

الاجهاد القتالي في ظروف مكافحة الإرهاب

الفريق الدكتور سعد العبيدي

عام

تعتمد نتائج القتال بكافة أشكاله في الحروب الاعتيادية أو في القتالات الخاصة مثل "حرب العصابات وأعمال مكافحة الارهاب" على عدة عوامل أهمها أداء العسكري في ساحة المعركة، مهاجما أو مدافعا، وهو نوع من الاداء الخاص الذي يبذل فيه المعني أي العسكري جهدا متميزا ومجازفة بالحياة غير اعتيادية، حتى تم وصف أو ربط هذا الاداء أي السلوك القتالي بالجوانب الوطنية في كل جيوش العالم لنوعية هذا السلوك وأنعكاس نتائجه على مستقبل الدولة والمجتمع، وهو أداء في موقف محدد يأتي عادة من تفاعل عاملين رئيسيين:

1. العسكري المقاتل نفسه أي تركيبته النفسية

وخصائصه مثل:

آ. الثبات في الموقف القتالي.

ب. الجرأة في تنفيذ المهمة وفي اتخاذ القرار المناسب

في الوقت المناسب.

ج. تحدي الذات في المواقف الصعبة، وتحدي الخصم في الموقف القتالي التصارعي.

د. تحمل ضغوط القتال البيئية والنفسية، والتصرف في حالتها بمستوى يقترب من الطبيعي.

هـ. المطاولة، والصبر والقدرة على الاستمرار في تنفيذ المهمة

و. سرعة رد الفعل في الموقف المحدد

ز. وغيرها من خصائص تضع العسكري في خانة التميز أو الملائمة للحياة العسكرية وظرفها غير الاعتيادية.

2. البيئة العسكرية المحيطة بالمقاتل بمحتوياتها المتعددة مثل:

آ. التدريب بكافة أشكاله، وفي كافة الظروف والمواقف.

ب. التوجيه المعنوي، لشحن الهمم وإبراز الخصائص الايجابية والسيطرة على السلبية.

- ج. التحصين النفسي بالضد من الآثار الجانبية للبيئة المحيطة والحرب النفسية المعادية.
- د. الترفيه الخاص بتبديد الانفعالات النفسية الناتجة عن العمل العسكري.
- هـ. الاهتمام بالعسكري في كافة المستويات وأشعاره بانسانيته ومهنيته وقيمة ما يؤديه وطنيا.
- و. التعامل المهني الصحيح والتقدير المنصف للعمل العسكري في الزمان والمكان المحددين.
- ز. الاقتناع بالعمل والمهمة المؤداة.
- ح. وغيرها من أعمال تقع في بيئة العمل العسكري التي يشكل وجودها عنصرا فاعلا فيما يتعلق بالاداء القتالي.

الخاصية القتالية الغالبة

1. إن النظر الى الاداء العسكري على أساس العاملين أعلاه يؤكد الآتي:

آ. من الصعوبة الاعتراف بوجود مقاتل صامد، شجاع، مندفع بالمطلق وفي كافة المواقف القتالية والظروف السائدة.

ب. وعلى نفس الاساس لا يمكن القبول بوجود آخر متخاذل، متردد على طول الخط، وفي كافة الاوقات.

ج. الا أنه من المؤكد وجود صفة غالبية لكل الخاصيتين أي ان هناك من يتصفوا بالشجاعة في الغالب العام فيقال أن الملازم الفلاني ضابط شجاع، وان العريف الفلاني ضابط صف شجاع. وفي المقابل هناك من يتصف بالتردد في الغالب العام أيضا، وعنه يقال أن فلان متردد وعلان جبان، وان كانت هذه صفات سلبية مخجلة مهنيا ويندر ترديدها الا في الجلسات الخاصة.

2. ان الثبات على أي من الخواص المذكورة "الشجاعة، التردد وغيرها" عند شخص ما مسألة غير واردة علميا بسبب التغير الذي يحصل عادة في عامل البيئة المساهم بنسبة غير قليلة في إنتاج الاداء القتالي في الموقف القتالي. بمعنى أبسط ان المقاتل المعروف بشدة أندفاعه وشجاعته كصفة غالبية، قد يصاب بالأحباط في موقف قتالي جديد بسبب:

آ. تعامل أمره المباشر غير الصحيح "تغير بيئي"، فيصبح عندها وبشكل مؤقت وعلى غير عادته مترددا أو غير جريئا.

ب. سماع خبر سلبي عن عائلته، ولم يجد تعاطفا معه من ذات الأمر والزملاء القريبين منه "تغير بيئي ايضا".

3. ان الاحباط الناتج عن الظرف البيئي الخاص بتعامل الأمر على وجه الخصوص يسبب بطبيعته قدرا من الاكتئاب الموقفي ثم الوهن السريع حد الاجهاد الذي

يفضي الى أداء قتالي، تفوق سلبيته مجرد التردد اذ أنه قد يفضي الى التخاذل، وربما الانسحاب من الموقف القتالي اي الهروب. والعكس صحيح أيضا، يمكن أن يجد أحد المقاتلين في أمره الجريح الذي يتخذ منه قدوة دافعا قويا، لتحدي عدوه أنتقاما يدفعه للانتقال لا أراديا من خانة التردد والخوف والتعب الشديد الى جانب الاقدام حد الشجاعة المفرطة.

الاجهاد القتالي

1. يقصد بالاجهاد القتالي، حالة الخمول العام في نشاط العسكري الموجود في موقف يؤدي فيه مهام قتالية بينها ما يتعلق بمكافحة الارهاب التي يتخللها مهام مثل الرصد والتفتيش والحراسة والمداهمة والمتابعة، والاشتباك، وغيرها مهام أو أنشطة، قد يشعر فيها العسكري أحيانا بعدم الرغبة في الانجاز أو الاستمرار به، وأكثر منها قد يجد نفسه في أحيان أخرى عاجز عن تأدية ابسط المهام الروتينية التي اعتاد انجازها في الأيام العادية بدون جهد يذكر.

2. تأسيسا على ما ورد في أعلاه نجد على سبيل المثال أن المُجهَد غير آبه لوجود بندقيته في مكان غير مكانها الصحيح ولا يفكر في حملها، وغير مهتم بالجهاز أو الاداة التي يمسكها بيده سواء كانت تعمل أم لا، ولا يقوى على أداء الحركات الصحيحة لزيادة فاعليتها، كذلك لا يهتم لسيارة تأتي واخرى تذهب وهو في نقطة تفتيش، ولا

لشخص قادم بالمواجهة وهو في واجب حراسة، وعموماً
فان الاجهاد يصنف نوعان:
أ. الاجهاد البدني

ذلك المستوى من التعب العضوي الذي يتسبب في عدم
القدرة على تنفيذ المهام والامور المطلوبة بالشكل
الصحيح، على الرغم من كونها ضمن القدرات الطبيعية
له. وهذا اجهاد ينتج في الغالب من زيادة ضغط العمل
عن الحدود المألوفة. ومع هذا فان التجارب تبين أن
التعب المتواصل لفترة زمنية متواصلة "نقص الطاقة
البدنية" الذي يفضي الى سلوك الوهن، وقلة التركيز،
وبطء الاستجابة، يمكن السيطرة عليه من خلال التمتع
بقدر بسيط من الاستراحة، أو اعادة تزويد الجسم
بجرعات من الطاقة العضوية الاحتياطية المخزونة،
عن طريق:

أولاً. الذات. عندما يتنبه العسكري المجهد عضوياً الى
الخطر القريب، ويحاول من نفسه استنفار جل

طاقته البدنية للتعامل معه باقتدار كما تدرب في الاصل.

ثانيا. الحث الخارجي. من خلال تدخل الأمر القريب (أمر الحاضرة/ المفرزة/ الفصيل)، وأحيانا من الزميل الموجود في نفس الموقف لحثه "العسكري" وتذكيره وتشجيعه على التنبيه الى الخطر، بمستوى يساعده على أستنفار طاقته الاحتياطية.

ب. الاجهاد النفسي

حالة عامة من الخمول، والكسل، وبطئ الاستجابة، تفضي الى عدم الرغبة وضعف القدرة على الانجاز، وتجنب الخوض وكذلك عدم المبادرة للقيام بأي عمل. وهو في البيئة العسكرية القتالية نوع من الأعياء، أو الوهن الذي لا يعرف المعنيين أسبابه، وان عبروا عن حصوله ووصفوا حالته.

مظاهر الاجهاد القتالي النفسي

1. ان ما يهم العسكر في قتالهم بالضد من الارهاب على وجه الخصوص هو النوع الثاني من الاجهاد، اي النفسي، لان النوع الاول يسهل تجاوزه بتقديم أستراحة بسيطة، تعيد العضلات المجهدة الى سابق جاهزيتها، أما الثاني الذي لا يدلل على وجود إجهاد جسماني، فأن علاجه، لا يأتي من الاستراحة، ولا من الاجازة، بل من جملة أجراءات، قبل الخوض في تفاصيلها لابد من الاشارة الى مظاهر الاجهاد القتالي التي تتمثل في الآتي:

- أ. خمول عام، وكسل لا يقدم بحصوله المقاتل على القيام بفعل ما من نفسه، وان أمر بالقيام به سيكون التنفيذ بطيئاً، متلكئاً، وغير مكتملاً.
- ب. سرحان التفكير بأمور بعيدة عن مستلزمات الفعل العسكري المطلوب تأديته، اذ ينشغل العقل بأفكار بعيدة عنه في غالب الاحيان.

ج. هبوط المعنويات وتغير المزاج الى الاسوء، يكون فيه
المقاتل كثير التشكي من الوضع الذي هو فيه، سريع
الانفعال على من حوله.

د. الميل الى الغزلة عن الجماعة التي يتواجد فيها، وعدم
الاحذ بأراء اعضائها وان كان تنبيهها عن أخطاء باتت
تتكرر.

هـ. ضعف الاداء، وتدني مستوى القدرة على التعاون
والتنسيق مع الزملاء الآخرين.

و. قلة التركيز على الامور المهمة، مما يجعل الذي
يعاني من الاجهاد يعطي وقتا لتنفيذ المهمة المكلف
بها أكثر من الوقت المحدد لها، وبكفاءة تقل أيضا
عن المعتاد.

ز. اضطراب الوعي، بمستوى قد يقوم المعني بأعمال لا
يفهم عواقبها، كذلك لا يدرك طبيعتها ولا الاخطار
الناجمة عنها، ولا يعير اهتماما لتحذيرات الحيطة
والحذر والمعلومات التي ترده عن العدو ونواياه القائمة.

ح. أخفاء الحماس الخاص بالعمل، وكذلك الخاص بحماية الوطن.

ط. صعوبة القيام بأكثر من نشاط في آن معا، فعندما يقوم أحدهم مُجهد بتفتيش ركاب سيارة مرة على سبيل المثال يركز على المواد المحرمة أو الممنوعة فقط، ولا ينتبه لاشارات يتبادلها ركاب مشبوهين، أو الى أصوات تنجم عن تحريك مادة من مكانها الى آخر، وفي حالات الاجهاد الشديدة، قد لا ينتبه الى أحد الركاب يغير مكان جلوسه، لتفادي تفتيشه وهو يحمل مواد خطيرة.

ي. يغلب الاهمال على سلوك المُجهد، فقيافته قد تصبح بالتدريج غير نظيفة أو غير نظامية، ولا يعتني بهندامه في غالب الاحيان.

ك. نسيان بعض الاوامر والتوجيهات المطلوبة، خاصة المكتوبة منها، أذ وعندما يزود بقائمة اسماء أو ارقام سيارات، ويطلب منه التدقيق في مرورها عليه، قد

ينسى المٌجهَد وجود قائمة بالاصل أو ينسى بعض المدرجين فيها.

ل. ضعف القدرة على الربط المعلوماتي، المطلوبة لدى تنفيذ بعض المهام. مثلاً عند تفتيش سيارة يحتاج القائم بالتفتيش الى الربط بين سلك يمر من تحت الكراسي بشكل غير مألوف، واحتمالات اتصاله بمفجر. أو عند الوقوف في نقطة سيطرة، ليلا يحتاج العسكري الواقف أن يربط بين وضعية سيارة تعطي اشارة ضياء متقطع تقترب منه بسرعة وشخصان قادمان أحدهم في الجانب الايمن من الشارع وآخر في الجانب الأيسر، يحمل كل منهما بيده شيئاً غير واضح المعالم، وبين احتمالات القيام بمهاجمة النقطة. وهو ربط في حال أكتماله سيؤدي الى زيادة الانتباه والتهيو والتحذير لاتخاذ الاستجابة القتالية الملائمة. والعكس وارد جدا في حالات الاجهاد.

م. غياب معطيات المنطق من التفكير الآني، وانحسار القدرة على اختيار البدائل. أذ يتصرف المُجهد أحيانا بشكل غير منطقي، لايحسب الاثر السلبي لتصرفه على نفسه ومجموعته والصالح العام، فقد يشك مثلا براكب سيارة نقل كبيرة، فيقوم بابقائها واقفة في منتصف الشارع، ويأمر بترجل كافة ركابها، فيتسبب بأزمة سير، دون ان يضع في حسابه بدائل ممكنة، كأن تكون ايقاف السيارة على جنب، والاستعانة بالزملاء لانهاء التفتيش بسرعة أو انزال الراكب المشبوه وحاجياته والسماح للسيارة بمواصلة المسير بعد تنبيه السائق بضرورة انزال حاجيات الراكب وغيرها، بدائل تغيب عن تفكيره غير المنطقي.

ن. تدهور المهارات بالنسبة الى العسكريين الذين يؤدون مهام فنية، مثل السياقة، الرمي، المخابرة وغيرها، بسبب عدم التوافق بين الجهاز الحركي والادراكي، مثل التنسيق بين العين والاطراف في بعض المهارات.

الاسباب الرئيسية لحدوث الاجهاد القتالي النفسي

1. هناك أسباب عديدة لحدوث حالة الاجهاد يمكن تقسيمها نظريا الى قسمين:

أ. الاسباب العامة

تلك التي تتعلق بالوضع العام الذي يعيش فيه المقاتلون، ويؤدون تحت وطئته مهامهم العسكرية، مثل: أولاً. ضغوط الحياة العامة، ومصاعبها التي يصل رذاذها المتطاير الى المقاتلين، فانقطاع الكهرباء المتكرر على سبيل المثال في البيت والثكنة العسكرية، يشكل ضغطا حياتيا يمتد تأثيره على الجميع، وحصول تفجير في مكان من بغداد أو في مدن العراق الاخرى يشكل ضغطا عاما، وهكذا ضغوط تتكرر وتتعدد اتجاهاتها تشكل أكثر الضغوط تأثيرا وانتاجا للاجهاد النفسي العام على المقاتليين والناس العاديين على حد سواء.

ثانيا. الوضع السياسي وسط الشارع الذي يحرسه المقاتلون، والذي يلقي بضلاله عليهم وهم يؤدون واجباتهم. أذ يتاثر البعض منهم حتما بما يسمعه ويشاهده من سجلات بعضها على سبيل المثال غير منطقي وبعضها الآخر منحاز، خاصة في ظل غياب جهات عسكرية، نفسية قادرة على مناقشة الخطأ وتصويبه لصالح الدولة التي يقاتلون من أجلها.

ثالثا. الحرب النفسية، التي تنتشر وسائلها في محيط المقاتلين، بينها الاعلام العام الذي كثر في ظروف العراق الحالي، وتعددت توجهاته، وبات له داعمون في الخارج والداخل، بهدف التأثير سلبا على المقاتل وعزله عن دولته من خلال تشويه وتحوير الحقائق. وبينها الاشاعات التي باتت تتداول وتنتشر بشكل غير مسبوق.

رابعا. الوسط الشعبي. ان المقاتل موجود عادة بين المواطنين، يفتشهم، وينظم سيرهم، وقد يداهم

ارهابيين وسطهم، يستعين بهم ويستعينون به، الامر الذي جعله يحتك ويختلط بهم بشكل لم يكن موجودا في باقي أنواع القتال، وهو نوع من الأختلاط يؤدي الى أن يتأثر المقاتل بما حوله من آراء ومواقف بعضها سلبية يحملها المواطنون البعيدون عن طبيعة المهمة التي يؤديها في موقعه.

خامسا. وما دما بصدد تناول الاسباب العامة، لابد والحالة هذه من الاشارة الى وجود عوامل أخرى تساعد ولو بشكل غير مباشر على حصول الاجهاد مثل الضوضاء، والازدحام، ومؤثرات الطقس مثل الحرارة العالية، والغبار الشديد، وكذلك المطر الغزير.

ب. الاسباب المهنية

تلك التي تتعلق بمجريات العمل القتالي بينها:
أولا. التكرار الزائد عن الحدود الطبيعية للواجبات. اذ ان من الطبيعي أن يتحمل العسكري عملا ما لفترة زمنية محددة، وهي وان تختلف من عسكري الى

آخر، الا انها مسألة قدرة تنطبق محدوديتها على الجميع، ومع هذه المحدودية، فهناك معدل وسط لمستوى التحمل لابد أن يعرفه العسكر عند تحديد المهام، فساعتين في الحراسة داخل نقطة سيطرة في شارع عام على سبيل المثال، مسألة تحمل وسط مقبولة، عليه تكون الاربعة ساعات المستمرة، تزيد عن الوسط بكثير، ولا يمكن أن يتحمل وقعها كافة الجنود، لانها تفوق قدرة الغالبية أي الوسط، وبالتالي سيسبب اللجوء اليها بشكل متكرر قدرا من الاجهاد وان جاء تحت بند الضرورة في بعض الاحيان.

ثانيا. ضعف معايير الاهتمام. اذ أن اهمال المقاتلين، وعدم الالتفات اليهم والى مشاكلهم من قبل القيادات الاعلى ومن قبل الامرين، يجعلهم في وضع نفسي هش، قد يتقبلون فيه توجهات الحرب النفسية المعادية من ناحية، وقد تقربهم من حالة التسليب

وعدم الاهتمام وكثر التفكير بالعوامل والاسباب التي
تجهدهم نفسيا من ناحية ثانية.

ثالثا. التمييز في التعامل بين المنتسبين. أن الاشادة
بمقاتل في موقف لا يستحق فيه الاشادة الصحيحة،
سيضعف معنويات الآخرين، ويعرضهم الى الوقوف
بالضد من صاحب الاشادة ولو فكريا، وتقديم اجازة
الى مقاتل لا يستحقها تثير نفس ردود الفعل
المعنوية السلبية، أما الاعفاء من الواجبات،
والسماح بالنزول والاجازات الطويلة للبعض دون
البعض الآخر، فهي الاكثر تأثيرا على الحالة
النفسية لعموم المقاتلين.

رابعا. الفساد. ان الفساد بكافة أشكاله آفة تنهش في
الجهاز العصبي للمقاتلين، وهم وأن لم يبدوا اهتماما
في الظاهر الى بعض حالاته فأن الواقع يشير الى
العكس من هذا، وهو وان كان تفضيل جندي على
آخر على أساس القرابة، أو الحصول على مبلغ

بسيط من المال لقاء منح اجازة أو ابتزاز مواطن في موقف معين، وغيرها أمور وان ينظر البعض الى بساطتها بالمقارنة مع أمور أخرى أكبر، لكنها من الناحية النفسية تصنف أعمال فساد، تؤثر سلبا على الحالة النفسية العامة للمقاتلين وتقربهم أكثر من حالة الاجهاد اذا ما توافرت معها عوامل أخرى مساعدة.

خامسا. ضعف مستويات التدريب. للانسان أي كان عسكري أم مدني، قدرة محددة على تحمل مستلزمات وأعباء الحياة بكافة أشكالها، والعسكريون بشكل عام يختلفون فيما بينهم لما يتعلق بالقدرة على التحمل، الامر الذي يدفع مراجعهم الى اخضاعهم لبرامج تدريبية خاصة برفع متوسط القدرات، بهدف جمع أكبر عدد منهم قريبا من هذا المستوى "المتوسط" لما يتعلق بخدمتهم سلما (الحراسة، التدريب، التكيف) أو في حالات الحرب (القتال)، لذا

وعندما يكتمل التدريب بالشكل الصحيح يكون المنتسب قادرا على التنفيذ بالمستوى المطلوب، والاستجابة للضغوط بشكل ملائم يقترب من أن يكون آليا، أي لا اراديا، دون الحاجة الى استنزاف المزيد من الطاقة النفسية. علما أن التدريب الذي في محصلته اكساب الجندي مهارة التعامل مع الموقف بالشكل الصحيح والسريع، اذا لم يكتمل بالشكل الملائم والكافي، سيضطر المقاتل الى التفكير وربما التردد باي فعل يريد تنفيذه قبل الاقدام عليه سواء في استخدام السلاح أو المعدة التي بحوزته، وكثرة التفكير والتردد، واحيانا الحيرة، تسبب قدرا من التوتر الذي يعد من أهم العوامل المؤدية الى الاجهاد.

سادسا. المسافة النفسية بين الجندي وأمره. ان الأمر وعلى وفق المفهوم النفسي للقيادة يمثل سلطة الاب التي ينبغي أن تكون حاضرة وقريبة، وموجهة

وداعمة، وناصحة، وقدوة في التضحية والالتزام،
وعلى أساسها لابد وان يكون الأمر المباشر، خاصة
آمر الفصيل:

قريب جدا من جميع منتسبيه، يصلهم ويتواصل معهم
في الوقت المطلوب.

يتعاطف معهم عند الحاجة.

يحس بهم عندما يشعرون بالتوتر والقلق.

يعرف اصولهم، ومناطقهم، وهواياتهم، ومعاناتهم.

واذا لم يكن كذلك ستصبح المسافة النفسية المفترضة
بينه وبينهم بعيدة، لا يستطيع خلالها، وفي الظروف
الصعبة على وجه الخصوص أن يكون مصدا للتأثيرات
الجانبية التي تستهدف حالتهم النفسية، هذا وإذا ما
أنتهت أو تصدعت المصدات فان الاجهاد سيكون قريبا
جدا من المنتسبين.

الطاقة النفسية في حالات الاجهاد

1. عند التحدث عن الاجهاد لابد من الخوض في بعض

تفاصيل الطاقة النفسية ذات الصلة المباشرة، بحصوله، وبكيفية التعامل مع وجوده، فهي من الناحية العلمية نشاط نفسي دافعي يُعَبَّى به العسكري ذاته بقدرة للتعامل مع واقع معين، وعلى هذا الاساس فانه يحتاج الطاقة المذكورة في كل خطوة من الخطوات التي يخطوها، فعندما يفكر بأي واجب سيكون بحاجة الى طاقة، وعندما يتقدم لتنفيذ مهمة يحتاج الى طاقة، وكم الطاقة المطلوب صرفه في مثل هذه المواقف وغيرها يعتمد على مقدار الصعوبة والشدة والخطورة الموجودة، فمثلا:

آ. عند تنفيذ واجب الحراسة نهارا، سيحتاج الجندي الى كم من الطاقة يقل عن ذلك الذي يحتاجه ليلا. وفي حالات الزحام الشديد، تزداد الحاجة الى الطاقة مقارنة مع الحراسة في ظروف حركة اعتيادية.

ب. تكون الحاجة الى مزيد من الطاقة عندما يتم وضع الجنود في حالة الانذار القصوى، وأكثر منها عندما يدخلون في حالة قتال فعلي.

2. ان مقدار الطاقة النفسية لدى العسكريين مختلف من واحد الى آخر، تبعا لعوامل الوراثة، وطبيعة الظروف التي مروا بها منذ ولادتهم وحتى دخولهم الموقف القتالي الذي يكونون فيه بحاجة الى أعلى مقدار منها. مثال عنها بسيط يتعلق بالحياة اليومية التي نرى فيها اشخاص يتمتعون بقدرة وحيوية نفسية عالية يقال عنهم انهم غير متعبين اي يتمتعون بقدر عال من الطاقة، وفي مقابلهم آخرين منهكين، يتذمرون، غير راضين، يقال عنهم أنهم متعبين في حياتهم اي لا يمتلكون قدرا كافيا من الطاقة.

انه مثالا أو وصف شعبي لمقادير الطاقة النفسية التي تكون وافرة عند الجماعة الاولى الذين لم يتعرضوا في حياتهم الى مواقف صعبة تكون قد بددت طاقتهم

النفسية، بعكس المجموعة الثانية التي قد يكون اصحابها قد واجهوا مشاكل عيش وتعامل عائلي ومجتمعي سلبي استوجبت صرف الكثير من مخزون طاقتهم، وابتقتهم بكم لا يكفي للتعامل مع الضغوط الموجودة، فنراهم على طول الخط متعبين، ينكسرون سريعا.

هذا من جهة ومن جهة أخرى فإن مقدار المصروف من الطاقة في الموقف القتالي كذلك مختلف من عسكري الى آخر، فالجندي الذي يتمتع بمعنويات عالية، وثقة بالنفس عالية، وقد أتقن فن استخدام الارض والسلاح، سيكون في الموقف القتالي بحاجة الى طاقة نفسية أقل من زميله الذي يحس ضعفا في معنوياته، وارتباكاً في حالته النفسية، وقلة معرفة باستخدام السلاح. وعلى هذا الاساس يؤكد المختصون في مجال التدريب النفسي العسكري على ضرورة تمرين عقول العسكريين لان تعمل بمعزل عن الأداء العضلي للجسم، أو بمعنى أدق محاولة

الفصل بين الطاقة البدنية والطاقة النفسية، بقصد اىصال
المقاتل الى مستوى السيطرة على طاقته النفسية في
مواقف التعب العضلي، متجنباً الغضب والارتباك والقلق
وفقدان السيطرة على الذات العصبية التي تستنزف
الطاقة.

اتجاهات التقليل من احتمالات الاجهاد القتالي النفسي

1. بضوء ما ورد أعلاه يتبين ان الاجهاد القتالي مسألة واردة، في كل الظروف والاقوات، وفي كل الحروب، وبكافة صفحات القتال، ولكافة منتسبي الجيوش، ومع هذا فان القادة والامرين يتعلمون كيفية:

آ. التقليل من احتمالات حصولها لهم ولمنتسبيهم. وأول شيء في سلم التقليل من الاحتمالات لابد ان يمر عبر المحافظة على كم الطاقة النفسية الموجود أصلا، وعلى الاحتياطي المخزون منها لتحمل الحاصل، والتعامل مع أي تطورات قد يستنزف حصولها الاحتياطي، متسببا حالة الاجهاد النفسي.

ب. تجاوز حصولها، اذ ما حصل الفعل القتالي المستنزف للطاقة، لابد من المبادرة في التقرب من العسكري المعني، فردا كان أو مجموعة أفراد من قبل الأمر المباشر، والشروع على الفور في اتخاذ إجراءات

الطمأنة والتهدة التي تقلل مقدار المصروف من الطاقة.

ج. التقليل من أثر الحصول. يحصل أن يستنزف كل احتياطي الطاقة، وفي حالتها وإذا ما أستمتر التواجد تحت نفس الظروف القتالية الضاغطة، يعني احتمالات الإصابة السريعة بالاجهاد، الامر الذي يقتضي الى التدخل السريع من قبل الأمر لأبعاد المعنى عن الموقف القتالي اذا ما ساعد الموقف أو تعضيد وجوده بآخرين دون أن يحسوا بالسبب ليكون أداءه ضمن أدائهم مقبول، ولتوزيع أثر الضغوط على المجموعة مما يخف على الاضعف "المستنزفة طاقته" شدة آثارها.

2. ان المحافظة على الطاقة النفسية للمقاتلين في كافة الظروف والمواقف أمر ضروري لادامة زخم القتال، وهو واقع حال نفسي يأتي من خلال الآتي:

أ. التدريب على التعامل مع المواقف القتالية المتوقع حدوثها. وعلى تحمل ضغوط التعب، وأكساب العسكري

عادة التصرف الصحيح، مع وجود أعلى درجاته أي التعب.

ب. المحافظة على الحالة المعنوية للمقاتلين، من خلال:
أولاً. تقدير وضع العسكري في تقديم خدمة وطنية مميزة، وجعله يحس بقيمة هذه الخدمة حد الافتخار بها أمام الالاهل والاقران.

ثانياً. الاشادة الجادة من قبل الآمرين تتابعا، بالجهد الذي يبذل في الموقع القتالي.

ثالثاً. منح الاجازات الدورية والاستراحات الآنية للمنتسبين بالتساوي.

رابعا. تقديم بعض التكريمات البسيطة بينها المعنوية، للمتميزين، خاصة في المناسبات الوطنية.

خامساً. السلوك على أساس القدوة، أي أن يكون الآمر قدوة منتسبيه، في الالتزام، والاخلاص، والتضحية والنزاهة وغيرها أمور تجعل المنتسب يثق به وينفذ أوامره باستمرار.

سادسا. زيارة الجندي في موقعه من قبل الاعلى
بطريقة التفقد والتشجيع، وليس بطريقة الاخافة
والتفتيش التي تخصص لها زيارات خاصة، على أن
لا يخلط الزائر بين متطلبات الحاليتين.

سابعا. ايجاد مصادر ترفيه بسيطة تلائم الموقف
العسكري والظروف السائدة، وكلما ساعد الوضع
على ذلك.

ثامنا. تزويد المقاتلين بالمعلومات المناسبة عن
عدوهم، واساليبه القتالية، لتقليل هامش المجهول
والقلق والتوتر في داخلهم.

ج. المحافظة على الصحة العامة، من خلال الآتي:
أولا. توفير قدر من الراحة كلما كان ذلك ممكنا.

ثانيا. تقديم الغذاء المتوازن.

ثالثا. الخضوع الى برامج رياضية تعيد للجسم لياقته
مع اية فرصة ممكنة.

رابعاً. التدخل في قضية النوم الكافي والمناسب، إذ إن المعروف أن ساعة نوم عالية الجودة، كافية لإعطاء ساعتين نشاط جيد.

د. تنظيم العمل والمهام، أي أن تكون الواجبات والمهام الروتينية منها على وجه الخصوص مبنية ومثبتة مسبقاً، مع الأخذ بالاعتبار عوامل التغير المفاجئ في الموقف، التي تتطلب مهام جديدة وطارئة، وفي حالتها يفضل التدريب المسبق على مثل هكذا تغييرات، مع إيجاد فرصة أفهام المنفذين عن طبيعتها وأسباب اللجوء إليها.

العائد المعنوي لتجنب الاجهاد القتالي النفسي

1. ان الأمرين الذين يستطيعون تجنب منتسبيهم حالة الاجهاد من خلال المحافظة على الطاقة النفسية لهم، سيحصلون لهم ولمنتسبيهم على حالة نفسية معنوية عالية تفضي في العموم الى تحقيق الآتي:

آ. صمود أكثر في الموقع القتالي. أي البقاء وقبول الواقع المفروض، بمستوى أداء يقترب من ذاك الذي وصله أبان فترة التدريب. وهو قدر من البقاء يضمن للمنتسب مع مجموعته التفوق على العدو، وتفويت الفرصة عليه في أن يحقق أهدافه.

ب. القبول بالامور الصادرة، وتنفيذها بالشكل الصحيح. أن تنفيذ الاوامر وان كان من أهم الامور التي يتدرب عليها العسكريون في جوانب أكتساب الضبط، يبقى الاقتناع بالامر الصادر من الاعلى هو العامل المساعد الاهم في تكوين الدافعية الى التنفيذ، خاصة في

ظروف قتال يحتك في حالته العسكري المقاتل مع الأهالي في الشارع والمحلة.

ج. الاقلال من توجهات التذمر والتشكي أثناء تأدية الواجب. اذ ان تذمر المنتسبين خلال تنفيذهم الواجبات التي يكون فيها المواطنون طرفا، وهم طرفها المقابل مسألة ذات تأثير سلبي ليس على ضعف الدقة اللازمة لتنفيذ الواجب، بل وكذلك على العلاقة العامة مع المواطنين الذين يمكن أن يوقفوا معهم مغنويا (اشادة، تقبل، وتشجيع) في ظروف يحتاجون فيها الى المساعدة والدعم لتفادي حصول الاجهاد.

د. التصرف بطريقة عقلانية نزيهة مع المواطنين، وبما يعطي صورة ايجابية عن الوحدة التي ينتسب اليها والقيادة التي يعود اليها والدولة التي ينتمي اليها، في ظروف باتت الحرب النفسية المعادية تركز على تشويهها لتفصل بين المقاتل ووحدته ووطنه، كي تتفرد

به ببرامج كثرت في اجهزة الاعلام المتعددة، يسهم بعضها في حصول حالة الاجهاد.

هـ. تبادل المنتسبين الدعم والاسناد والتعاون مع بعضهم البعض في المواقف القتالية الصعبة، كذلك مع الآخرين من نفس الوحدة أو الوحدات الأخرى الذين يتعرضون الى مصاعب في مواقف قتالية يحتاجون فيها الى المعاونة، وهذا مهم في تحقيق نتائج ايجابية في قتال داخلي يحتاج الى اعلى درجات التعاون والاسناد.

و. الدقة اللازمة في المهام المنجزة، تفوت على العدو فرص النفاذ لتحقيق أهدافه، باساليب الغش والمخاتلة واستغلال الخدر واللا ابالية. وبالتالي تقليل نسب الخروقات الامنية التي يسعى الى تحقيقها، والتي يشكل حصولها المتكرر عامل من عوامل الاجهاد النفسي.

ز. الاخلاص في تنفيذ المهام المطلوبة. ان التعب المتكرر، وشدة الوهن، تقترن في الغالب بطاقة نفسية ضعيفة، ناتجها تسويف، وقلة اهتمام، تفتح ثغرات يريدها الارهابيون لتنفيذ مبتغاهم في الهدم والتدمير.

الخاتمة

1. الاجهاد حالة نفسية عامة، يصاب بها الانسان في حياته العامة، بسبب ضغوط الحياة، ويصاب بها المقاتلون، ابان خدمتهم العسكرية بسبب ظروف الشد والتوتر والقتال، تزداد تكراراتها وشدتها في أوقات الازمات والحروب وعند التهيؤ لها، لايمكن ان يسلم من حصولها جيش من الجيوش في عالم اليوم وفي الازمنة السابقة، لكن تأثيراتها على الاداء مختلفة من جيش الى آخر، فالجيوش المدربة جيدا على استخدام السلاح، وعلى تحمل ضغوط الحرب، تقل فيها نسب الاصابة بالاجهاد، ويقل تأثيرها على الاداء العام، كذلك فان الجيوش التي تحسن ادارة منتسبيها معنويا، وتتجه الى تحصينهم نفسيا من توجهات الحرب النفسية المعادية، تقل فيها نسب الاصابة بالاجهاد القتالي. والعكس من هذا وارد أيضا، فان احتمالات الاصابة يمكن أن تزداد في حالات بينها:

- آ. اهمال المنتسب، وعدم اعارة مشاعره الاهتمام.
- ب. التفريق بين مقاتل وآخر، قرابيا أو مناطقيا أو طائفيا أو قوميا.
- ج. تعالي القادة والأميرين على منتسبيهم.
- د. ابتعاد الجمهور عن عسكره، وعدم تقدير وجودهم.
- هـ. عدم تحسس مسؤولي الدولة بجيشهم ومنتسبيه.
2. في ظروف مثل التي تحصل في العراق حاليا حيث التداخل بين المهام، والاقتراب المختلط بين العسكري والمواطن، وطبيعة القتال في الشارع والمحلة، وحالة الجيش الذي يعاد بناءه مهنيا من جديد، باهداف وطنية جديدة، واسلحة جديدة، وعدو من نوع خاص، سيكون هذا بحد ذاته الضغط الاكبر على المقاتل في الميدان، وسيكون العبئ الاكبر على تجنبه الاصابة بالاجهاد او التخفيف من تأثيراتها عى الأمر المباشر، بمستوى الحاضرة والفصيل، ومن بعدهما السرية، باعتبارهم الاقرب الى مكانه والاقدر على التأثير في

مشاعره وقناعاته وآراءه التي تشكل دفاعات نفسية
بالضد من احتمالات الإصابة بالاجهاد في أحيان ليست
قليلة.

بغداد 2013/5/7