

Univerza v Ljubljani  
Fakulteta *za družbene vede*



**M** **Mirovni inštitut**  
Inštitut za sodobne družbene in politične študije  
**The Peace Institute**  
Institute for Contemporary Social and Political Studies



Raziskovalni projekt:

# **VOJAŠKOSPECIFIČNI DEJAVNIKI TVEGANJA ZA DOBROBIT IN ZDRAVJE VOJAŠKIH DRUŽIN**

Fakulteta za družbene vede, Univerza v Ljubljani

**Raziskovalni projekt: Vojaškospecifični dejavniki tveganja za dobrobit in zdravje vojaških družin**

**Vodja projekta:** izr. prof. dr. Janja Vuga Beršnak, janja.vuga@fdv.uni-lj.si

**Financer:** Javna agencija za raziskovalno dejavnost Republike Slovenije (J5 – 1786).

**Trajanje projekta:** 2019–2022

**Člani in članice projekta:**

FDV, Obramboslovni raziskovalni center: izr. prof. dr. Janja Vuga Beršnak, prof. dr. Ljubica Jelušič,

doc. dr. Jelena Juvan, asist. dr. Klemen Kocjančič, Gašper Ferme, mag. in Maja Škafer

FDV, Center za socialno psihologijo: prof. dr. Alenka Švab, doc. dr. Andreja Živoder

FDV, Center za informatiko in metodologijo: izr. prof. dr. Bojana Lobe

Mirovni inštitut: dr. Živa Humer

**Sodelujoči:**

Alpen-Adria-Universität Klagenfurt, Inštitut za psihologijo: prof. dr. Heather Foran

Slovenska vojska, psihologinja: mag. Nataša Troha

**Oblikovanje:** Urška Špeh

**Lektura:** Polona Otoničar Pajk

**Namen raziskovalnega projekta je bil celostno raziskati dejavnike tveganja, ki vplivajo na blagostanje in zdravje vojaških družin v Sloveniji.** Analiza empiričnih podatkov je zajela tako mikro, mezo kot makro raven družbenega delovanja, pri čemer smo oblikovali lasten model temeljnih kazalnikov zdravja in blagostanja vojaških družin ter dejavnikov tveganja, ki vplivajo nanje. Dejavnike tveganja smo umestili v Bronfenbrennerjev socialnoekološki model. Ugotoviti smo tudi želeli, ali so dejavniki tveganja resnično vojaško specifični, torej, ali statistično pomembno odstopajo v primerjavi s civilnim okoljem, zato smo **kvantitativni del raziskave v obliki anketnih vprašalnikov izvedli tako na vojaškem kot na civilnem vzorcu.**

# METODOLOGIJA IN VZORČENJE

Uporabili smo zaporedni raziskovalni načrt, pri čemer smo sledili v nadaljevanju opisanim korakom.

## 1. Ekspertni intervjuji

Med februarjem in majem 2020 smo izvedli **ekspertne intervjuje**, s katerimi smo želeli pridobiti vpogled v trenutno stanje na področju dobrobiti in zdravja vojaških družin, predvsem pa ugotoviti:

1. kakšne so potrebe pripadnikov/-ic po institucionalni opori in kolikšna jim je ponujena;
2. ali so v populaciji prisotni posamezni dejavniki tveganja, ki so posredna ali neposredna posledica vojaškega načina življenja in vplivajo na zdravstveno stanje vojaških družin;
3. ali so opazne določene težave pri pripadnikih/-icah (zdravstvene, družinske, težave v odnosih med partnerji/-icami ter med starši in otroki, uporaba psihoaktivnih substanc idr.);
4. ali institucionalni akterji izven vojske (npr. šole, centri za socialno delo, osebni zdravniki/-ice ali pediatri/-inje) zaznavajo specifične dejavnike tveganja in zdravstvene izzive pri pripadnikih/-icah ali njihovih otrocih ter če in kako ob tem akterji ukrepajo (postopki, protokoli idr.).

**V vzorec je bilo vključenih 41 strokovnjakov/-inj**, od tega 31 iz vojaškega okolja (npr. vojaški psihologi, vodniki, vojaški duhovniki, osebe, odgovorne za skrb za pripadnike, vojaška obveščevalna služba) in 10 iz civilnega okolja (iz šol, vrtcev, civilne policije, centrov za socialno delo in drugi).

## 2. Merjenje kazalnikov zdravja in dejavnikov tveganja v treh vzorcih

**V drugem koraku je bila v obdobju od novembra 2020 do marca 2021 izvedena spletna anketa na treh vzorcih**, in sicer med pripadniki/-icami SV, partnericami/-ji pripadnikov/-ic SV ter med civilno populacijo.

Ti podatki predstavljajo **osrednji vir informacij o dejavnikih tveganja za dobrobit in zdravje vojaških družin**.





## Vzorčenje

**V vojaškem vzorcu** smo se odločili za nenaključno kvotno vzorčenje, pri čemer smo kvote opredelili glede na fokus raziskave (spol, število otrok). Večino anketirancev tako predstavljajo pripadniki/-ice vojske na taktični ravni.

Za vzorec partneric/-jev smo uporabili nenaključno namerno vzorčenje (vsakega pripadnika/-ico, ki je sodeloval/-a v raziskavi, smo prosili, da povabi k izpolnjevanju ankete svojega/-o partnerja/-ico).

**Civilni vzorec** je bil izbran na podlagi kvot (tj. spola in števila otrok), ki veljajo za splošno populacijo.

**Vzorec je skupaj zajemal 893 anketirancev/-k.** V vojaški populaciji je na vprašalnik odgovorilo 386 anketirancev/-k, med partnericami/-ji pa 92. V civilni populaciji je bilo število anketirancev/-k 433.

## V analizi smo se osredotočili na naslednje vidike dobrobiti in zdravja družin:

- dobrobit otrok in mladostnikov,
- intimnopartnerski odnosi,
- intimnopartnersko nasilje,
- zloraba alkohola in psihoaktivnih substanc,
- duševno zdravje (s poudarkom na pojavnosti depresije in PTSM) ter
- samoocena zdravja anketiranih.

## 3. Poglobljeni intervjuji med polnoletnimi otroki iz vojaških družin

V tretjem koraku smo med **januarjem in marcem 2022** izvedli poglobljene intervjuje s polnoletnimi otroki iz vojaških družin, katerih starš, ki je pripadnik/-ica SV, je bil/-a najmanj enkrat na MOM ali daljšem izobraževanju v tujini v času njihovega odraščanja.

### Zanimalo nas je:

- kako otroci in mladostniki v času odraščanja doživljajo dolgotrajne in običajno ponavljajoče se odsotnosti enega ali obeh staršev zaradi potreb vojaške službe,
- kako odsotnosti starša vplivajo na njihova vsakdanja življenja in življenjski potek ter
- katere strategije obvladovanja odsotnosti in drugih specifik odraščanja v vojaških družinah razvijajo in uporabljajo v svojem vsakdanjem življenju.

V vzorec je bilo vključenih **14 odraslih otrok iz vojaških družin** v Sloveniji.

V nadaljevanju sledijo ključne ugotovitve empiričnega dela projekta.



## 1 V VOJAŠKIH DRUŽINAH ODRAŠČAJOČI OTROCI IN MLADOSTNIKI

- **Večkratne in dolgotrajne odsotnosti enega izmed staršev v času odraščanja so za otroke izjemno psihološko obremenjujoče.** V zgodnjem otroštvu prevladujeta pogrešanje starša in nerazumevanje, zakaj je starš odsoten, mestoma se pridruži tudi strah za starša. V poznejšem otroštvu in mladostništvu pa prevladuje predvsem pogrešanje v smislu manka neposredne prisotnosti ter tudi podpore pri reševanju konkretnih težav. Večinoma otroci izkazujejo precejšnjo navezanost na pripadnika/-ico kljub odsotnosti, ki jo premoščajo s pogostimi stiki prek digitalne tehnologije in večkratnimi obiski, kadar je to mogoče. Nekateri otroci so se skupaj z družinami večkrat preselili v drugo državo zaradi dela pripadnika/-ice. V tem primeru družina ostane skupaj, vendar pa se otroci soočajo z drugačnimi, pogosto psihološko izjemno obremenilnimi prehodi, povezanimi predvsem z nenadno zapustitvijo svojega socialnega in institucionalnega okolja, predvsem vrstnikov, prijateljev, šole. Otroci so pogosto primorani kmalu prevzemati večjo vlogo v družinskem življenju, npr. večjo vključenost v gospodinjska opravila, pomoč mlajšim sorojencem/-kam, ter tudi prej prevzemati večjo odgovornost za svoja življenja, npr. skozi samostojnost v preživljanju prostega časa, šolskih obveznostih. Pogosto poročajo tudi o strožji vzgoji in jasnejših mejah v primerjavi s sovrstniki. Poudarjajo pomen komunikacije in pogovora v vsakdanjem življenju. Nekateri izpostavljajo pomembnost poklica vojaškega življenja za varnost in mir v družbi, so ponosni na svoje starše in svoje odrekanje (odsotnost starša) doživljajo kot prispevek k družbi. Vendar pa odsotnost starša ni povezana le z MOM, daljšimi izobraževanji v tujini, daljšimi dnevnimi migracijami, pač pa tudi z nadpovprečnimi delovnimi obremenitvami, kjer pripadnik/-ica, predvsem tisti na odgovornejših položajih, pogosto svoje delo opravlja tudi doma, v prostem času. Nekateri izpostavijo, da imajo njihovi starši dve družini – poleg svoje še vojaško družino (tovarištvo med pripadniki/-icami).

- **Z vidika dobrobiti otrok so dolgotrajne in ponavljajoče se odsotnosti jasen stresni faktor vojaških družin v Sloveniji.** Odsotnosti so obremenjujoče tudi za starše oz. za družinsko življenje in odnose v družini. Večkratne spremembe družinske dinamike in prekinitve rutin v vsakdanjem življenju zahtevajo kompleksne psihološke in vedenjske prilagoditve družin, pri čemer starši, ki ostanejo z otrokom, prevzemajo večino bremen; tako instrumentalna (zadovoljevanje potreb in skrb za obveznosti) kot psihološka in čustvena (vzdrževanje odnosov in zagotavljanje dobrobiti) bremena.

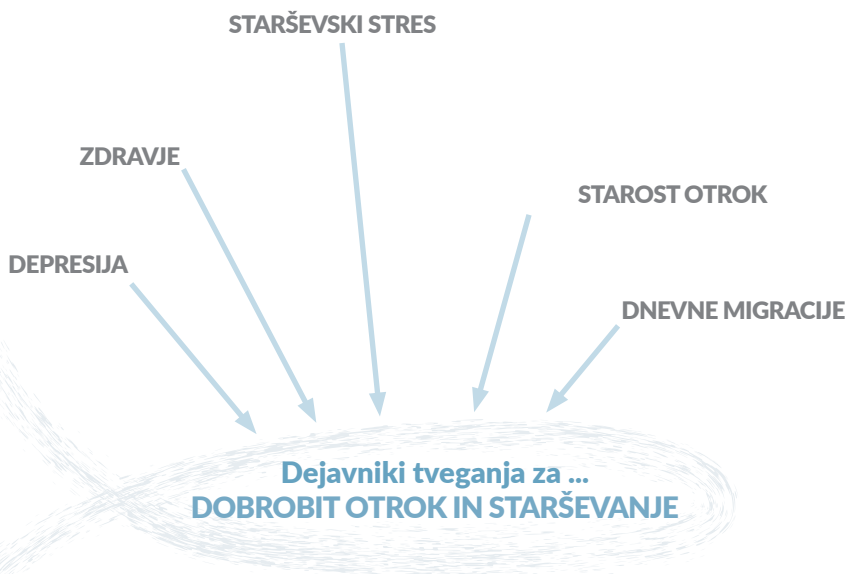
- **Ugotavljamo, da v Sloveniji ni zadostne sistemske podpore,** ki bi vojaškim družinam olajšala pripravo na odsotnost pripadnika/-ice in soočanje z njo.

- **Primerjava podatkov iz vojaškega in civilnega vzorca kaže**, da kljub specifičnim problemom, ki zadevajo vojaške družine zaradi odsotnosti, starši v vojaških družinah ocenjujejo dobrobit otrok boljše kot v civilnem vzorcu. Starši v vojaških družinah bolje ocenjujejo otrokovo fizično in čustveno zdravje.

Starševanje je v vojaških družinah manj verbalno in fizično nasilno kot v civilnem vzorcu.

Prav tako so znotraj vojaških družin prepoznane pozitivne starševske prakse.

Starševski stil tako vojaških družin kot civilnega vzorca je pretežno avtoritativen, z visokimi pričakovanji. Starši so proaktivni, vzpodbudni in podpirajo željeno vedenje. Torej, starši so zelo odzivni.



Slika 1: Dejavniki tveganja za dobrobit otrok in pozitivno starševanje v vojaški družini

## 2 INTIMNOPARTNERSKO RAZMERJE

- Pripadniki/-ice SV ter njihove/-i partnerice/-ji večinoma ne poročajo o težavah v partnerskih odnosih.

Tradicionalna delitev vlog in dela med spoloma, ki je še vedno precej prisotna v Sloveniji, se jasno izrisuje tudi v vojaških družinah.

Temu pritrjujejo tako podatki tega raziskovalnega projekta kot tudi raziskave »Usklajevanje v času pandemije«, opravljene med pripadniki/-icami SV (Vuga Beršnak, Humer in Lobe, 2021). V obeh raziskavah podatki kažejo, da so partnerice poleg plačanega dela tudi nosilke neplačanega dela in skrbstvenih funkcij v družini, medtem ko moški pripadniki prispevajo nekaj več v finančnem smislu.

- Z zadovoljstvom z zvezo je povezano trajanje odsotnosti pripadnice/-ika, pri čemer smo prepoznali dve skupini: (i) najzadovoljnejši, če pripadnik/-ica ni nikoli odsoten/-a; in (ii) zadovoljni, ko je pripadnik/-ica dolgotrajno odsoten/-a.

- Depresija je eden najpomembnejših dejavnikov tveganja za kakovost partnerskega odnosa.



Slika 2: Dejavniki tveganja za zadovoljstvo v intimnem razmerju

### 3 INTIMNO PARTNERSKO NASILJE

• Intimnopartnerskega nasilja v vojaških družinah zaznavamo malo, kar je v nasprotju s tujo (predvsem ameriško) literaturo. Naša raziskava celo kaže, da je v civilnem vzorcu zaznanega več intimnega nasilja kot v vojaških družinah.

• Poglavitni dejavniki tveganja za intimno partnersko nasilje, kjer se pojavi, so na individualni in mikro ravni:

- zloraba psihoaktivnih substanc;
- stres na delovnem mestu, torej v vojski;
- starševski stres zaradi skrbi za majhne otroke in
- finančne težave.

Daljše dnevne delovne migracije nasilje v partnerskem odnosu zmanjšujejo.



Slika 3: Dejavniki tveganja za intimno partnersko nasilje v vojaški družini

## 4 ZLORABA ALKOHOLA IN PSIHOAKTIVNIH SUBSTANC

• Glede na podatke o razširjenosti rabe psihoaktivnih substanc v drugih vojskah in visoki splošni družbeni toleranci do uživanja alkohola pri nas smo pričakovali podobne ugotovitve tudi pri pripadnikih/-icah SV.

Vendar pa pridobljeni empirični podatki tega ne potrjujejo:

- Med pripadniki/-icami je zaznanega zelo malo uživanja alkohola, kar lahko verjetno pripišemo ničelni toleranci do uživanja alkohola v SV med opravljanjem dolžnosti in strogemu nadzoru. Na tem mestu je pomembna divergenca med poročanjem o lastnem uživanju psihoaktivnih substanc in zaznavi uporabe pri sodelavcih/-kah, pri čemer je prvih izjemno malo, drugih pa približno petina.
- Pripadniki/-ice so o uporabi alkohola poročali v manjšem deležu kot respondenti v civilnem vzorcu; poročali so o zelo zmernem uživanju alkohola.



Slika 4: Dejavniki tveganja za zlorabo psihoaktivnih substanc

- V nekaterih primerih je lahko težava na MOM, če so dostopne alkoholne pijače ali druge psihoaktivne substance, ki jih lahko pripadniki/-ice uživajo v prostem času. Po navedbah pripadnikov/-ic je opazna vse večja čezmerna raba drugih psihoaktivnih substanc (npr. energijske pijače, tablete) zlasti pri mlajših pripadnikih/-icah.

- Analiza podatkov je pokazala še:

- da dolgotrajne odsotnosti med pripadniki/-icami ne vplivajo na povečano uživanje alkohola in psihoaktivnih substanc;
- da je verjetneje za moške, da čezmerno uživajo alkohol;
- da na čezmerno uživanje alkohola vplivajo finančne težave in družinski stres;
- da se konflikt med partnerjema kaže kot spodbujevalec uživanja alkohola pri partnericah/-jih pripadnikov/-ic.

- Strokovnjaki, s katerimi smo opravili intervjuje, opozarjajo, da v SV (in pri drugih delodajalcih) ni preventivnih programov, ki bi izobraževali zaposlene o nevarnostih in posledicah čezmerne rabe psihoaktivnih substanc, ter da je splošna družbena toleranca, zlasti do alkohola, še vedno zelo velika.



## 5 DUŠEVNO ZDRAVJE (DEPRESIJA IN PTSM)

- **Pripadniki/-ice so manj podvrženi depresivnim motnjam kot civilno prebivalstvo:**
  - približno 8 % pripadnikov/-ic je prepoznalo indikatorje stresa, depresije in PTSM v vsakdanjem življenju, medtem ko o takšnem počutju poroča 18 % partnerjev/-ic. Delež pripadnikov/-ic, ki imajo samomorilne misli, dosega približno 4 %;
  - v civilnem vzorcu obstaja statistično značilna razlika glede depresivnih misli med spoloma: moški o tovrstnih mislih poročajo pogosteje;
  - med pripadniki/-icami in civilnim vzorcem obstaja precejšna razlika med spremenljivkami, ki merijo težave s spanjem, in tistimi, ki merijo fizični odziv na stresni dogodek – pripadniki/-ice dosegajo boljše rezultate v obeh primerih.
  - med pripadniki/-icami in civilnim vzorcem obstaja precejšna razlika med spremenljivkami, ki merijo težave s spanjem, in tistimi, ki merijo fizični odziv na stresni dogodek – pripadniki/-ice dosegajo boljše rezultate v obeh primerih.



Slika 5: Dejavniki tveganja za duševno zdravje vojaških družin



- **Po podatkih študije število otrok ne vpliva na duševno zdravje v vzorcu vojaških družin, vplivata pa starševski in družinski stres.** Pomemben negativni dejavnik so tudi finančne težave. Raziskava kaže, da se med pripadniki/-icami kar četrtna polovico leta sooča s tako velikimi finančnimi težavami, da ima težave pri zadovoljevanju osnovnih potreb (npr. plačevanju računov). Večina pripadnikov/-ic in partneric/-jev pa je s finančnim vidikom zaposlitve v SV zadovoljna.

- Regresijska analiza civilnega vzorca nam pokaže, **da daljše dnevne vožnje na delo krepijo PTSM.**

- Raziskava kaže, da so **sodelavci/-ke in nadrejeni pomemben vir opore**, a hkrati tudi eden glavnih virov stresa za pripadnike/-ice v primeru nerazumevanja potreb po usklajevanju med delom in družino in pretirane rigidnosti pri organizaciji delovnega procesa.

- **Treba bi bilo usposobiti vodilne (poveljnike/-ice) o pomenu usklajevanja dela in družine pri načrtovanju dela.** Prav tako bi jih bilo treba usposobiti za prepoznavanje duševnih težav (in potencialnih samomorilnih mislih) pri sodelavcih/-kah ter pripraviti nedvoumne postopke za ukrepanje.



## 6 SAMOOCENA ZDRAVJA

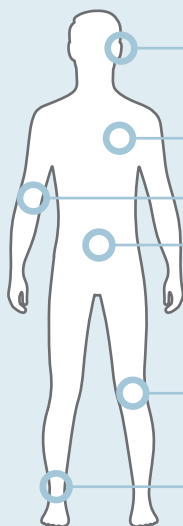
- Raziskava kaže, da med vsemi tremi opazovanimi vzorci svoje zdravje najvišje ocenjujejo pripadniki/-ice vojske. Najslabše pa svoje zdravje ocenjujejo njihove partnerice/-ji.
- V primerjavi s civilnim vzorcem se pripadniki/-ice vojske soočajo z neprimerno več poškodbami (kolena, gležnji, sluh idr.), ki lahko znižujejo kakovostno življenje. Pripadniki/-ice v našem vzorcu se ne soočajo z veliko več poškodbami kolen le v primerjavi s civilnim vzorcem, ampak tudi v primerjavi z analizami poškodb, opravljenimi v tujih vojskah. Poškodbe so posledica usposabljanj in manj opravljanja nalog na MOM. V civilnem vzorcu pa so zdravstvene težave (nespečnost, anksioznost idr.) v večji meri povezane z zahtevami sodobnega načina vsakdanjega življenja in dela.



Slika 6: Dejavniki tveganja za občutenje zdravja v vojaški družini

## • Vojaškospesificične zdravstvene težave

### VOJAŠKI VZOREC (Poročajo o 235 različnih težavah)



**SLUH** Več poškodb sluha v vojaškem kot v civilnem vzorcu.

**UDARCI IN RANE** Več udarcev, ran in ureznin v vojaškem kot v civilnem vzorcu.

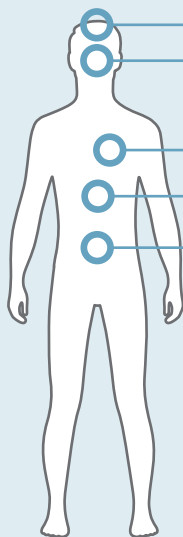
**SKLEPI IN VEZI** Več poškodb sklepov in vezi v vojaškem kot v civilnem vzorcu.

**HRBTENICA IN VRAT** Visok delež težav s hrbtenico in vratom v obeh vzorcih.

**KOLENA** Dvajsetkrat več poškodb kolena v vojaškem kot v civilnem vzorcu.

**NOGE IN GLEŽNJI** Več poškodb gležnjev in celotnih nog v vojaškem kot v civilnem vzorcu.

### CIVILNI VZOREC (Poročajo o 345 različnih težavah)



**STRES, NESPEČNOST, IZGORELOST** Več težav s stresom, nespečnostjo, izgorelostjo, anksioznostjo v civilnem kot v vojaškem vzorcu.

**VID** Več težav z vidom v civilnem kot v vojaškem vzorcu.

**BOLEZNI KRVOŽILNEGA SISTEMA** V civilnem vzorcu pogosteje poročajo o povišanem krvnem tlaku, aritmiji in sladkorni bolezni.

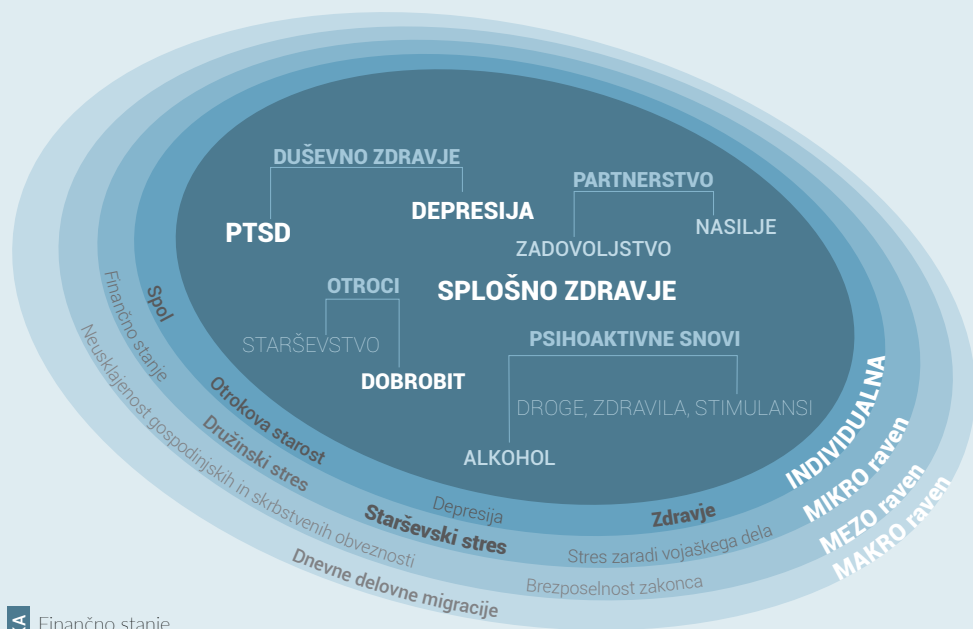
**HRBTENICA IN VRAT** Visok delež težav s hrbtenico in vratom v obeh vzorcih.

**ČEZMERA TELESNA TEŽA** Več težav s čezmerno telesno težo in povišanim holesterolem v civilnem kot v vojaškem vzorcu.

## 7 SOCIALNOEKOLOŠKI MODEL DEJAVNIKOV TVEGANJA, KI VPLIVAJO NA ZDRAVJE V VOJAŠKI DRUŽINI.

Najpogostejši in najmočnejši dejavniki tveganja v mirnem času, ko pripadniki/-ice niso izpostavljeni/-e delovanju v bojnih razmerah, ki neposredno vplivajo na zdravje družin, izhajajo iz mikro in individualne ravni. Pri tem so pomembni stresorji starševski stres, stres na delovnem mestu (ki tudi neposredno vpliva na več telesnega discipliniranja otrok) in finančne težave.

Ob tem naj omenimo, da sta za pripadnike/-ice SV pomembna dva dejavnika zaščite na makro ravni, in sicer institucionalna vojaška podpora in podpora v obliki ustreznih nacionalnih politik, ki zmanjšujeta posledice PTSM.



**VOJSKA**  
 Finančno stanje  
 Stres zaradi vojaškega dela  
 Dnevne delovne migracije

**DRUŽINA**  
 Otrokova starost  
 Starševski stres  
 Družinski stres  
 Neusklajenost gospodinskih in skrbstvenih obveznosti s plačanim delom

**POSAMEZNIK**  
 Spol  
 Zdravje  
 Depresija  
 Zloraba psihoaktivnih snovi  
 (droge, zdravila, zdravila proti bolečinam, poživila, alkohol itd.)

## 8 MOŽNI UKREPI IN IZBOLJŠAVE

Ugotavljamo, da so pripadniki/-ice SV in njihove družine v povprečju zdravi in zadovoljni, kar lahko pripišemo številnim dejavnikom. Nekatere med njimi izpostavljamo.

- Poklicno popolnjevanje, ki omogoča visoko raven profesionalizacije. To je ključno za ohranitev zdravja in zadovoljstva pripadnikov/-ic vojske.
- Relativno visoka povprečna starost in s tem povezana družinski status in premišljenost.
- Premišljena uporaba vojske kot instrumenta državne moči, ki vojske ne pošilja na najbolj vegane bojne naloge.

Čeprav delodajalec ne more neposredno posegati v družino pripadnika/-ice, je nujno zavedanje, da družinske težave negativno vplivajo na posameznikovo zdravje, motivacijo in pripravljenost za opravljanje službe, in je zato smiselno iskati poti, da se pripadnikom/-icam pomaga na načine, ki so sprejemljivi in koristni za vse deležnike.

Slovenska vojska lahko oblikuje različne sistemske ukrepe oz. dobre prakse, ki bodo usmerjeni v izboljšanje kakovosti življenja vojaških družin oz. vseh družinskih članov in članic.

### Kaj lahko storimo za pripadnike/-ice?

1. Zagotavljanje **pozitivnega delovnega okolja**, ki je povezano tudi z vodenjem. Dosegli bi ga lahko tudi z izobraževanjem poveljujočih častnikov in enotovnih podčastnikov glede usklajevanja poklicnega in družinskega življenja zaposlenih v vojski ter z uveljavljanjem različnih oblik dela, ki omogočajo občasno fleksibilnost zaposlenim.
2. Usposabljanja, ki bi se osredotočala na soočanje s stresom, vzgojo otrok (s poudarkom na obvladovanju odsotnosti pripadnikov/-ic), potrebe in posebnosti otrok v različnih starostnih obdobjih, razreševanje medosebnih konfliktov idr., pri čemer bi vojska pri naslavljanju vojaških družin lahko uporabljala različne medije in metode (npr. delavnice, predavanja, e-učenje, kvizi, brošure, igre vlog ipd.).
3. Krepitev medosebnih odnosov, kar bi lahko posredno dosegala z učenjem konstruktivne in pozitivne komunikacije, z uveljavljanjem zelene organizacijske kulture idr.

Prav tako pa bi bilo dobro razviti kazalnike za zgodnje prepoznavanje nekaterih, praviloma prikritih, zdravstvenih izidov, kot so depresija, PTSM, čezmerna uporaba psihoaktivnih substanc (tudi energijskih spodbujevalcev).

### Kaj lahko storimo za partnerice in partnerje?

1. Partnerice/-je treba opremiti z znanjem in veščinami za soočanje in obvladovanje stresa (tako starševski kot družinski stres pri partnericah/-jih vplivata na depresijo, PTSM in samooceno zdravja).
2. Nadalje morajo razviti ali okrepiti sposobnost organizacije, ki jim lahko olajša zagotavljanje logistične podpore tako otrokom kot tudi partnerju/-ici, zaposlenemu/-i v vojski.
3. Prav tako je za pozitivne partnerske odnose nujno razumevanje pomena delitve vlog znotraj družine in v partnerskem odnosu. K temu zagotovo pozitivno prispevata razumevanje in spoštovanje prispevka in nalog, ki jih opravlja vsak od partnerjev. Prav tako pa tudi konsenzualen dogovor in postavljanje svojih lastnih pravil, ne ozirajoč se na družbena pričakovanja in prakse.

Pri vsem naštetem so lahko v pomoč primeri dobrih praks, pogovori z drugimi družinami ali predavanja, ki ponujajo konkretne predloge. V določenih primerih, posebej v času MOM, pa bi bili dobrodošli tudi posebni programi in možnost varstva otrok v izjemnih stanjih. Treba se je zavedati, da del vojaških družin nima socialne varnostne mreže v neposredni bližini in torej vojska podporne funkcije v izjemnih okoliščinah (kot je dolgotrajna odsotnost) ne bi smela v polni meri prelagati na civilnodružbene sisteme.

### **Kaj lahko storimo za otroke?**

Ocenjujemo, da bi bilo na področju dobrobiti otrok, povezanimi tako s pogostimi odsotnostmi kot v povezavi z drugimi dejavniki tveganja vojaškega življenja, treba narediti določene spremembe:

1. Smiselno bi bilo socialno-psihološko opolnomočenje družin skozi izobraževanje – tako tistih, ki odhajajo, kot tistih, ki ostajajo doma, da se lahko bolje pripravijo in odzivajo na psihološke posebnosti in vedenjske vzorce, ki bi otrokom in staršem te prehode olajšali.
2. Prav tako pomembna je skupna socializacijska izkušnja – če se več družin skupaj oz. kolektivno sooča s takšnimi odsotnostmi in spremembami, je izkušnja večinoma blažja in manj individualna, zato bi bilo treba razmisliti o možnih programih in spodbujanju druženja vojaških družin. Pri tem bi bilo treba prepoznati in ponuditi podporo tistim, ki nimajo družinske ali širše socialne podporne mreže.
3. Pomembno je tudi informiranje civilnega okolja, še posebej na primer delavcev/-k v vzgojno-izobraževalnem sistemu, o posebnostih vojaške službe in izzivih, s katerimi se otroci soočajo v času odsotnosti.

Ob tem so pomembne tudi ugotovitve, ki razkrivajo nekatere dobre vzgojne prakse v vojaških družinah, kot so na primer jasno postavljanje meja, odsotnost telesnega discipliniranja, razvoj občutka odgovornosti otrok v času odsotnosti starša idr., kar vodi v t. i. odpornost otrok.

Vojska bi v sklopu predavanj in usposabljanj, namenjenih staršem pred odhodom na MOM, lahko ponudila tudi nabor dobrih praks, ki bi jim pomagale poiskati najboljše načine za premostitev obdobja odsotnosti vojaškega starša.

Nekatere dobre prakse so naslednje:

1. Pisanje klasičnih pisem (ne le e-komunikacija), s čimer se ustvarja ritual pisanja, pošiljanja in čakanja na pismo odsotnega starša.
2. Otroku je v pomoč tudi koledar z datumom vrnitve odsotnega starša, kamor vpisuje svoje aktivnosti, dodaja slike z dogodkov in izletov, ki jih je v času odsotnosti opravila družina.
3. Pred odhodom pa lahko pripravi album za starša v odhodu, mu med prtljago skrrije kakšno darilce s sporočilom ali svojo igračo.

Te in druge dobre prakse bi bilo dobro vpeljati v starševske strategije v vojaških družinah in o njih večkrat spregovoriti ter s tem pomagati družinam pri individualnem razvoju pozitivnih starševskih pristopov.

## UPORABNE SPLETNE POVEZAVE:

### **Monografija:**

Janja Vuga Beršnak, Živa Humer, Jelena Juvan, Andreja Živoder, Ljubica Jelušič, Alenka Švab, Klemen Kocjančič, Bojana Lobe. 2022. Socialnoekološki modeli zdravja: pripadniki in pripadnice vojaške organizacije ter njihove družine. Ljubljana: Založba FDV.

### **Spletna stran projekta:**

<https://www.fdv.uni-lj.si/raziskovanje/raziskovalni-centri/oddelek-za-politologijo/obramboslovni-raziskovalni-center/vojaske-druzine>

### **Facebook profil projekta:**

<https://www.facebook.com/Voja%C5%A1ke-dru%C5%BEine-111181986919206>

### **Programi v podporo družini: centri za družine in večgeneracijski centri MDDSZ:**

<https://www.gov.si/podrocja/druzina-otroci-in-zakonska-zveza/programi-v-podporo-druzini/>

