

ΟΤΑΝ ΕΝΑ ΜΕΛΟΣ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ ΑΓΝΟΟΙΤΑΙ

Όταν ένα μέλος της οικογένειας αγνοείται, τα αγαπημένα του πρόσωπα βιώνουν μια προκλητική και αγχωτική συνθήκη. Όταν η τύχη του αγνοούμενου παραμένει άγνωστη κυριαρχούν αισθήματα ανησυχίας και αγωνίας των οικείων του. Η ενασχόληση με το αγνοούμενο μέλος της οικογένειας αποτελεί μια ιδιαίτερη εμπειρία, η οποία περιλαμβάνει αισθήματα θλίψης αλλά και ελπίδας για την επιστροφή του. Οι οικογένειες συχνά αισθάνονται αβεβαιότητα, αφού βιώνουν παράλληλα τη διαδικασία της αναζήτησης των αγνοούμενων μελών τους, αναμένοντας νέα τους για μεγάλο χρονικό διάστημα.

ΓΙΑ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΣ ΜΕ ΑΓΝΟΟΥΜΕΝΟ ΜΕΛΟΣ

- Είναι σύνθετες να βιώνουν διάφορα συναισθήματα όπως για παράδειγμα λύπη, θυμό, ενοχή και να αισθάνονται συντετριμμένοι κατά καιρούς. Το πένθος και η ελπίδα εκφράζεται συχνά με διαφορετικούς πολιτισμικούς τρόπους.
- Όταν ένα αγαπημένο πρόσωπο αγνοείται, η διαδικασία λήψης αποφάσεων, η προσαρμογή σε μια νέα οικογενειακή ταυτότητα καθώς και η συνέχιση της καθημερινότητας αποτελεί μια ιδιαίτερη και δύσκολη συνθήκη.
- Εφόσον η μοίρα του αγνοούμενου είναι άγνωστη, υπάρχουν ελάχιστες πολιτισμικά κατάλληλες τελετουργίες, μέσω το οποίων τιμώνται οι άνθρωποι που παραμένουν αγνοούμενοι, οι οποίες αναγνωρίζουν την απώλεια μιας οικογένειας ή ακόμη και τις αλλαγές που επιδέχεται στο εσωτερικό της με αφορμή την εξαφάνιση ενός μέλους.

ΤΟ ΠΩΣ ΑΝΤΙΔΡΟΥΝ ΤΑ ΜΕΛΗ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ ΣΤΗΝ ΔΙΦΟΡΟΥΜΕΝΗ ΑΠΩΛΕΙΑ ΠΟΙΚΙΛΕΙ

- Μερικά μέλη της οικογένειας μπορεί να επιθυμούν να «προχωρήσουν», ενώ άλλα νιώθουν ότι δεν μπορούν να το κάνουν μέχρι να μάθουν τι συνέβη.
- Μπορεί να αυξηθούν οι οικογενειακές συγκρούσεις και οι δυσκολίες των σχέσεων, καθώς διαφορετικά μέλη αντιδρούν με διαφορετικούς τρόπους στην απώλεια.
- Οι οικογενειακές συγκρούσεις και οι δυσκολίες στις σχέσεις μπορεί να αυξηθούν καθώς τα μέλη αντιδρούν και εκφράζουν με διαφορετικούς τρόπους την απώλεια.

Το να ζει κανείς σε μια στρεσογόνα κατάσταση δεν είναι εύκολο να το βιώνει. Είναι σημαντικό να θυμάστε ότι η πλειοψηφία των ανθρώπων μπορεί να ζήσει μια διφορούμενη απώλεια και να ανακάμψει. Το αίσθημα δυσφορικού στρες μπορεί να παραμείνει, αλλά με την πάροδο του χρόνου, πολλοί άνθρωποι προσαρμόζονται σε αυτό ζώντας με την απώλεια και επενδύοντας στην στη νέα αυτή συνθήκη.

ΟΙ ΠΑΡΑΚΑΤΩ ΕΝΕΡΓΕΙΕΣ ΕΧΟΥΝ ΒΡΕΘΕΙ ΧΡΗΣΙΜΕΣ ΓΙΑ ΑΛΛΟΥΣ ΠΟΥ ΠΡΟΣΑΡΜΟΣΤΗΚΑΝ ΣΤΗΝ ΑΠΩΛΕΙΑ ΜΕΛΟΥΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ

- Ύπαρξη κοινωνικής και συναισθηματικής υποστήριξης, μέσα από την επαφή με μέλη της οικογένειας, φίλους, ή ομάδες/συνλόγους όσων έχουν αγνοούμενα μέλη, οι οποίες μπορούν να λειτουργήσουν υποστηρικτικά σχετικά με την απώλεια και τις παρούσες συνθήκες, επιτρέποντας την έκφραση και την κανονικοποίηση των συναισθημάτων τους.
- Αποδοχή ότι η εξαφάνιση αποτελεί ένα γεγονός το οποίο δεν είναι στο χέρι μας καθώς και ότι η προσαρμογή στην νέα συνθήκη αποτελεί μια θετική διαδικασία.
- Συνέχιση των καθημερινών υποχρεώσεων τους και συμμετοχή σε δραστηριότητες που έχουν νόημα και χαρά. Το να πραγματοποιηθούν οι απαραίτητες καθημερινές εργασίες καθώς επίσης και η σωματική άσκηση μπορούν να χρησιμεύσουν ως ένα διάλειμμα από τις επαναλαμβανόμενες αρνητικές σκέψεις.
- Επενδύουμε και απολαμβάνουμε τη σχέση με πρόσωπα που βρίσκονται στη ζωή μας.
- Γνώση των πόρων υποστήριξης, πρόσβασης και βοήθειας σε πρακτικής φύσεως θέματα όπως για παράδειγμα σε νομικά ζητήματα ή αστικές υποθέσεις.
- Δημιουργία τελετουργιών εις μνήμην, ώστε να θυμάστε βασικές ημερομηνίες, όπως γενέθλια ή επετείους στις οποίες μπορείτε να τιμάτε τον απολεσθέντα.

Όλοι έχουν ανάγκη να γνωρίζουν τι έχει συμβεί στους αγνοούμενους συγγενείς τους. Ο Ερυθρός Σταυρός και το Ανανεωμένο Κίνημα του Ερυθρού Σταυρού βοηθά στον εντοπισμό των αγνοούμενων και το δίκτυο Αποκατάστασης Οικογενειακών Επαφών φέρνει ξανά κοντά 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.