

РОБОТА З ЛЮДСЬКИМИ ТІЛАМИ І ОСТАНКАМИ: ЯК ПІДГОТУВАТИ СЕБЕ, ПІДЛЕГЛИХ ТА ТОВАРИШІВ.

Під час виконання завдання, вам, можливо, доведеться шукати та збирати тіла загиблих товаришів, щоб повернути їх додому і достойно поховати. Також, існує ймовірність, що ви збиратимете і хоронитимете тіла супротивника чи загиблих серед цивільного населення. Ви можете зіштовхнутися як і з невеликими, проте дуже особистими втратами, так і з великою кількістю вбитих. Серед загиблих можуть бути молоді чоловіки і жінки, літні люди, маленькі діти чи немовлята, до яких ми відчуваємо глибоке співчуття. Робота з останками тіл дітей, може бути надзвичайно важкою, особливо для тих, у кого є власні діти.

ЧОГО ОЧІКУВАТИ

Понівечені тіла викликають жах майже у всіх людей, хоча більшість з нас швидко формує міцний, психологічний захист, такий собі «панцир». На тілах можуть бути ознаки голоду, хвороб чи зневоднення (військовополонені чи жертви таборів), вони можуть бути розчавлені і витягнені з-під завалів (жертви бомбардування чи землетрусу). Тіла можуть бути жахливо спотвореними в результаті пожежі, вибуху, удару (наприклад, жертви авіакатастроф) чи в результаті умисно вчинених над ними злочинів.

Реакціями вцілілих можуть бути сум, гнів, шок, вдячність чи невдячність, оніміння або байдужість. Такі реакції особисто вам можуть здаватися доречними чи недоречним, вони також можуть впливати на ваші власні реакції на мертві тіла. Складніше сформувані захисний «панцир» тоді, коли причина смерті залишила незначні ознаки на тілі (наприклад, масове самогубство в Джонстауні, Гайана). Температура, клімат і часовий проміжок з моменту смерті визначає ступінь розкладання тіл. При розкладанні з'являється сильний запах. Людям, які працюватимуть з останками, можливо, доведеться торкатися їх, переносити, ймовірно також чути звуки розтинів чи інші звуки, пов'язані з похованнями. Ці відчуття можуть заважати роботі, а також викликати тривожні думки чи спогади. Працюючи з останками, багато людей починають гуморити, застосовувати так званий «чорний», «цвинтарний» гумор. Це нормальна людська реакція, свого роду «запобіжний клапан» для вираження дуже важких почуттів. Можуть виникнути й інші емоції, такі як печаль, жаль, відраза, огида, відчуття марності і безглуздя.

ЩО ПОТРІБНО

мішки для тіл/останків, лопати, форми звітності, ручки або олівці, пакети для особистих речей, етикетки, рукавички, окуляри, дезодоранти, засоби для дезінфекції.

ЩО РОБИТИ

ПЕРЕД ВИКОНАННЯМ ЗАВДАННЯ:

1. Дізнайтеся якомога більше про історію і обставини катастрофи чи трагедії. Чому і як це сталося? Намагайтеся зрозуміти те, що відбулося, як би це робив історик чи нейтральна слідча комісія.
2. Подивіться відео і фотографії з району операції. Можливим ресурсом можуть бути телевізійні чи любительські зйомки. Якщо відео/фотографії даної ситуації не є доступними, подивіться ті, що були зняті при попередніх аналогічних трагедіях. Подивіться їх всією командою, що виконуватиме завдання, і поговоріть про них.
3. Зрозумійте важливість і цінність вашого завдання. Надати можливість шанобливого поховання померлих (навіть якщо в деяких випадках це поховання є поспішним і масовим), зберегти останки загиблих від приниження звичайного розкладання на землі, допомогти вцілілим усвідомити, що їхні близькі загинули, а не залишати їх у невизначеності протягом багатьох років, а також створити безпечніше довкілля — все це надзвичайно складно, проте дуже важливо. Для забезпечення ефективності при роботі з людськими останками, зосереджуйтеся на загальній цілі вашого завдання, а не на окремій людині.

ПІД ЧАС ВИКОНАННЯ ЗАВДАННЯ:

1. Люди, які розбирають особисті речі потерпілих з метою ідентифікації і ті, хто бачив тіла чи працював з ними, не повинні бути одними й тими ж (різні групи людей для різної роботи).
2. Не оскверняйте тіла, не беріть з собою сувенірів. Крім того, що це злочинні дії, довготривалі наслідки подібної поведінки можуть бути досить непередбачуваними.

3. Проводьте похоронні церемонії згідно ваших вірувань. Військові капелани та / або місцеве духовенство може також провести обряди і церемонії.
4. Обмежте безпосередній контакт з тілами/останками. Використовуйте окуляри, захисні ширми, мішки, накривайте тіла, щоб люди якомога менше їх бачили, за винятком гострої необхідності. Одягайте рукавички, якщо потрібно торкатися тіл. Маскуйте запахи дезінфікуючими засобами, освіжувачами повітря або дезодорантами. (Використання парфумів чи лосьйонів після гоління мало допомагає при роботі з тілами, їх можна використовувати вже під час перерви чи закінчення завдання).
5. Коли дозволяє час і завдання, заплануйте часті короткі перерви між виконанням роботи.
6. Пийте багато рідини, продовжуйте їсти як звичайно і підтримуйте гігієну. По мірі можливості, забезпечте членам команди умови для миття рук, зміни одягу, приймання гарячого душу після кожної зміни. (Якщо ресурси води обмежені, члени команди повинні чітко розуміти скільки води їм можна використовувати і для чого).
7. Дайте можливість членам групи збиратися разом, щоб вони могли ділитися своїми думками і почуттями один з одним.
8. Запросіть військового психолога чи капелана до підрозділу після виконання особливо складної операції чи після важкої події.
9. Заплануйте командні та індивідуальні види діяльності для розслаблення, щоб люди могли подумати про щось інше, окрім трагедії. Не дозволяйте, щоб почуття провини чи розчарування з приводу того, що ви не в змозі виправити ситуацію, поглинуло вас. РОБІТЬ ТЕ, ЩО МОЖЕТЕ ЗРОБИТИ, використовуючи наявні ресурси. КРОК ЗА КРОКОМ.
10. Підтримуйте фізичну активність.
11. Якщо є така можливість, переконайтеся, що сім'ї військовослужбовців, які виконують важкі завдання, отримують необхідну інформацію і психологічну підтримку.
12. Зверніть ОСОБЛИВУ увагу на нових членів підрозділу, а також на тих, у кого вдома недавно відбулися значні зміни чи виникли сімейні проблеми. Якщо стрес, спричинений роботою з людськими тілами, починає заважати продуктивності праці або здатності розслабитися, не чекайте, ПРИЙМІТЬ МІРИ. Не ігноруйте стрес. Знайдіть когось, щоб поговорити про нові чи незвичні вам відчуття. Інші люди, ймовірно, відчують щось подібне. НЕ замикайтеся в собі. Також можна звернутися за допомогою до військового капелана, медика чи психолога.
13. Допомагайте вашим товаришам по службі, підлеглим чи старшим по званню, якщо помічаєте у них ознаки сильного стресу. Надавайте підтримку і підбадьорюйте, спробуйте розговорити людину, щоб вона висловила свої проблеми і почуття. Проте, звісно, не наполягайте. Проговорювання часто допомагає впоратися з ситуацією.

ПІСЛЯ ВИКОНАННЯ ЗАВДАННЯ:

1. Проведіть загальну зустріч («випускання пару»), де ще раз наголосіть на важливості і цінності виконаної місії.

Загальні зустрічі («випускання пару») - це короткі зустрічі, які проводяться як тільки загін чи підрозділ повертається з бою або інших місій. Також вони проводяться після важких / інтенсивних боїв з противником або чергувань, під час якого відбулося щось серйозне. Такі зустрічі є особливо важливими після критичних подій. Це – неофіційний захід і відбувається до того як учасники повністю задовільними свої тілесні потреби чи повернулися до виконання завдань.

Компоненти зустрічі «випускання пару»:

- Зібрати всіх членів підрозділу у безпечному і відносно зручному місці на короткий період часу (близько 15 хвилин).
- Дати їм можливість отримати напої (не стимулюючі) та звичні харчі.
- Дати їм можливість поспілкуватися між собою.
- Надати визнання і похвалу за складну місію, яку вони завершили.
- Дати інформацію щодо інших членів підрозділу, які були поранені чи загинули, щоб попередити плітки.
- Надати інформацію команді про те, де і як вони будуть відпочивати і відновлюватися.
- Дати короткий огляд подальших планів.
- При необхідності, можна надати дуже короткий огляд нормальних стресових реакцій, що можуть проявитися.

2. Приймайте участь в похованнях та церемоніях вшанування пам'яті загиблих.