

# NOTAT

FORSVARETS PSYKOLOGISKE STØTTEFORANSTALTNINGER

9. marts 2007

## Resume

Dette notat beskriver den aktuelle status for de udviklede støtteforanstaltninger, der er rettet mod medarbejdere og pårørende i forbindelse med forsvarets udsendelser i internationale operationer.

Forsvaret har gennem de seneste 50 år løbende sendt soldater ud i international tjeneste og i missioner af varierende karakter. Siden starten af 1990'erne har de danske soldater befundet sig i stadig mere urolige områder. Derfor har forsvaret løbende udbygget og forbedret indsatsen, der skal forebygge og behandle de psykiske problemer, som en udsendelse kan resultere i. Der gælder følgende generelle principper for indsatsen:

- Forsvarets tilbud om psykologisk rådgivning og behandling er rettet mod alle, der har været udsat for en belastende hændelse i forbindelse med en udsendelse eller under hjemlig tjeneste. Hjemsendte soldater, der har været udsat for belastende hændelser i tjenesten, er ligeledes omfattet af forsvarets tilbud, som i princippet er uden tidsbegrænsning.
- Både før og efter udsendelsen modtager personalet i dag information om, hvordan de kan håndtere de belastninger og reaktioner, der kan opstå i forbindelse med udstationering. Det er centralt for den indsats, der er etableret, at den er mangestrengt og fleksibel, således at der kan sættes målrettet ind ud fra en konkret og individuel vurdering.
- Forsvaret nuværende program for støtte til soldater før, under og efter en udsendelse, er omfattende. Institut for Militærpsykologi ved Forsvarsakademiet tilbyder rådgivning og behandling til personel, der i forbindelse med deres tjeneste har været udsat for traumatiserende hændelser. Endvidere tilbydes psykologbistand til personel med alvorlige gentilpasningsproblemer efter udsendelse i international mission.
- Forsvaret kan ikke tvinge en person i psykologisk behandling, da en sådan indgriben i den personlige frihed kræver en bemyndigelse, som ikke er tillagt forsvaret. Desuden opfattes det som en grundlæggende forudsætning for psykologisk behandling, at personen medvirker under behandlingen.

Det er vigtigt at understrege, at langt de fleste af forsvarrets udsendte og tidligere udsendte ikke har nogle problemer og efter hjemkomsten har haft det godt. Det skal dog bemærkes, at Institut for Militærpsykologi igennem de senere år har konstateret en stigning i antallet af klienter, dvs. personer der påbegynder et behandlingsforløb.

## **Forsvarets støtteordninger for udsendte soldater**

Forsvaret støtteindsats kan groft set inddeles i tre hovedområder:

1. Perioden før udsendelsen
2. Perioden under udsendelsen
3. Perioden efter udsendelsen

### **Før udsendelsen**

#### Enheden tilknyttes en kontaktpsykolog

En kontaktpsykolog tilknyttes enheden før udsendelsen og deltager i forbindelse med forskellige uddannelsesaktiviteter. Kontaktpsykologen er tjenstgørende ved Institut for Militærpsykologi ved Forsvarsakademiet.

#### Generel orientering af personalet

Ved den missionsorienterede uddannelse deltager kontaktpsykologen om muligt, og der gennemføres på delingsniveau undervisning i gennemførelsen af gruppesamtaler efter belastende hændelser. Alt personel får udleveret forskellige pjecer (bl.a. "Når du udsendes" og "Mens I er væk fra hinanden") om problemstillinger, der er relevante for de pårørende og for den udsendte soldat.

I forbindelse med missionsforberedende uddannelse får større hold i hæren en orientering af en socialrådgiver om følgende emner: Belastninger, mulige reaktioner, praktiske forhold, støttemuligheder samt forsvarrets forsikringer. Der lægges stor vægt på orienteringen om støttemuligheder. Det belyses herunder, hvilken hjælp der kan ydes fra Familienetværket, feltpræst, tjenestested, socialrådgiver og psykolog.

#### Personalet tilbydes en samtale med en socialrådgiver

Eventuelle behov for støtte til familien under og efter udsendelsesperioden kan drøftes.

#### Uddannelse af personalet

Både chefer, førere og menigt personel uddannes for at forebygge psykiske efterreaktioner ved belastende hændelser.

#### *Uddannelse på chefniveau*

De kommende chefer får en gennemgang af, hvorledes de kan håndtere belastende hændelser – fx mulige reaktioner, hvad der kan gøres i den forbindelse, og hvordan der tales med personel, som har været udsat for alvorlige belastninger. Kontaktpsykologen deltager i orienteringen og får mulighed for at knytte kontakter til enheden.

Alle chefer orienteres af en socialrådgiver om, hvilke muligheder der er for socialfaglig støtte i forbindelse med udsendelsen.

### *Uddannelse på lederniveau*

Delingsførere har som led i officersuddannelsen modtaget undervisning i kamp- og krisepsykologi. I forbindelse med videreuddannelse gennemføres et kursus i stress og stressmanagement.

### *Uddannelse på førerniveau*

Gruppeførere gennemgår et undervisningsprogram om reaktioner på belastninger i tjenesten samt opnår viden om, hvordan de kan gribe ind og håndtere eventuelle stressreaktioner.

### *Uddannelse af enkeltudsendte*

Ved udsendelse af enkeltpersoner i international mission gennemføres ved Det Danske Internationale Logistikcenter et uddannelsesforløb, hvor personalet bl.a. undervises i kriseforebyggende foranstaltninger.

## **Under udsendelsen**

Kontaktpsykologen arbejder tæt sammen med feltpræsten og lægen, der begge udsendes sammen med enheden, og med forsvarrets socialrådgivere. Der er således mulighed for, at enheden efter behov løbende kan søge rådgivning og sparring hos psykologerne ved Institut for Militærpsykologi, ligesom instituttet til stadighed er orienteret om situationen i missionsområdet.

### Sundhedsfaglig bistand

Større udsendte enheder har tilknyttet både læge og sygeplejerske, der også kan varetage psykologiske aspekter af mindre belastende karakter.

### "Sjæleliv"

Større udsendte enheder har tilknyttet en feltpræst til varetagelse af bl.a. personalets sjæleliv.

### Ved alvorlige hændelser

Når der sker alvorlige hændelser, hvor personalet er involveret, er der mulighed for at modtage psykologisk støtte fra krisepsykologerne ved Institut for Militærpsykologi.

Ved henvendelse til instituttets vagthavende psykolog kan der rådgives om, hvorledes en konkret situation eller hændelse bedst håndteres. Rådgivningen kan bestå i, at enheden i første omgang støttes i selv at bearbejde det oplevede - for senere at rekvirere eventuel nødvendig yderligere hjælp. Henvendelsen til vagthavende psykolog kan også føre til, at krisepsykologer straks sendes til missionsområdet for at yde direkte psykologisk bistand til de berørte soldater. Ofte vil psykologerne - afhængigt af transportforholdene - befinde sig i missionsområdet indenfor de første døgn efter en anmodning om bistand er modtaget.

Der vil altid være tale om et samarbejde mellem den berørte enhed (chefen, lægen, præsten mv.) og psykologerne for at sikre, at indsatsen tilpasses den pågældende hændelse.

### Orientering om hjemkomstprocedure

I forbindelse med denne proces udleveres pjecen "Når du kommer hjem".

## **Efter udsendelsen**

### Hjemkomstsamtaler

Hjemkomstprogrammet kan indeholde enkeltmandssamtaler med psykolog. Der er tale om en kort obligatorisk samtale med en psykolog, hvor der vil være mulighed for at træffe aftale om evt. yderligere bistand. Der gives endvidere en generel orientering om mulige efterreaktioner på psykiske belastninger og håndtering af disse.

### Hjemkomstsamtaler med enkeltudsendte

Personer, som har været udsendt som enkeltpersoner, gennemfører et afviklingsprogram ved Det Danske Internationale Logistikcenter, hvor der bl.a. gennemføres hjemkomstsamtaler.

### Helbredsundersøgelse

Ved hjemkomsten skal alt personel gennemgå en lægeundersøgelse.

### Socialrådgiver konsultation

I forbindelse med hjemkomsten får personellet fra større udsendelseshold i hæren en orientering, som omfatter følgende emner: Praktiske forhold, hjemkomsten og tiden derefter, mulige efterreaktioner samt støttemuligheder. Igen lægges der stor vægt på orientering om støttemuligheder fra Familienetværket, Kammeratstøtteordningen, feltpræst, socialrådgiver, psykolog samt job- og uddannelsesrådgiver.

Alt hjemvendt personel tilbydes en samtale med en socialrådgiver. Socialrådgiverne står også til rådighed for personellet efter hjemsendelsen.

### 3 måneders arrangement

3 måneder efter hjemkomst inviteres personellet til et arrangement af én dags varighed. Deltagelse er frivillig, hvorfor der er et meget svingende deltagerantal. Blandt andet orienterer en socialrådgiver om emnerne: Erfaringer om det at komme hjem, mulige efterreaktioner, hvorledes takles efterreaktioner samt støttemuligheder.

Samtidig gøres personellet opmærksom på, at der er hjælp at hente hos Kammeratstøtteordningen, feltpræst, infirmeri, socialrådgiver, psykolog samt job- og uddannelsesvejleder.

### Spørgeskemaundersøgelse

Alt udsendt personel får ca. 6 måneder efter hjemkomsten tilsendt spørgeskema vedr. deres oplevelser og evt. reaktioner. På baggrund af besvarelsen henvender Institut for Militærpsykologi sig til de personer, der vurderes at være i fare for at udvikle belastende efterreaktioner. Institut for Militærpsykologi får også herigennem et generelt indtryk af enhedens tilstand.

### Psykologisk rådgivning og behandling af enkeltpersoner

Institut for Militærpsykologi tilbyder rådgivning og behandling til personel, der i forbindelse med deres tjeneste (internationalt eller nationalt) har været udsat for traumatiserende hændelser samt disses pårørende. Endvidere tilbydes psykologbistand til personel med alvorlige gentilpasningsproblemer efter udsendelse i international mission og disses pårørende. Personel kan ikke beordres til at modtage behandling. Tilbuddet er ikke tidsbegrænset.

Rådgivning og behandling sker ved Institut for Militærpsykologi, eller ved en af de psykologer, der er tilknyttet Instituttets psykolognetværk. Netværket består af privatpraktiserende psykologer, som gennem en årrække har været tilknyttet forsvaret. Kontakt til forsvarets psykologer er mulig gennem en såkaldt krisetelefon, der er åben hverdage mellem kl. 19 og 21 og weekender samt helligdage mellem kl. 13 og 15. Behandling består i samtaler om de hændelser, som soldaten har været udsat for, og de følger der ofte støder til. I gennemsnit varer et psykologisk behandlingsforløb 5 – 6 timer.

### Kammeratstøtteordningen

Kammeratstøtteordningen består af en række tilbud til personel, der er vendt hjem efter en udsendelse. Ordningen er finansieret af forsvaret med 2 mio. kr. årligt. (2004 niveau).

Støtteaktiviteterne forestås af frivilligt personel, som har været udsendt i international tjeneste. Ordningen består af følgende tilbud:

- En døgnåben telefonlinie, som er beregnet til en uformel snak om forskellige problemer (kerneydelsen).
- E-post kontakt med chat- og netværksgrupper.
- Aktiviteter og socialt samvær for personellet.

### **Videreudvikling af støtteforanstaltningerne**

Forsvaret arbejder p.t. med forstærkning af indsatsen til støtte for udsendt personel, idet der fokuseres på en bred vifte af muligheder, herunder et idekatalog til praktisk og eventuel økonomisk hjælp til udsendte og pårørende (fx familiepakke).

### **Ved repatrieringer**

For personel, der repatrieres, gennemføres der om muligt et reinterview ved Institut for Militærpsykologis foranstaltning. Desuden fremsender forsvarets socialrådgivere et brev med tilbud om råd og vejledning ved forsvarets psykologer eller socialrådgivere. Om muligt følger socialrådgiverne brevet op med en telefonisk henvendelse til den repatrierede.

### **Ved udsendelse under særligt belastende vilkår**

Forsvaret tilpasser indsatsen i forhold til udsendt personel til de gældende vilkår. Som eksempel herpå kan nævnes gennemførelsen af særlige briefing forud for hjemtagning af soldater ved den spejderskadron, der i 2006 var indsat under krævende vilkår ved blandt andet Musa Quala i Afghanistan.

Det er den samlede vurdering, at forsvaret med de nuværende støttemuligheder dækker behovet for psykologbistand og socialfaglig rådgivning til nuværende og tidligere udsendte soldater.

For det personel, der blev udsendt i begyndelsen og midten af 90erne, er der ligeledes et stående tilbud om psykologhjælp og socialfaglig rådgivning. Dette er blevet understreget ganske mange gange i medierne og ved sammenkomster for soldaterne m.m. Det er endvidere indtrykket, at de privatpraktiserende læger er meget opmærksomme på at henvise til forsvarets psykologer, såfremt en patient har problemer, som kan hidrøre fra tjeneste som soldat.

For at imødegå en hver form for tvivl om forsvarets stående tilbud er det i øvrigt besluttet at skrive til ca. 20.000 personer, der har været udsendt siden 1992, med henblik på endnu engang at gøre opmærksom på forsvarets tilbud.