Observadores es diferente.

Estos necesitan crear su propio soporte social, inexistente a la hora de su llegada al lugar geográfico donde deberán cumplir la misma. Por esta razón, las técnicas individuales para el enfrentamiento efectivo de la situación cobran especial valor.

Se encontraron temas importantes y comunes en ambas situaciones tales como: comunicación con la familia, dificultades con los hijos (diferentes según las edades de los mismos), manejo de la información con respecto a noticias nacionales, planificación del tiempo libre, etc., Se fueron fortaleciendo los recursos anímicos que cada uno sugirió enriquecido por personal con experiencia que comparte el diferente valor de los diferentes recursos en cada uno como ser individual y con una historia única.

Así mismo se destaca como importante para el sentimiento de pertenencia, mantenerse informado de los temas de su país que cada uno sienta como importantes .

Para algunos será el tema político, para otros el deporte, para todos con indiscutido valor: nuestra música, el mate amargo, todo lo que permite el estar /no estando en los aspectos/ sucesos de su patria, aún lejos.

Las fechas familiares cobran un especial valor a la distancia. También las fechas que todos comparten como uruguayos y como integrantes del Ejército cobran un especial valor afectivo.

C) Después

¿Qué sucede “después”, cuando regresan?

Vuelven a migrar, cambian de ambiente y también es necesario tener en cuenta otros aspectos. Es relevante que el “sistema” familiar al que pertenecen sufrió cambios en su ausencia (fundamentalmente en los roles, alguien ha tenido que realizar tareas y actividades propias del padre de familia).

Vuelve a tener especial importancia – como en la partida – la necesidad de explicitar lo que les sucede, re-definir situaciones, dialogar...dialogar...

Es importante destacar que así como hay un tiempo para transitar la migración en la partida, también cada individuo y cada grupo familiar tendrá un tiempo para transitar y “reacomodarse” en el retorno, siendo recomendable que cada integrante de la familia tenga conocimiento de la necesidad de esta situación.

Es importante destacar que cuanto mejores instrumentos anímicos encuentren las personas para el tránsito exitoso en las misiones, más fácilmente realizarán su re-acomodación, previniendo que esta situación se transforme en el llamado “síndrome del regreso”

A MODO DE REFLEXION:

Estas líneas han pretendido ser un bosquejo de lo que luego fue transformado en la planificación estratégica para el logro de mejores resultados

Siendo el tiempo de trabajo muy breve, esta planificación determinó las posibilidades de lo que hemos sentido – a la vista de las evaluaciones anónimas realizadas de los talleres teóricos prácticos de trabajo – ha sido un buen comienzo en la instrumentación anímica del personal militar designado para las Misiones de Paz.

Se entiende de especial importancia para los profesionales de la salud mental e integrantes de la Institución, poder brindar este inicial y sincero aporte a nuestro personal militar que emprende la tarea de apoyar la paz en diferentes partes del mundo, lejos de su tierra, en busca también de superarse personal y profesionalmente.

Queda marcado el camino para nuevas líneas que profundicen y amplíen la tarea en búsqueda de que sea cada día más fructífera.

BIBLIOGRAFÍA:

SLAIKEU K. Intervención en crisis. Editorial el Manual Moderno, 1998.

BELLAK L, SIEGEL H. Manual de Psicoterapia Breve Intensiva y de Urgencia; El Manual Moderno, México -1986.

LENT C. Hay crisis y crisis. Revista Argentina de Psicología IV N° 15.

SARVE E Y COLS. Factores de riesgo. Publicación científica N° 1264 (CLAP-OPS/OMS) 1992.

☆☆☆