

A hadseregekben előforduló öngyilkosságok okai

Nagy Levente

Nemzeti Közszolgálati Egyetem

Bevezetés

A katonaság intézménye az állam szolgálatára, a politikum akaratakán kiteljesítésére jött létre, tagjai pedig felvétel előtt fizikai, egészségügyi és pszichológiai vizsgálaton mennek keresztül. A szűrések célja az, hogy egy megbízható, a feladatot teljesíteni képes végrehajtó állomány álljon az állam szolgálatára, mely képes az állampolgárok megvédésére. Ugyanakkor a hadseregben is vannak ön- és közveszélyes egyének, akik veszélyt jelentenek akár még a civilekre is, illetve rossz fényt vetnek a szervezet hírnevére. Kutatásomban arra keresek magyarázatot, milyen tényezők hatására dönt egy katona úgy, hogy saját kezével véget vet életének.

Az öngyilkosság az egész társadalmat érintő probléma, a WHO szerint mintegy 700 000 ember dobja el életét évente, ugyanakkor ez egy nehezen kutatható téma, mivel a legtöbb országban tabunak számít az öngyilkosság, így sok helyen torzulhat a statisztika, nehéz a következtetések levonása, és a kiváltó okok beazonosítása. A hadseregekben általában a népességaránynál alacsonyabb számban szoktak öngyilkosságot elkövetni, ez feltehetőleg a már korábban említett vizsgálatoknak köszönhető, békeidőben törekednek arra, hogy csakis a legalkalmasabbak, a pszichésen legjobban terhelhetőek vállalhassanak katonai szolgálatot. Ugyanakkor figyelembe kell venni azt is, hogy a katonákat nagy számú rendkívüli behatás éri, melyek kikezdehtik a legacélosabbak idegeket is. Emiatt hiába a kiválasztás, az nem garantálja azt, hogy az állomány mentális egészsége töretlen marad. Sajnos ez akár még odáig is fajulhat, hogy egy katona véget vet életének.

Az öngyilkosság pszichológiai jelei

Az öngyilkossági szándék feltárása és az elkövetés megelőzése kulcsfontosságú a társadalom számára. A pszichológiai jelek felismerése lehetőséget ad az intervencióra és a segítségnyújtásra az érintettek számára, ezáltal képesek lehetünk eltántorítani őket szándékuiktól.

Az öngyilkossági szándék észlelése nem mindig könnyű, de néhány árulkodó pszichológiai jel utalhat rá. Az első és egyik legjelentősebb pszichológiai jel, amely az öngyilkosság felé mutat, a depresszió. A depresszió gyakori kiváltó oka az öngyilkosságnak, az elkövetők döntő része (59-87%) szenved tőle, és számos jele lehet, amelyek felhívják a figyelmet problémára. Az alacsony életkedv, a rossz hangulat és érdeklődés elvesztése az világi dolgok iránt, mind azt sugallhatják, hogy az illető mély depresszióba zuhant. Depresszió kialakulására a nők hajlamosabbak a férfiaknál, ugyanakkor a lakosság szűrésével és az érintettek kezelésével a probléma hatékonyan orvosolható, és jelentős mértékben vissza lehet szorítani az elkövetések számát. Ezt bizonyítja a 2000-2005 között zajló kiskunhalasi megelőzési program is, melynek köszönhetően az öngyilkossági ráta jelentős mértékben csökkent a térségben.

A második fontos pszichológiai jel a szorongás és a pánikrohamok előfordulása. Az intenzív szorongás, a folyamatos aggódás és a pánikrohamok jelentős stressz hatására alakulnak ki, és mentális megterhelést jelentenek az egyén számára. Ez a stressz elől való menekülés is növeli a suicid hajlamot, mivel a terhektől való könnyű megszabadulás ígéretével kecsgetet. A szorongás és a pánikrohamok gyakran társulnak más mentális egészségügyi problémákkal, mint például a depresszió vagy a poszttraumás stresszszindróma, és ezek együttes jelenléte fokozza az egyénben kialakuló menekülési vágyat.

Az alacsony önértékelés és az önértékelési zavarok is fontos pszichológiai jelek lehetnek, amelyek öngyilkossági kockázatra utalnak. Az alacsony önbecsülés, az önértékelési problémák és az egyéb önértékelési zavarok hozzájárulhatnak az öngyilkossági kockázathoz, mivel az érintett személyek úgy érezhetik, hogy nincs értelme az életüknek, vagy hogy nem érdemlik meg a boldogságot és a sikert, illetve nem tudnak megfelelni a környezetük által támasztott elvárásoknak.

Az impulzivitás, mint személyiségvonás, szintén egy veszélyes elem, rizikófaktor, mivel bármilyen élet kioltására alkalmas eszköz elérhető közelségbe kerülése kiválthatja az egyénből a cselekvés ingerét. Ezek nem átgondolt esetek, az esemény bekövetkezése előtt nem sokkal az ember még csak nem is gondol öngyilkosság elkövetésére, a pillanatnyi érzelmei és cselekvési opciói hatására vet véget az életének. Az impulzív cselekedetekre való hajlam fokozhatja az öngyilkossági kockázatot stresszhelyzetekben vagy érzelmi válságokban.

Végül, a kétségbeesés és a reménytelenség érzése az, mely kiválthat az emberből önpusztító cselekedetet. Az érzés, hogy nincs kiút vagy megoldás a problémákra, jelentősen növelheti az öngyilkossági kockázatot. A kétségbeesés és a reménytelenség érzése azt a benyomást keltheti, hogy a jövő reménytelen, nincs kiút a helyzetből, és az egyén úgy érzi, hogy mivel élete értelmetlenné vált, nincs más választása, csak az öngyilkosság.

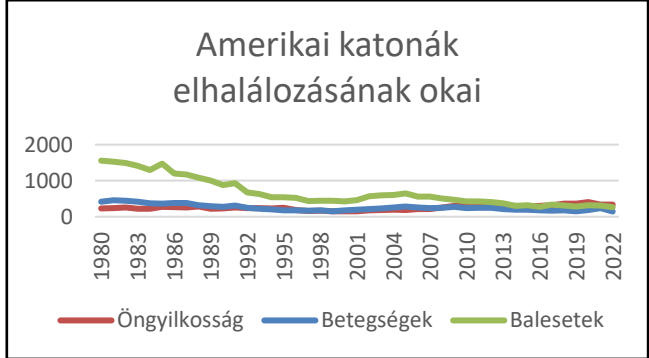
A katonákat érintő mentális megterhelések

Érdemes a katonákra ható mentális megterheléseket szétbontani, és kategóriák szerint csoportosítani. Az első kategóriába tartozó hatások azok, melyek a civil egyént is ugyanúgy elérhetik, ezek a szociális, Defence Mental Health and Wellbeing Strategy), nevű stratégiájukat, egzisztenciális hatások. Egy ember mentális állapotát befolyásolja a

szociális kapcsolatainak minősége, a családi hátterének stabilitása, a vagyoni biztonsága és egészségügyi állapota. A második kategóriába tartozó mentális megterheléseknek csakis a katonákat/a harcok által érintett civilekre jellemző. Ezek azok a tényezők, amelyek a harcok során érik az egyént, kiválthatja nagyfokú stressz vagy az átélt borzalmak feldolgozására való képesség hiánya (PTSD). Erre kiváló példa az a magyar katona, aki 2023.07.04-én vetett véget az életének, miután a koszovói KFOR misszió magyar tagjait súlyos sérülések érték. Zvecsán településnél összegyűlt szerb tüntetők rátámadtak a NATO katonákra, és 27 magyar katonát megsebesítettek. Közülük ketten válságos állapotban hagyták el a helyszínt, egyikükön végtagamputációt kellett végrehajtani. Ezt a borzalmas élményt nem sikerült egyik társuknak feldolgoznia, nem kapott elégséges mentális támogatást sem, ezért következhetett be ez a sajnálatos eset.

Öngyilkosság a hadseregekben

A modern hadseregek egyik fő problémája az öngyilkosság, mivel békeidőben vagy alacsony intenzitású konfliktusok esetében a katonaság legfőbb veszteségeit az öngyilkosok adják. Erre kiváló példa az Amerikai Egyesült Államok, ahol is az áldozatok nagy része 3 okból következett be; véletlen balesetek, betegségek és öngyilkosság.

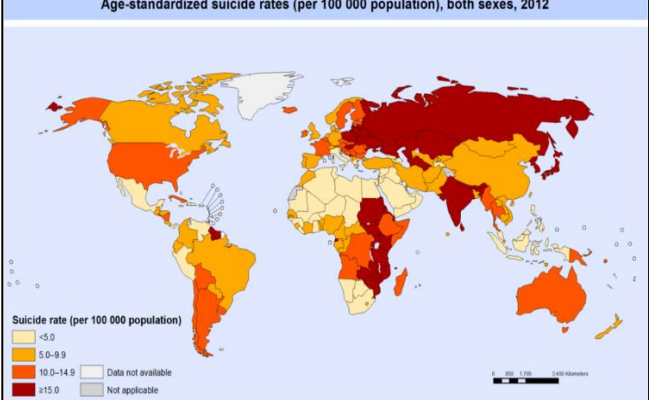


1.sz. ábra: Amerikai katonák elhalálozásának okai; Saját szerkesztés. Adatok forrása: Defense Casualty Analysis System: (1980-2022) *U.S. Active Duty Military Deaths by Year and Manner*. <https://dcas.dmdc.osd.mil/dcas/app/summaryData/deaths/byYearManner>

A statisztikából látható, hogy hagyományosan a balesetek szokták a legtöbb áldozatot követelni, ugyanakkor a trend napjainkra megváltozott, és az öngyilkosság vált a fő halálozási okká. Ezt a trendfordulást támasztják alá a német adatok is, ugyanakkor a briteknél még mindig feltűnően alacsonyak az arányok annak ellenére is, hogy az utóbbi időben határozott növekedést figyelhetünk meg ott is. A magyar honvédségre nem kívánok kitérni, mivel kis létszámából adódóan nem áll elegendő statisztika a rendelkezésünkre.

Érdemes az angolok adatait egy kicsit tüzetesebben is elemezni, ugyanis kiemelkedően élen járnak az öngyilkosság elkerülésében, amíg az USA-ban 24 ember lesz átlagosan öngyilkos 100 000 katonából, addig az angoloknál ez a szám csak 8,3/ 100 000 fő, tehát kijelenthetjük, hogy majdnem harmadannyian vetnek csak véget életüknek, mint az USA-ban, illetve feleannyian mint Német- és Franciaországban, ahol is ez a szám mindkét ország esetében 15/100 000 fő között mozog.

Vizsgáljuk meg, miben is rejlik az angolok sikeressége. Először is fontos figyelembe venni néhány általános, népekre, régiókra jellemző szociológiai tulajdonságot. A gazdasági kilátások, a boldoguláshoz való lehetőségek és a népi hagyományok nagymértékben befolyásolják az egyén öngyilkosságra való hajlandóságát. Megfigyelhetjük, hogy az újkorban, XVII-XVIII. között Nyugat-Európában volt a legmagasabb az öngyilkosok száma, majd ez a tendencia a századok során egyre keletebbre tolódott. Így eshetett meg az is, hogy 1968-87-ig Magyarország állt a ranglista élén, és néhány keleti megyénkben még mindig kiemelkedően magas ez a szám.



2.sz. ábra: More People Die from Suicide Than From Wars, Natural Disasters Combined. Voanews (2014) <https://www.voanews.com/a/more-people-die-from-suicide-than-from-wars-natural-disasters-combined/2438749.html>

Az Egyesült Királyság a fentebb említett szociológiai szempontok alapján kedvező helyzetben van, fejlett ország, lakossága élvezi az ország gazdasági prosperitását, illetve az öngyilkosság szokása sincs begyökeresedve társadalmába. A hadseregén belül is kiemelt figyelmet szentelnek az állomány mentális egészségének megőrzésére, 5 évente szokták felülvizsgálni a katonák mentális egészségéért és jólétéért (The Defence Mental Health and Wellbeing Strategy), nevű stratégiájukat, melynek az öngyilkosság megelőzése is részét képezi, külön akciótervet

dolgoztak ki. Az akcióterv 8 területre fókuszál, és többek között az okok felderítésére, adatgyűjtésre, edukációra és érzékenyítésre, illetve traumafeldolgozásra összpontosít.

Ugyanakkor az USA akciótervével összevetve nem figyelhető meg szignifikáns eltérés attól eltekintve, hogy a briteknél valamivel nagyobb hangsúlyt kap az öngyilkosság feldolgozása a munkakörnyezetben. Ebből kifolyólag az alacsonyabb arány sem feltétlenül a kezelésnek köszönhető, véleményem szerint sokkal inkább a katonák alkalmazási módja lehet döntő hatása. Az USA egy globális játékos, a föld minden pontján vannak katonai érdekeltségei, ezért hadseregének egy jelentős részét külföldön tartja, illetve a legtöbb katonai konfliktusnak részese. A britek, bár szoros kapcsolatot ápolnak az USA-val, és legtöbb missziójában támogatják is, mégse vesznek részt annyi harci cselekményben, ezáltal seregük kevésbé szenved PTSD-től. Ezt azért fontos kihangsúlyozni, mivel az amerikai veteránok körében nagyon magas a PTSD-sek száma, elérheti akár a 30%-ot is (misszió függő), ami megnöveli az öngyilkosságra való hajlamot. Nem véletlen, hogy egy amerikai veterán 72%-al nagyobb valószínűséggel lesz öngyilkos mint egy civil, aki sohasem szolgált a seregben. A briteknél ez az arány hasonló a missziós katonáknál, ugyanakkor figyelembe kell venni azt is, hogy míg az USA-ban az öszlétszám 13%-a teljesít szolgálatot külföldön, addig ez az angoloknál lényegesen alacsonyabb, mindössze 3%.

Konklúzió

Úgy vélem, hogy annak ellenére is, hogy ezt a témát rendkívül sok rejtély övezi, le tudunk vonni néhány fontos következtetést. Szerintem a katonák körében előforduló öngyilkossági hajlamot 2 dolog határozza meg; az országukra jellemző nemzeti jelleg, illetve a bevetésüknek a körülményei. Láthatjuk, hogy az öngyilkossági ráták országon belül hasonlóan alakulnak, a különbség tehát nem a civil és katona között, hanem az egyes országok között van. Abban az esetben válik el egymástól a két társadalom, amennyiben a katonák intenzív harci cselekményeknek vannak kitéve, ebben az esetben növekszik az önkézüleg végrehajtott halálozások száma. Éppen ezért magyar szempontból is rendkívül releváns a kérdés, hiszen a csádi misszió hatására valószínűleg több öngyilkos fog kitermelődni, erre az esetre fel kell készülni, és megfelelő szakértői segítséggel meg kell próbálni minimalizálni az öngyilkosságok elkövetését.

Felhasznált irodalom:

- [1] WHO: *Suicide* (2023) <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/suicide>
- [2] Center for Deployment Psychology: *Suicide in the Military* <https://deploymentpsych.org/disorders/suicide-main>
- [3] Pál Tamás: *Öngyilkos lett egy magyar katona Koszovóban* (2023) <https://telex.hu/belfold/2023/07/07/ongyilkos-lett-egy-magyar-katona-koszovoban>
- [4] Ministry of Defence: *Suicides in the UK regular armed forces; Annual summary and trends over time* (2024) https://assets.publishing.service.gov.uk/media/660bdecfb0f770011ec665e/UK_armed_forces_suicides_1984_to_2023.pdf
- [5] PubMed Central: *Suicidal behavior in German military service members: An analysis of attempted- and completed suicides between 2010 and 2016* (2021) <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8376105/>
- [6] Center for Deployment Psychology: *Suicide in the Military* <https://deploymentpsych.org/disorders/suicide-main>
- [7] dr. Zonda Tamás, Paksi Borbála, dr. Veres Előd, KSH: *Az öngyilkosságok alakulása Magyarországon (1970-2010)* (2013) <https://www.ksh.hu/docs/hun/xftp/idoszaki/pdf/muhelytanulmanyok2.pdf>
- [8] Ministry of Defence: *Armed Forces Suicide Prevention Strategy And Action Plan* (2023) https://assets.publishing.service.gov.uk/media/6446528bf12683000cca6677/Armed_Forces_Suicide_Prevention_Strategy_And_Action_Plan.pdf
- [9] Stop Soldier Suicide: *Veteran Suicide Statistics* <https://stopsoldiersuicide.org/vet-stats>
- [10] USA FACTS: *Where are US military members stationed, and why?* (2024) <https://usafacts.org/articles/where-are-us-military-members-stationed-and-why/>
- [11] Ministry of Defence: *Quarterly service personnel statistics* (2023) <https://www.gov.uk/government/statistics/quarterly-service-personnel-statistics-2023/quarterly-service-personnel-statistics-1-july-2023#uk-service-personnel>
- [12] Tóth Mónika Ditta: *Az öngyilkossági kísérletezés pszichoszociális háttértényezőinek vizsgálata.* (2016)
- [13] Robert Bayley: *Reducing Suicide: A National Imperative.* (2002) <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK220933/> Letöltés: 2024. 05. 13.
- [14] Rihmer Zoltán et al.: *A felnőttkori öngyilkos magatartás felismeréséről, ellátásáról és megelőzéséről.* (2017)

Ábrajegyzék:

- [1] Saját szerkesztésű ábra. Adatok forrása: Defense Casualty Analysis System: (1980-2022) *U.S. Active Duty Military Deaths by Year and Manner*. <https://dcas.dmdc.osd.mil/dcas/app/summaryData/deaths/byYearManner>
- [2] Voanews: *More People Die from Suicide Than From Wars, Natural Disasters Combined.* (2014) <https://www.voanews.com/a/more-people-die-from-suicide-than-from-wars-natural-disasters-combined/2438749.html>