Militär själavård som personalvårdande insats inom Försvarsmakten

av Håkan Nilsson

Résumé

We live in a time of profound social and existential upheaval. Global concerns about existential threats are increasingly prevalent in media coverage, particularly in relation to the war in Ukraine and the conflict between Israel and Hamas. Personnel in the Swedish Armed Forces are not immune to the stress caused by this turbulent environment. One approach to alleviating the stress experienced by military personnel is the introduction of military soul care management as part of a staff care initiative. This method draws on Viktor Frankl's logotherapeutic techniques, including Socratic dialogue, paradoxical intention, and de-reflection. The goal of military soul care management is to recognize army personnel as holistic beings – physically, psychologically, and spiritually – and to strengthen their resilience.

DET SÄKERHETSPOLITISKA LÄGET spås nu och i framtiden öka kraven på ett starkt svenskt försvar. I Sverige har de ekonomiska anslagen till Försvarsmakten ökat med 34 procent från 2020.[1] Det har ropats efter mer materiel och mer personal, och till delar har dessa rop fått svar. Oavsett vad vi tycker om denna satsning på det svenska försvaret har en ny tid randats. I vår närmast synrand ser vi att de militära spänningarna av existentiell art har ökat i vår omvärld. Detta påkallar behovet av en Försvarsmakt som kan svara upp på Natos krav, men även till de existentiella hot som vi troligen får lära oss att leva med.[2] För personal inom Försvarsmakten handlar det nya omvärldsläget bland annat om att hålla sig med personalvårdande insatser som kan buffra för den stress personalen tvingas leva med i en tid av ökad spänning och vapenskrammel. I detta sammanhang vill jag argumentera för vikten av att föra in militär själavård som ett verktyg i det personalvårdande arbetet.

Militär själavård – ett motsägelsefullt begrepp

Militär själavård som begrepp och praktik torde för många, kanske inte minst för troende, uppfattas som provocerande. Förled och efterled i detta särskrivna begrepp synes motsägelsefullt. Detta till trots finns det här anledning att belysa denna personalvårdande insats som kan få en stor betydelse för Försvarsmaktens anställda. Detta återkommer jag till. Men först vill jag kort redogöra för hur detta begrepp kan förstås i åtskiljande termer (militär, själavård) och som ett sammanbindande koncept (militär själavård).

Militär, i ordets svenska kontext, ska i förstone förstås som fredsbevarande insatser som utgörs av militära förband knutna

till den svenska Försvarsmakten. Den andra sidan av begreppet, som vi inte kan bortse ifrån, signalerar väpnade makter som avser försvara territoriella gränser intill dödlig utgång. Denna destruerande sida av begreppet blir ur ett kristet perspektiv svårt att försvara, eftersom det riskerar att bryta mot det kristna budordet att inte dräpa.[3] Till yttermera har vi som kristna fått lära att vända andra kinden till[4] och att älska våra fiender.[5] Det blir alltså ur en kristen troskontext svårt, för att inte säga omöjligt, att försvara våld, i någon form. Vi får anledning att återkomma till detta påstående, men först något om det andra efterledet, själavård.

Själavård, den andra termen i begreppet, är knutet till en kristen (kyrklig) troskontext som handlar om att möta konfidentens existentiella, mentala och andliga hälsa. Det själavårdande samtalet skiljer ut sig från det rena terapeutiska (behandlande) samtalet genom att det vilar på en andlig kristen grund, som syftar till att få konfidenten att komma till insikt om sig själv och där det finns en högre makt att vägledas av. Det betyder emellertid inte att konfidenten nödvändigtvis behöver vara troende för att ta del av själavården, men däremot att hen accepterar att samtalet kommer att vidröra frågor om (kristen) tro och om treenigheten (Fader, Sonen och Helig Ande).

Militär själavård, för att föra dessa båda termer samman, bör i min mening förstås som en personalvårdande handling som erbjuder ett militärt komplement till traditionell själavård som utförs av präster och diakoner. Med militär själavårdshantering avses en personalvårdande insats som syftar till att hjälpa individen att hitta mening och värderingar sprungna ur en kristen troskontext, och som kan vara till hjälp i en utsatt och många gånger sårbar situation. Konkret handlar det om att främja individens fysio-psyko-andliga utveckling och resilienta förmåga.[6] Olika förband har olika krav på individers fysiska och psykiska prestationsförmåga, som vi inte behöver gå närmare in på. Andliga krav tycks däremot vara ett obefintligt krav inom Försvarsmakten.

För att hitta andliga krav inom en militär kontext får vi söka i historien och närma oss andra kulturen (t ex den japanska samurajkulturen, Tempelherreorden m fl) än den svenska för att hitta förebilder. Men det bör påpekas att vi även i nutid hittar exempel på andliga krav inom armén, såsom inom den kanadensiska och amerikanska armén.[7] Med det som sagts så här långt finns det däremot anledning till att skilja på militär och andlig själavård. Militär själavård handlar om att bygga upp individens resiliens (motståndskraft), medan religiös själavård är något väsensskilt – att rädda själen. Och kanske är det just själen som brustit och ropar efter tröst och hjälp hos de soldater som vårdas för PTSD.

Militär själavård – balansen mellan våld och kärlek

När det gäller den praktiska sidan av militär självårdshantering börjar fältprästens arbete med att fråga individen: ”Vad har du kommit hit för att få prata om? Och hur kan jag hjälpa dig?” Frågornas öppenhet syftar till att hjälpa individen att bli medveten om och ansvarig inför uppgifter och roll i den operationella verksamheten.

Fältprästen tillämpar med andra ord en existentiell analys som syftar till att leda individen mot en ökad insikt och ansvarstagande inför den egna situationen. Denna sorts insiktskådande och medvetna ansvarsprocess ska i den militära självårdshanteringen hjälpa individen att finna tröst, frid, värdighet och syfte i det uppdrag hen åtagit sig att utföra. I detta uppdrag inbegrips både fredsbevarande arbete som att ta liv. Våldshandlingar,

som vi redan kort vidrört, kan vara svåra att försvara ur ett kristet perspektiv.

Och även om Jesus var emot all form av våld och i stället predikande om *kärleken till nästan*[8] är vi som ofullkomliga människor oförmögna att leva upp till detta levnadssätt. För att hitta ett analogt, om än kanske långsökt exempel till, försvar för våld ur en kristen kontext får vi gå till aposteln Paulus, som i Apostlagärningar framställs som en våldsverkare av rang.

Det berättas att Paulus inte försatt några tillfällen till att jaga kristna, ställa dem till doms, inte sällan med en dödlig utgång. Men något hände Paulus. På vägen till Damaskus omgavs han av ett ljussken som slog honom till marken. Det var Jesus som var det ljus som ledde Paulus till en omvändelse. Och från den dagen blev han en kärlekens apostel. Utan att försvara våld har vi exempel på detta i Bibeln (Nya Testamentet) från en av de stora kristna förebilderna. Vänder vi blicken mot Gamla Testamentet hittar vi många fler exempel på våldshandlingar. I Första Mosebok 6:11 står till exempel att läsa: ”…och jorden var full av våld.” Frågan som påkallar ett svar är hur vi kan rättfärdiga försvar av våld inför främmande makt? Sverige har ju en lång tradition av att ha varit ett neutralt land som varit skonat från krig i närmare 250 år. Att vi nu blivit en del av Nato behöver inte innebära, även om risken nu ökar, att hamna i krig. Och även om det kristna kärleksbudskapet är vägledande för den troende kan det inte vara moraliskt förkastligt att ur en kristen kontext få försvara sitt land mot fientliga angrepp, om detta skulle inträffa.

Militär själavård – några praktiska grunddrag

Vi lämnar nu denna begreppsgenomgång och lyfter istället blicken mot det praktiska genomförandet av militär själavård. Den militära själavårdshanteringen, åter i min mening, är inspirerad av den österrikiske psykiatrikern Viktor Frankls (1905–1997) existentiella psykologi, där tre hörnstenar är bärande i hans meningscentrerade terapi: *Sokratisk dialog* (d v s öppna och självreflekterande frågor), *paradoxal intention* (d v s kontrafobisk attityd) och *de-reflektion* (d v s omriktat fokus).[9]

Sokratisk dialog används av fältprästen för att uppmuntra personen att hitta sina egna lösningar genom att ställa frågor som: Vad händer om…? eller Vad kan vi anta i stället? Det handlar om att engagera individen genom att använda sig av förnuftsresonemang som öppnar dörren för egenreflektion.

Paradoxal intention, å andra sidan, är användbart för att bryta upp personens kontrollbeteenden (t ex fobier, tvångssyndrom) genom att visa personen hur man omfamnar just det som hen är rädd för. Ordet ”paradoxal” är menat att instruera personen att låta dåliga saker hända. Detta i motsats till övertalningstekniker som försöker övertyga en person att inte göra dåliga saker.[10]

De-reflektion, ger psykiatern personen möjlighet att ”de-reflektera” (omrikta) sin medvetenhet från saker som orsakar störning till mer meningsfulla aspekter: ”Genom de-reflektion är patienten i stånd att ’ignorera’ sin neuros genom att fokusera sin uppmärksamhet bort från sig själv.”[11]

Militär själavård – ett mellanmänskligt möte

Militär själavård som teknik karakteriseras vidare som ett Jag-Du-förhållande, för att använda den judiske teologen och filosofen Martin Bubers (1878–1965) terminologi. Bubers Jag-Du-relation präglas av en ömsesidig respekt mellan partnerna.[12] Båda ses som subjekt och lika viktiga i det

mellanmänskliga mötet. Omvänt talar Buber om Jag-Det-relationer. Här råder en asymmetrisk relation som präglas av en objektifiering mellan ett Jag (subjekt) i relation till ett Det (objekt). I en militär kontext råder av naturliga orsaker en Jag-Det-relation, vilket kan försvaras psykologiskt med att dehumanisering torde vara något av en förutsättning för våldshandlingar. Men här vill jag reservera mig för att en Jag-Du-relationen inte är omöjlig att inta till en fiende. Här går mina tankar till den närmast episka fotbollsmatch (24 december 1914) som utspelade sig mellan franska, brittiska och tyska styrkor under första världskriget.

Balansgången mellan dessa olika relation (Jag–Du, Jag–Det) är av intresse för det militära själavårdande perspektivet att diskutera vidare. I dialog med fältprästen bör individen få utrymme dels för att diskutera de buberska relationer som nämnts, dels komma till rätta med de tre typerna av personlig utveckling som redan nämnts: fysiologisk, psykologisk och andlig. Målet med den militära själavården är i ett vidare perspektiv att individen hittar mening trots sina livsomständigheter, och den frågan som bör ställas är enligt Frankl: Vad förväntar sig livet av mig?[13] Annorlunda uttryckt: Vad förväntar sig Försvarsmakten av mig?

Författaren är fil dr i välfärd och socialvetenskap och har en fil lic i religionsvetenskap med religionspsykologi.

Noter

1. *Försvarsbudget*, Regeringskansliet, *https://www.regeringen.se/regeringens-politik/forsvarsbudget/*, (2024-10-20).
2. Nilsson, Håkan: ”Upplevelsen av existentiella hot – ett hot mot folkhälsan!?”, *Socialmedicinsk tidskrift*, vol 101, nr 1 2024, s 21-38.
3. 2 Mos 20:13.
4. Matt 5:39.
5. Matt 5:44-45.
6. Marshall, Derrick och Pichette, Yvon: ”Spiritual resiliency in the Canadian armed forces”, *Canadian Military Journal*, vol 17, nr 2 2017.
7. Ibid; Weitzman, Steven: ”Strategic spirituality: Positive psychology, the army, and the ambiguities of ‘spirituality fitness’”, *Journal of the American Academy of Religion*, vol 89, nr 1 2021, s 240-271.
8. Luk 10:27.
9. Frankl, Viktor: *The doctor and the soul. From psychotherapy to logotherapy*, Vintage Books, New York 1986.
10. Ibid.
11. Ibid, s 259.
12. Buber, Martin: *I and Thou*, (A new translation with prologue and notes by Walter Kaufman, A Touchstone Book), Simon and Schuster, New York 1997.
13. Op cit, Frankl, Viktor, se not 9.