

ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΑΓΝΟΟΥΜΕΝΑ ΜΕΛΗ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ ΤΟΥΣ

Κάθε μέρα, άνθρωποι αγνοούνται κατά τη διάρκεια ένοπλων συγκρούσεων, βίας, μετανάστευσης ή καταστροφών. Η τύχη τους είναι άγνωστη και οι οικογένειές τους δεν γνωρίζουν αν οι αγνοούμενοι είναι νεκροί ή ζωντανοί. Οι οικογένειες ζουν με την αβεβαιότητα και πολλοί αναζητούν τα αγαπημένα τους πρόσωπα. Τα άτομα με αγνοούμενους οικείους θα επηρεαστούν, και θα πρέπει να γνωρίζουν ότι η κατάσταση είναι μη φυσιολογική· όχι τα ίδια άτομα που βιώνουν την εμπειρία ότι κάποιο μέλος της οικογένειας τους αγνοείται. Ο τρόπος με τον οποίο αντιδρούν οι άνθρωποι σε αυτή τη διφορούμενη απώλεια ποικίλλει, παρόλο αυτά θα προκύψουν μερικά κοινά θέματα:

- Η συνεχής αβεβαιότητα για τα αγνοούμενα άτομα έχει συνέπειες που διαρκούν και επηρεάζουν πολλούς τομείς της ζωής ενός ατόμου, όπως τον συναισθηματικό (απώλεια, θλίψη και ελπίδα), τον ψυχολογικό τομέα (αδυναμία λήψης αποφάσεων), το σωματικό (δυσφορίες, πόνοι και διαταραχές ύπνου), τον πολιτισμικό (αίσθημα αποστασιοποίησης από την κουλτούρα κάποιου, που μπορεί να μην αναγνωρίζει την απώλεια), τον οικονομικό (απώλεια του ατόμου που τον/την υποστηρίζει) και τον κοινωνικό τομέα (η ταυτότητα δεν είναι ξεκάθαρη καθώς δεν είναι ούτε παντρεμένος ούτε ελεύθερος· δεν έχει διεξαχθεί τελετή ταφής).
- Μπορεί να αυξηθούν οι οικογενειακές συγκρούσεις και οι δυσκολίες στις σχέσεις καθώς τα μέλη διαχειρίζονται την απώλεια με διαφορετικούς τρόπους.
- Δυσκολίες στο να είναι παρόντες στην καθημερινή ζωή και να συμμετέχουν στη ζωή τους, χωρίς τα αγνοούμενα μέλη της οικογένειάς τους.

ΠΩΣ ΝΑ ΤΑ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΕΤΕ

Λαμβάνοντας υποστήριξη, τα περισσότερα άτομα μπορούν να μάθουν να προσαρμόζονται και να ζουν με την εμπειρία της διφορούμενης απώλειας, εστιάζοντας στις δικές τους ζωές στο παρόν και επενδύοντας στην προσωπική τους ανάπτυξη. Για να βοηθήσετε τις οικογένειες να διατηρήσουν τις καθημερινές τους ρουτίνες και να διαχειριστούν τη συνεχή αβεβαιότητα εστιάζοντας στο να «ζουν καλά με» ή «παρά» την κατάστασή τους, αντί να «σταματούν να ζουν» μέχρι να επιλυθεί η αμφισημία, οι ακόλουθες συμβουλές μπορεί να είναι χρήσιμες:

- Αναγνωρίστε την απώλεια και οποιοδήποτε δυσφορικό στρες ακούγοντας τις περιγραφές των προσώπων που βιώνουν την απώλεια.
- Κανονικοποιήστε τα συναισθήματά τους χρησιμοποιώντας γλώσσα που επιβεβαιώνει τα βιώματά τους την εμπειρία τους: "Είναι κατανοητό να αισθάνεστε..."
- Υποστηρίξτε την «ανάγκη να μάθουν» αναλαμβάνοντας μια προσέγγιση ενεργή για τον εντοπισμό των αγνοουμένων.
- Να έχετε ευαισθησία στους πολιτισμικούς κανόνες και στο πώς το πολιτισμικό πλαίσιο επηρεάζει τον αντίκτυπο της απώλειας. Θα μπορούσαν να διατυπωθούν ερωτήσεις: «Πώς αντιμετωπίζεται το γεγονός όταν ένα αγαπημένο σας πρόσωπο αγνοείται από την δική σας πολιτισμική ομάδα; Πού θα μπορούσατε να βρείτε υποστήριξη στην κοινότητά σας;»
- Υιοθετήστε μια σφαιρική προσέγγιση υποστήριξης που μπορεί να περιλαμβάνει βοήθεια σε νομικά ζητήματα και κοινωνικά θέματα, ενεργοποιήστε διασυνδέσεις με άλλους, συμπεριλαμβανομένων συλλόγων ατόμων που έχουν βιώσει παρόμοια απώλεια, καθώς και συνηγορήστε για τελετουργίες και τελετές εις μνήμην (μνημόσυνα).
- Παρέχετε ρεαλιστικές πληροφορίες και διαχειριστείτε τις προσδοκίες σχετικά με τις υπηρεσίες Αποκατάστασης Οικογενειακών Δεσμών (RFL), όπως π.χ. το χρονοδιάγραμμα οποιασδήποτε υπόθεσης εντοπισμού.
- Εξασκηθείτε στην επικοινωνία ειδήσεων με ψυχοκοινωνικά υποστηρικτικό τρόπο.
- Εξασκηθείτε στη φροντίδα του εαυτού σας για να είστε σε θέση να συνεχίσετε να παρέχετε υποστήριξη. Είναι σημαντικό να θυμάστε ότι οι ιστορίες των ατόμων που ζητούν πληροφορίες δεν είναι δικές σας ιστορίες. Μην τις παίρνετε αυτές ούτε τη θλίψη τους στο σπίτι σας.
- Μάθετε να υπομένετε την αβεβαιότητα. Δεν είναι πάντοτε δυνατό να εντοπιστεί ένα αγνοούμενο άτομο.

Για περισσότερες συμβουλές και πληροφορίες σχετικά με την υποστήριξη των οικογενειών των αγνοουμένων: <https://ifrc.csod.com/>

Όλοι έχουν ανάγκη να γνωρίζουν τι συνέβη στους αγνοούμενους συγγενείς τους. Ο Ερυθρός Σταυρός και το Ανανεωμένο Κίνημα του Ερυθρού Σταυρού βοηθά στον εντοπισμό των αγνοουμένων και το δίκτυο Αποκατάστασης Οικογενειακών Δεσμών ενώνει ξανά τις οικογένειες, όπου και όποτε είναι δυνατό.

IFRC Psychosocial Centre

Hejrevej 30, st.

2400 Copenhagen NV.

Denmark



www.pscentre.org

psychosocial.centre@ifrc.org

facebook.com/Psychosocial.Center

linkedin.com/company/ifrc-ps-centre

twitter.com/IFRC_PS_Centre

instagram.com/ifrc_psychosocialcentre

Η μετάφραση στα ελληνικά έγινε από τα **Παιδικά Χωριά SOS Ελλάδος**. Σε περίπτωση οποιασδήποτε ασυνέπειας μεταξύ της αγγλικής και της ελληνικής έκδοσης, η πρωτότυπη αγγλική έκδοση θα είναι επίσημη και αυθεντική. Το παρόν είναι επίσημη δημοσιευμένη μετάφραση και δημιουργήθηκε για την ανταπόκριση στις ανάγκες υποστήριξης κρατικών και μη φορέων, εμπλεκόμενων στην διαχείριση καταστάσεων έκτακτης ανάγκης και κρίσεων στην Ελλάδα.