

目前美国退伍老兵的自杀率居高不下,就像传染病一样,但没人知道这是为什么。为此,美国《新闻周刊》撰稿人、前美国海军陆战队士兵安东尼·斯沃福德展开了采访和调查,目的是深入这一问题内部寻找真正的答案。

□现代快报记者 李欣 编译

美国老兵自杀盛行



亲友们参加一名自杀老兵的追悼会 资料图片

自杀危机

老兵自杀率居高不下

现在在美国,每天大约有18名退伍军人自杀,数千名曾在伊拉克、阿富汗战场服役的老兵已经结束了自己的生命。事实上,自杀的美国军人的数量比美军在伊拉克、阿富汗的死亡人数还要多。11年的战争给美军造成了严重创伤,大约230万名美国人曾在伊拉克或阿富汗战场服役,其中的80万人曾辗转数个战场。

登录美国的任何地方报纸网站,搜索“老兵自杀”,就能搜索到至少一个新闻链接。根据美国国家暴力死亡报告系统的数据,波特兰州立大学的马克·卡普兰表示,跟普通美国男性公民相比,男性退伍军人的自杀率高出两倍,跟普通美国女性公民相比,女性退伍军人的自杀率高出三倍。跟普通公民相比,退伍军人在试图自杀时使用武器的概率高出60%,而使用武器是最有效的自杀方式。

为什么年轻退伍军人的自杀率如此之高?

1992年,安东尼·斯沃福德差点自杀,那时他刚从海军陆战队退伍,结束了海湾战争中在科威特的作战任务。斯沃福德表示,在战斗的情绪和战友的情谊随着时间慢慢消退的同时,老兵们会感受到随之而来的孤独和寂寞,这令他们产生自杀的想法。斯沃福德曾四处走动,寻找自杀的机会。他曾在仓库工作,工作基本不需要跟人交流,后来他成为一名作家,这也不怎么需要跟人交流。在退伍约20年后,斯沃福德才找到解脱的方式。

参与战斗导致精神创伤

美国退伍军人事务部和美国军方都拒绝将老兵自杀直接归咎于战争造成的心理和社会代价,退伍军人管理局内部在讨论老兵自杀时从来不使用“盛行”这样的字眼,但不可否认的是美国老兵居高不下的自杀率日益引起人们的关注。在伊拉克、阿富汗战争爆发前,军队中严格的训练和纪律被认为是防止自杀的一道屏障。

就连军事自杀研究协会的共同负责人、丹佛市退伍军人管理局的皮特·古铁雷斯也不得不承认这一事实,“多次派遣的压力和执行任务之间的休息时间有限可能是导致老兵自杀率高的独特因素,”古铁雷斯说,“它并非一定增加了自杀的风险,但肯定产生了某种影响……或许军方保护培训的作用已经不够了,但我们并没有支持这一说法的数据。”

研究者和医生不愿意将老兵的自杀倾向和战争创伤公然联系在一起,他们坚称没有证据。然而,如果教会一个年轻人如何战斗、杀戮,将他送上战场几次,他回到家后会发生巨大变化,他会对武器产生依赖,会将暴力看成解决问题的可接受方式。

人们清楚的是有些事情发生了明显改变。“伊拉克战争爆发之前,参军入伍、参与战斗似乎是防止自杀的一个有效因素,”古铁雷斯说,“但现在一部分现役美军的自杀率已高于不服役的普通公民。”

退伍后沿用战场思维

尽管美国军方的很多医疗机构不愿意讨论这一话题,斯沃福德还是设法联系上了两名曾治疗过很多老兵的医生,让他们畅谈关于老兵自杀的想法。

乔纳森·吉文医生曾写过有关士兵作战和返乡的书籍,是越战时期“队伍凝聚力”部署方式的主要支持者。他发现在自己的病人中,老兵的孤独感和绝望与他们在战争中被部署的方式有直接联系。在越南战争中,新成员会填补作战部队中死亡、退伍士兵的空缺,这种缺少队伍凝聚力的方式不利于信任的建立,而信任是战争中防止精神伤害的最主要因素之一。由于吉文的建议,队伍凝聚力已成为现在标准作战部署安排中的重要考虑因素之一。

但是现在,吉文表示,由于多次部署,士兵们又面临一系列截然不同的挑战。当他们被多次派遣参与战斗时,遭受“精神伤



自杀老兵的父亲坐在儿子尸体旁



士兵在阿灵顿公墓哀悼战友

害”的几率就高得多。当士兵的信任和是非概念受到激烈的战斗的影响时,精神伤害就产生了,结果就是,当士兵退伍返回家中后,依然会保持在紧张作战中培养而成的心理习惯。换句话说,解甲归田的老兵依然保持着高度警惕,不相信任何人——这是一种很困难的生活方式。

另一名医生、斯坦福大学压力和健康研究中心的大卫·斯皮格尔检查过当今很多美国老兵的心理状态,他认为“士兵们带着问题回家,他们感觉不被理解”。斯皮格尔意识到,在越南战争期间,战争成了美国文化的一个中心部分。不管你是否参与战斗,是否支持战争,你都无法不关心它。对士兵来说,受到重视或反对都比被忽略要好得多,斯皮格尔认为,现在美国对士兵的态度就是忽略,“假装老兵根本就不存在”。

斯皮格尔也不否认战争的暴力是导致老兵自杀率高的原因之一,他表示:“当暴力的界线被跨越过一次后,再次跨越就变得很容易。谋杀和自杀区别很大,但它们都是杀戮的两种形式。”

自我修复

老兵建立机构“自救”

很多老兵和他们的家人都开始自己解决心理问题,而非依赖退伍军人管理局,老兵丹·韦斯特承认自己已经“多年避免精神健康问题”。

韦斯特曾于2009年在伊拉克服役,担任美军第214旅的公共事务士官。在被派往伊拉克后的第一个星期,他所在的公共事务部要去附近的村子里执行医疗任务,当医生治疗病人时,他在一旁拍摄照片。突然他看到一位女性抱着一个两岁的孩子前来求医,那个孩子几乎全身烧伤。

韦斯特被吓坏了,他不得不走开,使自己镇静下来。不过不久之后,他就习惯了战争的血腥。一周之后,他拍摄了一位老人抱着一个严重营养不良的12岁孩子的照片,拍摄进行得很顺利。现在韦斯特家的冰箱上还贴着这张照片,用来提醒他在战争中的所见所闻。

“作战任务结束后,我们整个队伍都与一名神父坐在一起,神父

问我们有没有什么问题,指挥官说我们之中没有任何人有问题,这就是我们的心理健康检查。”韦斯特表示。当韦斯特回到家中后,他发现整个世界都跟他入伍前不一样了。“我依旧按照我在战场上的习惯来处理问题,”韦斯特说。

韦斯特退伍3年后终于找到了一个当地老兵组织,该组织帮他意识到自己存在心理问题。该组织由伊拉克战争老兵杰西·斯科林和职业治疗师珍娜·谢利尔建立,通过组织老兵参加极限运动让他们体验在工作、学习、家庭生活中所无法体验的战友友谊和团队精神。“极限运动促使老兵注意力高度集中,这是日常生活所无法达到的,”谢利尔解释道,“除了提高他们集中注意力的能力外,极限运动还能让他们参与到有意义的互动中。”

韦斯特表示,参加这个老兵组织挽救了他的生活和生命。

军方关注

退伍军人管理局改进工作

美国的退伍军人管理局终于开始检查老兵是否有创伤后应激障碍及自杀倾向,社工们会向老兵提问,听他们谈话,以分辨他们是否存在严重的心理问题。如果一个老兵酗酒或吸毒、失业、孤僻,那么他很有可能已患上心理疾病。

残障美国退伍军人、退伍军人共识等组织不断敦促退伍军人管理局改进服务,扩大检查范围,发现存在心理问题的老兵是退伍军人管理局的主要任务之一。

但问题依然存在:退伍军人的情况会改善吗?多管齐下似乎很有必要。杰希·卢是加州大学洛杉矶分校医学中心成员之一,她经常前往洛杉矶西部的退伍老兵管理局医院的创伤后精神障碍诊所工作,她是“长时间暴露疗法”的支持者。在这种疗法中,病人对着录音机讲出他所遭受的最激烈的创伤,病人被要求从头开始一五一十

地叙述,并且要用上五官感觉。治疗师必须在这个过程中向病人提问,以引导他的回忆。当病人走出治疗室时,他已经尽可能清楚地叙述了自己的创伤。然后医生会要求病人回家听录音带,每天听一部分,一个星期内听完一遍,一直持续3个月。

卢承认这种疗法并不轻松,因为它强迫病人在日常生活中面对曾经的“噩梦”,“对能够忍受的病人来说,这种方法非常有效,”卢表示。斯沃福德问卢为什么有些老兵受到战争创伤,有些则没有。“哦,天哪,”卢说道,“如果我知道答案就好了。”她停顿了一下说:“当你第一次见到某个病人,将他诊断为创伤后应激障碍时,你就意识到,这个人的生活将会变得跟以前不同。他们离开时是为了服务美国,做一些理想主义的事情,他们回来后却疲惫不堪。”