

# **Psychosociální problémy vojáků po zahraniční misi a jejich vliv na osobní život**

Radek Machálek

---

Bakalářská práce  
2013

 Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně  
Fakulta humanitních studií

---

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

akademický rok: 2012/2013

## ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Radek MACHÁLEK**  
Osobní číslo: **H10206**  
Studijní program: **B7507 Specializace v pedagogice**  
Studijní obor: **Sociální pedagogika**  
Forma studia: **kombinovaná**

Téma práce: **Psychosociální problémy vojáků po zahraniční misi  
a jejich vliv na osobní život**

Zásady pro vypracování:

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.  
Vymezení pojmů a teoretických východisek z oblasti psychosociálního dopadu zahraniční mise na osobní život vojáka.  
Příprava metodiky výzkumné části.  
Realizace kvalitativního výzkumu.  
Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.  
Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.

Rozsah bakalářské práce:

Rozsah příloh:

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná/elektronická**

Seznam odborné literatury:

**KRAUS, Bohuslav. Základy sociální pedagogiky. Praha:Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-383-3.**

**KRAUS, Bohuslav a Věra POLÁČKOVÁ. Člověk-prostředí-výchova. K otázkám sociální pedagogiky. Brno: Paido, 2001. ISBN 80-7315-004-2.**

**DZIAKOVÁ, Olga. Vojenská psychologie. Praha: Triton, 2009. ISBN 978-80-7387-156-7.**

**ŠVARÍČEK, R., K.ŠEĐOVÁ a kol. Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách.**

**Praha:Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-313-0.**

**JAGER, Bohuslav a Luděk LÁVIČKA. Teze psychologické přípravy vojáků odjíždějících do zahraničních mírových misí. Materiál určený pro vnitřní potřebu AČR, 2001.**

Vedoucí bakalářské práce:

**doc. PhDr. Lenka Haburajová Ilavská, Ph.D.**

Ústav pedagogických věd

Datum zadání bakalářské práce:

**30. listopadu 2012**

Termín odevzdání bakalářské práce:

**3. května 2013**

Ve Zlíně dne 19. února 2013



doc. Ing. Anežka Lengalová, Ph.D.  
děkanka



Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.  
ředitel ústavu

## PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby <sup>1)</sup>;
- beru na vědomí, že bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3 <sup>2)</sup>;
- podle § 60 <sup>3)</sup> odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 <sup>3)</sup> odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – bakalářskou práci - nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

- elektronická a tištěná verze bakalářské práce jsou totožné;
- na bakalářské práci jsem pracoval samostatně a použitou literaturu jsem citoval. V případě publikace výsledků budu uveden jako spoluautor.

Ve Zlíně .....<sup>22.2.2013</sup>.....



<sup>1)</sup> zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, § 47b Zveřejňování závěrečných prací:

(1) Vysoká škola nevydělečně zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výsledku obhajoby prostřednictvím databáze kvalifikačních prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vnitřní předpis vysoké školy.

(2) *Disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlázení veřejnosti v místě určeném vnitřním předpisem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výpisy, opisy nebo rozmnoženiny.*

(3) *Platí, že odevzdáním práce autor souhlasí se zveřejněním své práce podle tohoto zákona, bez ohledu na výsledek obhajoby.*

2) *zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 35 odst. 3:*

(3) *Do práva autorského také nezasahuje škola nebo školské či vzdělávací zařízení, užitje-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vytvořené žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacímu zařízení (školní dílo).*

3) *zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 60 Školní dílo:*

(1) *Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst.*

3). *Odprá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ústanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.*

(2) *Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užit či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněnými zájmy školy nebo školského či vzdělávacího zařízení.*

(3) *Škola nebo školské či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělku jím dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolností až do jejich skutečné výše; přitom se přihlédne k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.*

## **ABSTRAKT**

Téma bakalářské práce se zabývá psychosociálními problémy vojáků po zahraniční misi a jejich vlivy na osobní život. Práce se úzce věnuje vojenské oblasti, vojákům, kteří absolvovali zahraniční operaci, kteří zde odváděli svou práci, která se odvíjela v silně traumatizujícím a stresovém prostředí. Významná část práce analyzuje vlivy těchto zážitků a zkušeností na pozdější osobní život vojáka. Cílem bakalářské práce je tedy zjistit, jakým způsobem se tyto tyto psychosociální vlivy po zahraniční mise projeví do jejich osobního a profesního života vojáka. Důležité bylo zejména přiblížit problematiku zahraničních misí a především pak možnosti následné odborné psychologicko-sociální pomoci. V empirické části práce je využit kvalitativní výzkum, který je uskutečněn hloubkovým rozhovorem s vojáky, kteří sloužili v zahraničních operacích.

Klíčová slova: Voják, zahraniční mise, stres, trauma, adaptace, prostředí,

## **ABSTRACT**

This bachelor thesis is focused on psycho-social issues of soldiers after their return home from foreign missions and how it affects their personal life. This thesis deals with military environment, especially involving soldiers of the Army of Czech Republic, who served in foreign military missions. These soldiers served in a very stressing environments and experienced many difficulties in the war areas. Significant part of this work analyzes effects of these experiences on soldier's life after their return. The aim of this work is finding out how these issues influenced their life after return from mission. Important goal was to bring information about foreign missions and mainly about following possibilities of specialized psycho-social help. In an empiric part of this work I make use of a qualitative research made by the means of depth interview with soldiers, serving in the foreign operations.

Keywords: : soldier, foreign mission, stress, trauma, adaptation, surrounding, family.

Poděkování:

Touto cestou bych poděkoval vedoucí mé bakalářské práce doc.PhDr.Lence Haburajové Ilavské, Ph.D za odborné vedení a pomoc, kterou mi poskytla při zpracování této práce a především za vstřícnost a cenné rady. Dále chci poděkovat nadporučíku Mgr. Jiřímu Františku Průžovi, vojenskému psychologovi 74.lehkého motorizovaného praporu Bučovice, za cenné rady a zajištění vojenské literatury pro zpracování mé práce.

Motto:

*„Žádná válka se bez vojska nedá vyhrát, národ o svou svobodu musí také vždy bojovat...“*

Edvard Beneš

*„Stultitia est sedendo aut votis debellari credere posse - Je pošetilostí věřit, že válku je možno vybojovat rokováním nebo modlitbami“*

Livius Titus

Prohlášení:

Prohlašuji, že odevzdaná verze bakalářské/diplomové práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.

# OBSAH

<b>ÚVOD</b> .....	<b>8</b>
<b>I TEORETICKÁ ČÁST</b> .....	<b>9</b>
<b>1 ZAHRANIČNÍ MISE POHLEDEM SOCIÁLNÍHO PEDAGOGA</b> .....	<b>10</b>
1.1 ADAPTACE .....	12
1.2 RODINA A RODINNÉ PROSTŘEDÍ .....	13
<b>2 PROFIL VOJÁKA Z POVOLÁNÍ</b> .....	<b>15</b>
2.1 PSYCHOLOGICKÁ PŘÍPRAVA VOJÁKA DO ZAHRANIČNÍ MISE .....	16
2.2 SMYSL PSYCHOLOGICKÉ PŘÍPRAVY .....	17
2.2.1 Hlavní cíl psychologické přípravy.....	17
2.3 FÁZE VOJENSKÉ ZAHRANIČNÍ MISE .....	18
2.4 SOCIÁLNĚ - PSYCHOLOGICKÉ ASPEKTY V ZAHRANIČNÍ OPERACI.....	19
2.5 VLIV A NASAZENÍ PO ZAHRANIČNÍ MISI NA NEJBLIŽŠÍ SOCIÁLNÍ OKOLÍ .....	20
2.6 STRES JAKO HLAVNÍ FAKTOR VOJENSKÉHO POVOLÁNÍ.....	22
2.6.1 Příčina vzniku stresu .....	24
2.6.2 Příznaky stresu .....	24
2.6.3 Krizová a posttraumatická intervence .....	25
2.7 PSYCHOLOGICKÁ PŘIPRAVENOST.....	25
2.7.1 Úkoly vojskové psychologické služby .....	26
2.7.2 Psychická připravenost.....	26
2.7.3 Složky psychické připravenosti.....	27
2.7.4 Debriefing a jeho organizace.....	27
2.7.5 Zvládání bojového stresu .....	28
<b>II PRAKTICKÁ ČÁST</b> .....	<b>31</b>
<b>3 METODOLOGIE KVALITATIVNÍHO VÝZKUMU</b> .....	<b>32</b>
3.1 CÍL A VÝZKUMNÉ OTÁZKY .....	32
3.2 TECHNIKA SBĚRU DAT .....	33
3.3 VÝZKUMNÝ SOUBOR .....	34
3.4 ZPŮSOB ZPRACOVÁNÍ DAT .....	35
3.5 ANALÝZA DAT .....	36
<b>4 SHRUTÍ VÝSLEDKU VÝZKUMU</b> .....	<b>52</b>
<b>ZÁVĚR</b> .....	<b>56</b>
<b>SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY</b> .....	<b>58</b>
<b>SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK</b> .....	<b>60</b>
<b>SEZNAM OBRÁZKŮ</b> .....	<b>61</b>
<b>SEZNAM PŘÍLOH</b> .....	<b>66</b>



## ÚVOD

Účast v zahraniční misi je významným krokem v životě snad každého profesionálního vojáka. Může zcela změnit jeho osobní život, pracovní řád a rytmus a postoj sama k sobě i k druhým lidem. Účast v zahraniční misi může být vnímána jako jakýsi vrchol profesní kariéry, ke kterému je směřována příprava vojáka a výcvik, který prověří jeho schopnosti. Cesta k tomuto vrcholu by neměla začínat až v závěrečné přípravě na zahraniční misi (jejíž trvání se v současnosti liší dle charakteru mise od několika dní po několik týdnů), ale již dříve v podobě systematické přípravy a práce u mateřských útvarů a ve vojenských školících a výcvikových zařízeních. Pojem "zahraniční mírová mise" však nelze časově ani prostorově zužovat jen na vlastní plnění zadaných úkolů mimo území České republiky. Máme-li této problematice správně rozumět, je třeba pochopit i problematiku návratu do vlasti a vztah vojáka k bezprostřednímu sociálnímu prostředí. Jsou to tyto důvody, pro které je psychologická příprava koncipována širěji. Počítá s psychosociální podporou, jež je právě zmíněnou problematiku a cílovou skupinu zaměřena. Vzhledem k měnícímu se nazírání na vojáky, jakožto základní stavební kameny každé ozbrojené síly, jenž v současné době neprobíhá jen v české armádě, ale v celé Severoatlantické alianci, je nesporné, že projekt psychologické přípravy a psychosociální podpory pro jednotky plnící úkoly v rámci mírových operací mimo území České republiky kráčí jednoznačně v duchu trvajících přibližování standardů Armády České republiky tradičním armádám Severoatlantické aliance. Téma bakalářské práce zní: „Psychosociální problémy vojáků po zahraniční misi a jejich vliv na osobní život“. Cílem práce je poskytnout na problematiku vojáků, působících v zahraničních misích, ucelený pohled a zjistit, jaké psychologicko-sociální faktory ovlivňují jejich život po návratu z misí. Vybrané téma je pro nás osobně významné, neboť se ve vojenském prostředí pohybujeme, a je s naším povoláním úzce spjato. První část práce se věnuje vybrané problematice v teoretické rovině. Seznamuji v ní čtenáře se základními pojmy jako je adaptace či sociální prostředí. V praktické části se věnujeme kvalitativnímu dotazníkovému šetření, jehož cílem je přinést odpovědi na stanovené výzkumné otázky tak, aby bylo možné vyvrátit či potvrdit stanovenou výzkumnou otázku.

## **I. TEORETICKÁ ČÁST**

## 1 ZAHRANIČNÍ MISE POHLEDEM SOCIÁLNÍHO PEDAGOGA

Jako pedagogická disciplína vznikla sociální pedagogika na přelomu 19. a 20. století, přičemž byla výrazně poznamenána vznikem a rozvojem sociologie. Sociologie ovlivnila pedagogiku tím, že za rozhodující faktor při utváření osobnosti začala považovat vliv prostředí, především prostředí společenského. Bakošová (1994, s. 10) považuje sociální pedagogiku za hraniční vědní disciplínu mezi pedagogikou a sociologií. Sociální pedagogika podle této autorky *zkoumá vztahy mezi sociálním prostředím a výchovou, formy sociální pomoci a péče o děti, mládež a dospělé, tedy člověka v sociálním prostředí*. Úlohu sociální pedagogiky vidí Bakošová v hledání optimálních forem pomoci člověku v jeho životní dráze, v utváření hodnotných výchovných podnětů a v kompenzování nedostatků prostředí, přičemž zdůrazňuje formy sociální pomoci a péče. Uplatnění má sociální pedagogika tedy všude tam, kde rodina a škola ztratila svoji funkci a kde se vyskytly problémy různého druhu. Obsahově širší pohled na sociální pedagogiku zastává Kraus (2004b, s. 39), který uvádí výčet významných a aktuálních témat pro sociální pedagogiku. Sociální pedagogika by se podle tohoto autora měla zabývat:

- *sociální podmíněnost výchovného procesu* - důležité je vnímat souvislosti mezi vývojem společnosti a výchovně vzdělávacím procesem,
- *výchovou jako součástí procesu socializace* - důležité je zkoumat, jak výchova ovlivňuje a reguluje proces socializace,
- *prostředím a výchovou* – tedy reflektovat jaké důsledky mají na výchovu změny prostředí (od lokálního až po globální), dále je třeba vyhledávat prostředí, která ohrožují optimální vývoj jedince a snažit se taková ohrožení prostřednictvím profylaxe a kompenzace minimalizovat,
- *charakteristikou konkrétních prostředí* – zabývat by se sociální pedagogika měla především rodinou, vrstevnickými skupinami, školou a dalšími výchovnými institucemi,
- *působením médií na výchovný proces* - důležité je reflektovat pozitivní i negativní účinky médií (především internetu) a hledat vztahy a možnosti výchovy v souvislosti s jejich působením,
- *životním způsobem a jeho utvářením* - je třeba analyzovat strukturu životního stylu současné populace a všimnout si především zdravého životního stylu a funk-

- cí volného času, pozornost je třeba věnovat také sociálně deviačnímu životnímu způsobu a možnostem jak ho kompenzovat,
- *životními a výchovnými situacemi, krizovými situacemi a jejich řešením* – je důležité analyzovat výchovné situace (fáze, znaky, uzlové body, principy ovlivňování), sociální pedagogika může pomáhat řešit krizové životní situace a hledat možnosti, jak jim předcházet,
  - *profesí sociálního pedagoga* - je třeba dostatečně vypracovat charakteristiku profese sociálního pedagoga (pracovní činnosti, kompetence, podmínky pro výkon profese apod.),
  - *prací sociálních pedagogů v terénu* - jedná se o práci s určitými cílovými skupinami (např. drogově závislí, prostitutky apod.) v časoprostoru s cílem pomoci těmto lidem při zvládnutí krizového období jejich života,
  - *sociálně výchovným působením v minoritních a rizikových skupinách, práci s komunitami* - velmi aktuální téma v souvislosti s problematikou multikulturality a s ní související multikulturní výchovy,
  - *probací a mediací* – jde o zabezpečení hladkého průběhu odklonu v trestním řízení (mladistvým pachatelům by mělo být nabídnuto alternativní soudní řízení a resocializace),
  - *pomáháním, dobrovolnickou prací* - pomáhání vychází z morálních norem, z altruistických potřeb člověka, v současné době je pomáhání aktuální na nestátní, neprofesionální úrovni- na úrovni dobrovolnictví (nadace, charity, občanská sdružení apod.).

Adaptace je nedílnou součástí života, patří také k jednomu z úkolů sociální pedagogiky, která zkoumá, jak jedinci poskytovat pomoc v adaptaci na stále náročnější podmínky (Kraus, 2008, s. 66). Adaptace je důležitou součástí psychologické přípravy po skončení mise. Proto se tomuto zásadnímu tématu věnuje podrobněji další kapitola.

Dalším poměrně důležitým pojmem v sociální pedagogice je pojem „prostředí“, které vytváří podmínky pro život – životní prostředí. Kraus (2008, s. 94) uvádí, že *prostředí lze chápat jako souhrn činitelů, které na člověka působí*. Prostředí člověka lze charakterizovat podle tohoto autora následujícími znaky:

- Demografické prostředí - velikostí, hustotou zalidnění, podle teritoria.
- Komunikační - propojeností, přenos informací.

- Společensko-kulturní - úrovní kulturního života
- Osobnostně-vztahovou - rozdělení sociálních skupin.

Jednotlivá prostředí se různě doplňují a prolínají a na osobnost člověka mohou působit jak pozitivně, tak negativně (Kraus, Poláčková, 2001, s. 74). Tato práce se zabývá adaptací na prostředí jak rodinné, tak pracovní, proto se zabývá především pojmy, jako jsou prostředí a rodina. Kraus (2008, s. 119) uvádí, že *komunikace je chápána jako proces, při kterém si lidé sdělují informace v přímém i nepřímém sociálním kontaktu. V těchto kontaktech probíhá sociální interakce, což je jednání, které vzájemně ovlivňuje jedince či skupiny*. Komunikace je proto u vojáků při plnění jejich povinností nezbytnou součástí v rámci pohybu v sociální skupině, především v případě, že se jedná o semknutí vojenského kolektivu uvnitř vojenské základny, nebo o kontakt s blízkými rodinnými příslušníky v ČR, které je velmi důležité hledisko udržování a upevňování rodinných vazeb. Po několika dlouhých měsících pobytu v cizí zemi, kde jsou vojáci pod neustálým tlakem, mohou eskalovat problémy s partnerem nebo rodinou. Všechny tyto aspekty mohou později vyústit v opravdový problém, který vyžaduje okamžitou intervenci odborníka. Krizová intervence je soubor metod, které mohou identifikovat a strukturovat u dané osoby prožívání a ohrožující chování. Vojáci využívají nejrůznější druhy skupinových sezení, mezi nimiž je dominantní debriefing (pojem bude podrobněji vysvětlen v jedné z následujících kapitol), který by měl zajistit včasnou intervenci, která se využívá nejčastěji po různých vojenských akcích. Následující kapitoly se blíže věnují problematice adaptace a rodině a rodinného prostředí.

## 1.1 Adaptace

Adaptace je evoluční proces, při němž se daný organismus (resp. druh) přizpůsobuje vnějším podmínkám a dalším faktorům, které panují v areálu jeho výskytu. Člověk nepřijímá podmínky, ve kterých žije, pouze pasivně, ale snaží se přizpůsobit svým potřebám, zájmům, hodnotám či cílům. (Křivohlavý, 2011, s. 192). Podle Křivohlavého (2011, s. 193) adaptace zahrnuje:

- předpoklady člověka zvládnout změny vnějšího prostředí (adaptabilita, přizpůsobivost),

- proces zvládání změn, postihující interakci člověka s prostředím (adaptování, přizpůsobování),
- a jeho výsledný stav (adaptovanost, přizpůsobenost).

Adaptabilita lidí je schopnost přizpůsobit se prostředí, a u každého z nás se liší. Lidé mají odlišné předpoklady zvládnout změny. Adaptabilita závisí na osobních předpokladech každého z nás a je determinována i sociálními podmínkami, které uspokojují sociální potřeby např. pocit bezpečí, sounáležitosti či pracovního uspokojení. Někteří badatelé diferencují různé stránky adaptace. Příkladem může být známé pojetí adaptačního procesu, v němž Piaget (1970), rozlišuje dva základní a komplementární momenty. Pasivní přizpůsobování se nárokům prostředí se označuje jako akomodaci. Aktivní adaptaci spočívající v přizpůsobování se prostředí sobě potom nazývá asimilací (Paulík, 2010, s. 11).

Asimilace je založena na přizpůsobení prostřednictvím změny okolí systému. V psychologii je asimilace příznačná aktivním zasahováním jedincem jeho prostředí s cílem přizpůsobit si je s ohledem na své potřeby a zájmy. Spočívá tedy v zaměření zachování změny stávajícího vztahu v prostředí, které mu vyhovují. Akomodace směřuje ke změnám ve vlastní systému tak, aby lépe vyhovoval požadavkům okolí. U lidského jedince to znamená, že respektuje požadavky svého okolí. Proces adaptace je tedy přizpůsobení se na okolní podmínky (Paulík, 2010, s. 11).

Voják se tedy musí přizpůsobit podmínkám jak v prostředí vojenském tak i civilním. Vojenský režim je velmi specifický a náročný a to jak po stránce psychické tak fyzické. Profesionálním vojákem, který splňuje podmínky pro vyslání na zahraniční vojenskou misi, se stává až po náročném přerodu, který tato specifická oblast vyžaduje. Jedním z velkých problémů se na začátku kariéry vojáka, kromě nedostatečné fyzické či psychické zdatnosti, jeví služební podřízenost. Jedná se o přizpůsobení se přímé autoritě k jiným osobám vycházející ze služebního zákona a zde bývá problém s odhodlaností a vůlí.

## 1.2 Rodina a rodinné prostředí

Jedním z bolavějších problémů vojáků, kteří se účastní vojenské mise, je téma partnerských vztahů. Čím častěji vojáci vyjíždějí na mise a tráví svůj čas mimo svou rodinu, tím

více hrozí riziko narušení základních partnerských a rodičovských vztahů (Dziaková, 2009, s. 392). Rodina je podle Krause (2008, s. 80) *je strukturovaným celkem, jehož smyslem, účelem a náplní je utvářet relativně bezpečný, stabilní prostor a prostředí pro sdílení, reprodukci a produkci života lidí. Za rodinu lze podle tohoto autora v současné době považovat skupinu nejméně tří osob, spojených rodičovskými, příbuzenskými nebo manželskými vazbami*. Dále Kraus uvádí, že rodina zůstává ta, která si v průběhu svého historického vývoje prošla různými problémy. Považuje ji stále za nepostradatelnou a jen velmi těžce nahraditelnou instituci, a to jak pro dospělého, tak i pro dítě.

Významným jevem v životě vojáka je přerušování dosavadních sociálních svazků, tedy odloučení od rodiny, přátel, známých. Odloučení po prvních měsících na některé vojáky těžce doléhá a vyvolává různé negativní psychické stavy. Každé odloučení vojáka od domova a blízkých nese větší nebo menší sociálně psychologické problémy nejen v partnerském vztahu, ale i ve vztahu k dětem. To se potom zjevuje intenzivnějším prožíváním stresových sociálních i pracovních situací (Dziaková, 2009, s. 505).

V současné době nejsou výjimkou vojáci vyjíždějící na misi po čtvrté či po páté, což znamená, že většinu času strávili v tzv. „skleníkovém“ prostředí mise a skutečný život se pro ně může stát virtuální realitou. Ve vojenských rodinách hraje podstatnou roli „kočovnický styl“ života vojáků a často i celých jejich rodin, při kterém se nezdá, že se objeví neschopnost adaptace partnerů a dětí na dané změny jako je například změna pracovního místa, školy, domova a podobně. V důsledku tohoto faktu vznikají neshody, které často rodina vojáka není schopna samostatně vyřešit (Dziaková, 2009, s. 393).

Dunovský (1986, s. 36) hovoří o pásmech funkčnosti rodin. Tento autor za dobu své praxe v pediatrii vytvořil dotazník funkčnosti rodiny, a při jeho vyhodnocení určil, zda se jedná o rodinu funkční, problémovou, dysfunkční nebo afunkční. Pokud dojde k poruše funkce rodiny, neexistuje žádná instituce, která by ji mohla nahradit. Dle Dunovského se v problémové rodině vyskytuje porucha některých nebo i všech funkcí rodiny, ale není ohrožen rodinný systém a ani vývoj dítěte v něm. Prostředí a jeho vliv krátkodobé pomoci zvětší nebo i vlastními silami je schopna problémy vyřešit. Taková rodina však vyžaduje zvýšenou pozornost. Proto, abychom mohli emocionalitu pochopit a poznat je bezpodmínečně nutná spolupráce odborníků například psychologa a psychiatra (Dunovský, 1986, s. 41).

## 2 PROFIL VOJÁKA Z POVOLÁNÍ

Každý voják by měl být po psychosociální stránce vzděláván a připravován po celou dobu své vojenské kariéry tak, aby byl po psychické i sociální stránce připraven na úspěšné zahájení bojové činnosti, na efektivní plnění úkolů v boji a aby byl schopen udržet si psychické zdraví i po skončení bojů. Hlavním cílem dlouhodobého procesu psychologicko-sociální přípravy, která zahrnuje každodenní vojenský výcvik a vyučování vojáků po celou dobu jejich profesionální kariéry, je pak připravený vojenský profesionál, který by měl podle znát:

- základní projevy zátěže a její důsledky,
- projevy nežádoucích forem komunikace,
- negativní projevy v sociálních vztazích,
- psychologické zvláštnosti vojenské profese,
- nároky a zvláštnosti vojenského prostředí,
- průvodní projevy nepřizpůsobení (maladjustace).

Dále by měl podle tohoto autora vojenský profesionál umět a znát:

- postupy zvládnutí zátěže a zvládnutí svého aktuálního psychického stavu,
- efektivně zvládnutí adaptačního procesu na změněné podmínky,
- rozvíjet svou psychickou odolnost, udržovat a zvyšovat svou psychickou připravenost,
- úspěšně zvládnutí psychologické aspekty bojové činnosti,
- adekvátně komunikovat ve vojenském prostředí a zvládnutí projevů nežádoucí komunikace,
- přispívat k upevnění vnitroskupinové dynamiky a umět podporovat týmovou spolupráci,
- regulovat své emoce, city,
- zvládnutí svého postoje ve prospěch výkonu profese,
- rozpoznat maladaptivní projevy v chování,
- akceptovat a internalizovat specifické nároky a zvláštnosti vojenské profese a prostředí. (Hummel, 2006, s. 8)



## 2.1 Psychologická příprava vojáka do zahraniční mise

Psychologická příprava má v rámci přípravy vojáků velmi důležitou roli. Stále se však v této oblasti setkáváme s nejasnostmi, nestrukturovaností, nenávazností jednotlivých výukových a výcvikových programů. Tento stav přináší při provádění psychologické přípravy pro výjezd do zahraniční mise nemalé problémy. Jednotlivé kontingenty jsou obvykle sestaveny z příslušníků různých útvarů a zařízení. Není neobvyklé, když se v jednom kontingentu sejdou příslušníci několika útvarů. Vstupní znalosti a zkušenosti z oboru psychologie pak bývají u jednotlivých vojáků velmi odlišné. Někteří vojáci mají zkušenost pouze s psychologem ve vojenských nemocnicích, jiní mají zkušenost s psychologem u mateřského útvaru, ale zatím se nezúčastnili žádné psychologické přípravy. Najdou se však i vojáci, kteří procházejí přípravou na misi opakovaně, psycholog u mateřského útvaru pro ně připravuje pravidelně přednášky z psychologie a zároveň se i účastnili různých zátěžových zaměstnání a výcviků v přežití. Je pak velmi obtížné sladit přípravu tak, aby probíraná problematika nebyla podávána příliš triviálně. Psychologická příprava je tedy proces, který spočívá ve formování a zvyšování psychické připravenosti k úspěšnému zvládnutí zátěžových situací a plnění úkolů nejen v mírovém životě a výcviku, ale i v rámci nasazení v mírové misi. Jedná se o „*záměrné a cílevědomé formování psychické připravenosti vojáků k aktivní, efektivní a společensky žádoucí činnosti při plnění úkolů v dynamicky se měnících situacích vojenské služby i při nasazení v mírové misi*“ (Jäger, Lávička, 2001, s. 12) Hlavní cíle psychologické přípravy je připravit vojáka po psychické stránce na úspěšné zvládnutí činnosti. Založena je na záměrném vytváření zátěžových situací a jejich opakování, tak aby vojáci byli nuceni hledat a upevňovat nové návyky, odpovídající způsoby chování, dovednosti, postoje a vlastnosti. Hlavní rysy psychologické přípravy jsou:

- intenzivnost,
- nebezpečí a riziko,
- neočekávanost a strádání,
- autentičnost,
- programovatelnost,
- originalita,
- kontinuální návaznost,
- a kontinuální výstavba a modelování, flexibilita (Jäger, Lávička, 2001, s. 12).

## 2.2 Smysl psychologické přípravy

V psychice vojáka vznikají při správně vedeném výcviku nové funkce a psychické vlastnosti. Vytvářejí se i předpoklady pro úspěšné zvládnání zátěžových, životních a bojových situací. Jedná se zejména o následující záležitosti:

- Příprava vojáků na jednání ve složitých, neobvyklých a nebezpečných situacích. Ocitne-li se voják později v nasazení v podobné situaci, upevněné způsoby jednání se znovu vybavují a řídí činnost vojáka.
- Schopnost vytvářet si správnou představu o skutečné situaci v operačním prostoru jednotky.
- Schopnost seberegulace negativních emocí a nepříjemných stavů ve smyslu schopnosti trvalé denní psychohygieny, jako umění pomoci sám sobě (autopsychohygieny).
- Pevné volní vlastnosti jednání spočívající v záměrném a uvědomělém zaměření aktivity na realizaci vytýčeného úkolu, spojenou s překonáváním různých překážek.
- Osobnost vojáka, která je vlastně zastřešujícím systémem v úspěšném zvládnání psychické zátěže.
- Dobré mezilidské vztahy v jednotce a příznivou psychosociální atmosféru, sociální klima, jejichž utváření ovlivňují zejména velitelé a vojáci, kteří mají ve vojenské jednotce neformální autoritu (Jäger, Lávička, 2001, s. 13).

### 2.2.1 Hlavní cíl psychologické přípravy

Hlavním cílem je připravit vojáka po psychické stránce na úspěšné zvládnutí činnosti, tzn. vytvořit a upevnit jeho psychickou připravenost k zasazení do mise poskytnutím možných způsobů řešení zátěžových situací.

- Primární cíl: úspěšné zvládnutí celé mise, v procesuálním pojetí (tzn. přípravy, zasazení a návratu do běžného vojenského, rodinného a občanského života)
- Sekundární cíl: komplexní působení na vojáka a jeho rodinu, popřípadě příbuzné, rodiče a blízké.

- Následné cíle: potvrzení možnosti nového nasazení vojáka v horizontech:
- krátkodobý termín (týdny)
- střednědobý termín (měsíce)
- dlouhodobý (minimálně po 1 roku a více)
- nenasazení a stanovení způsobu psychosociální pomoci a možnosti znovuzasazení s určením termínu, kde vzít v úvahu zvládnutí mise, výsledky člověka a stav po misi v souladu s vyšetřením po misi (Jäger, Lávička, 2001, s. 13).

## 2.3 Fáze vojenské zahraniční mise

### Fáze adaptace (1. - 6. týden)

Jedná se o první adaptační období. Voják se zde v prvopočátcích seznamuje s novým prostředím, na které se musí adaptovat. Voják se zde musí seznamovat s novou kulturou, kde jsou například zcela jiné postavení žen a mužů. Trvá nějakou dobu, než si zvykne na to, že se stará pouze jen o své služební povinnosti a jeho domácí povinnosti mu zcela odpadli jako nákupy, odvoz dětí ze školy a podobně. Další nezbytně nutnou složkou úspěšné adaptace je relaxace a odpočinek. V závislosti na tom, jak velké a různorodé relaxační možnosti prostředí mise nabízí, a jak kvalitní relaxační stereotyp si jednotlivý voják během prvních týdnů vytvoří, dochází také k systematické eliminaci negativních psychických stavů, jež nepochybně přepadnou každého vojáka a to dřív či později. Pokud vojáci nejsou schopni účelně zaplnit svůj volný čas, jsou pak náchylnější k obtížnější adaptaci na prostředí mise, obtížněji se začleňují do kolektivu, mohou tedy rychleji podléhat depresivním pocitům (Dziaková, 2009, s. 370 – 371).

### Fáze normalizace (6. - 12. týden)

Tato fáze je charakteristická svým vysokým pracovním nasazením, minimální chybovostí v pracovních výkonech a minimální konfliktností v mezilidských vztazích ve vojenských jednotkách i na úrovni vztahů partnerských a rodinných (Dziaková, 2009, s. 371).

### **Fáze stereotypie (4. - 5. měsíc)**

Během čtvrtého a pátého měsíce se dostavuje sociálně psychologický fenomén známý jako ponorková nemoc a to jak v pozitivní tak především v negativní formě. Voják vykonává práci rutinním způsobem, zná přesné období kdy se najíst, kdy se hlásí do služby, kdy a jakým způsobem využívá svůj volný čas. Důležitým krizovým bodem je v této fázi pocit nedostatečné intimity, osobního prostoru - například hovoru se svou rodinnou telefonickým způsobem, na internetu a podobně, objevuje se nedostatečná možnost soukromí. Pracovní prostřední postupně zevšední. V polovině mise se objevují začínající problémy v rodině. V dnešní době není díky moderním spojovacím prostředkům být v co možná nejčastějším kontaktu se svou rodinou, přesto se hovory v tomto období hodně utlumí, z důvodu toho, že každodenní líčení zážitků má stejný charakter (Dziaková, 2009, s. 372 - 274).

### **Fáze závěrečná (6. měsíc)**

Poslední šestý měsíc je charakteristický pocitem, že už voják dělá svou práci a činnosti na perfektní úrovni, a navíc s pocitem, že to má tzv. „za pár“ Nálada je v tomto období uvolněná, což je důsledek povolení vysokého sociálně – psychologického napětí za celé období strávené na dané vojenské misi. Bohužel toto uvolnění a snížení pracovního nasazení může nést fatální a tragické následky, protože ostražitost už není taková, jako tomu bylo na začátku mise, a může docházet ke zbytečným zraněním nebo smrti svou nepozorností (Dziaková, 2009, s. 375).

## **2.4 Sociálně - psychologické aspekty v zahraniční operaci**

Štrobl (1999, s. 8) uvádí, že je několik definic války. Jinak o ní podle tohoto autora hovoří političtí činitelé, jinak vojáci, jinak civilní obyvatelstvo. Dále Štrobl říká, že“ *válka je komplexem celé řady psychologicky traumatizujících událostí*“. Služba v zahraniční misi se od služby u mateřského útvaru v mnoha aspektech liší. Ne každý voják si však tyto odlišnosti uvědomuje a připravuje se na ně, což se může stát zdrojem mnoha pozdějších problémů, a to zejména v oblasti sociálních vztahů, pracovního výkonu či adaptace na změněné prostředí. Upozorněním na odlišnosti ve službě u mateřských útvarů a v zahraničí a je-

jich vliv na psychiku vojáků se snažíme těmto potížím předcházet a proto má tato problematika psychologické přípravě důležité místo (Hummel, 2006, s. 14). Psycholog, který provádí přípravu před výjezdem, musí vzít v úvahu fakt, že podmínky v různých misích se liší, a měl by tomu přizpůsobit i svůj výklad a celkovou přípravu. Nejde jen o odlišnosti v charakteru mise (např. rozdíly mezi mírovými a pozorovatelskými misemi), ale i o aktuální situaci v místě nasazení, jež může mít velký vliv na psychiku vojáků. Z možných rozdílů mezi službou u mateřských útvarů a v zahraničí, které mohou být v různé míře přítomny, lze uvést následující:

- *Oblast životních podmínek*: změněný denní řád a rytmus, změny v sociálních kontaktech (nutnost zvykat si a přizpůsobovat se novým lidem), změna životního prostředí, klimatických podmínek apod.
- *Osobní oblast*: omezení kontaktu s rodinou, příbuznými a přáteli, pocity osamocení a frustrace, nedostatek soukromí, nemožnost věnovat se svým koníčkům a zálibám apod.
- *Pracovní oblast*: změna pracovního zařazení či funkčních povinností, změna pracovní doby, změny ve velení apod.,
- *Oblast bezpečnosti*: možné ohrožení ze strany nepřátel či místních obyvatel, neplánovaná katastrofa nebo incident, nepřiměřená či naopak nadměrná bezpečnost/nebezpečí, nesvoboda pohybu apod.
- *Charakter mise*: nejasný nebo nepochopený účel mise, aktivita jednotek vyvolává velký politický a mediální zájem, kulturní a jazykové rozdíly, problematické vztahy s místním obyvatelstvem a podobně (Hummel, 2006, s. 15).

## 2.5 Vliv a nasazení po zahraniční misi na nejbližší sociální okolí

Nasazení vojáka do zahraniční operace nemá vliv pouze na jeho osobu, ale především jeho sociální okolí. Zejména před samotným výjezdem by každý voják měl zvážit, jakým způsobem se toto rozhodnutí pro výjezd do mise odrazí na jeho pracovní ale především rodinné situaci. I když žádné momentální potíže neexistují, je vždy nutné počítat s tím, že se nasazení do zahraniční mise na nejbližším okolí projeví, a to nejenom v době pobytu v

zahraniční misi, ale především po jejím návratu. Mezi nejčastější problémy, které řeší rodinní příslušníci vojáků, patří podle (Hummel, 2006, s. 21) zejména:

- obavy o svého partnera,
- neznalost prostředí pobytu nasazeného vojáka,
- obavy ze zvládnutí samoty a odloučení,
- napětí a nervozita,
- příprava na chod domácnosti bez partnera – především v oblasti domácnosti, a vyřizování v administrativní činnosti (hypotéka, komunikace s úřady a podobně),
- veškerá péče o domácnost je na partnerce a nutné přerozdělení rolí v domácnosti (žena je vše sama).

Během zahraniční mise mohou nastat v rodině další pochybnosti, jako například:

obavy o partnera

- neznalost prostředí partnerova pobytu
- nedostatek nebo zkreslení informací o partnerovi
- zdravotní problémy apod.

Po návratu ze zahraniční mise sociální prostředí vojáka (rodina) řeší:

- opětovné narušení zaběhnutého režimu (a opětovné přerozdělení rolí),
- že menší děti nepoznávají, nekomunikují,
- že vztah nenavazuje tam, kde přestal,
- že rodina nedává najevo radost z návratu vojáka,
- problémy s intimitou apod. (Hummel, 2006, s. 22)

Návrat vojáka domů z mise není jednoduchý, přechod do běžného života neprobíhá u všech vojáků obdobně, ale adaptace na rodinné poměry je zcela nevyhnutelný pro všechny. Za nejvíce rizikovou je považována raná fáze adaptace. Voják se zde musí zapojit do normálního domácího osobního a pracovního života. Mnohé zkušenosti vypovídají o tom, že vojáci po návratu bývají mnohdy mnohem kritičtější k některým povinnostem. Mohou se cítit nedocenení. Po návratu ke své rodině a partnerovi se cítí vojáci často zmatení a plní úzkos-

ti, protože čekají velkou změnu k lepšímu (ve vztahu k manželce, dětem, sexu apod.), a jsou brzy velmi zklamáni. V závislosti na tom se cítí zklamáni. Cítí se jako cizinci ve vztahu jak k manželce tak kamarádům a nepřipouští si, že v jejich nepřítomnosti se toho tolik změnilo. Vojáci nechápou a nerozumí pocitům hněvu, nepřátelství a negativním pocitům ze separace, jež je zastihnou nepřipravené v období, o kterém po celou dobu snili (Dziaková, 2009, s. 377-378). Psychosociální péče a příprava na návrat vojáka má tedy bezpochyby své opodstatnění.

## 2.6 Stres jako hlavní faktor vojenského povolání

Zátěž neboli stres je taková situace, ve které se zvyšují požadavky na jedince, nebo ve které jsou ztíženy podmínky pro jeho činnost. Je to stav vzbuzený takovou náročnou životní situací, ve které nějaká rušivá okolnost působí na organismus, situací, která ztěžuje plnění úkolů nebo uspokojení potřeb (Čáp, Dytrych, 1968). Stres lze chápat jako určitý stav organismu, kde je nadměrné množství energie využíváno k řešení problémů. Stres vzniká tehdy, působí-li na jedince podnět dlouhou dobu nebo octne-li se v nesnesitelné situaci, které se nemůže vyhnout, a setrvá-li v ní. Stresové situace jsou zesílením nebo vystupňováním běžných životních nároků na člověka a postihují celý organismus. Stresující může být celá životní situace (např. rozvod) nebo určitá podmínka, okolnost či nepříznivý faktor (např. spánková deprivace nebo odpověď organismu na stresující činitel). Za stres je možné považovat i celkový vnitřní stav člověka, fyzický i psychický (Jäger, Lávička, 2001, s. 6). Podle Křivohlavého (1994, s. 144) mají stresující faktory charakter fyzikální nebo emocionální. Mezi fyzikální stresory řadí tento autor jedy, radiaci, znečištěný vzduch chudý na kyslík, meteorologické vlivy, viry, bakterie, katastrofy apod. Do skupiny emocionálních stresorů patří úzkostnost, zármutek, obavy, strach, očekávání, sensorická deprivace ad. Všechny stresory podněcují organismus, aby proti nim bojoval. Každý jedinec může reagovat na stejnou stresovou situaci odlišně. Někteří jedinci jsou vůči stresu téměř zcela odolní, jiní se do stresových situací dostávají snadno a často. Avšak reakce na různé stresory, které probíhají v lidském organismu, mají do značné míry stejný charakter. Tyto reakce jsou souhrnně nazývány jako obecný adaptační syndrom (general adaptation syndrom – GAS). Obecný adaptační syndrom je zobecněná reakce - je stereotypní, zahrnuje různé

systemy organismu a má mobilizační charakter (Jäger, Lávička, 2001, s. 7).

Obecný adaptační syndrom se podle Jägera a Lávičky (2001, s. 7) vyvíjí ve 3 stádiích:

1. *Stádium alarmující (poplachové) reakce* se dále dělí na dvě fáze. První, šoková fáze je charakteristická tím, že při ní klesá tělesná teplota a krevní tlak, ubývá tekutin v tkáních, snižuje se svalový tonus a celkově se snižuje odolnost organismu. Ve druhé, protišokové fázi, se zvyšuje produkce adrenokortikoidních hormonů, rozbíhá se celková biologická obranná reakce proti stresu a začínají působit obranné mechanismy. Fyziologické příznaky poplachové reakce jsou doprovázeny emocemi neklidu, ohrožení a dalšími negativními pocity dle situace, ve které se jedinec nachází.
2. *Stádium resistance* zahrnuje procesy posílení, organismus je optimálně přizpůsoben stresové situaci a tělesné funkce se vrací k normálu. Organismus se v této fázi snaží o adaptaci na působící stresory.
3. *Stádium vyčerpání* nastává jen tehdy, je-li stres příliš velký nebo trvá-li dlouho, a organismu se nepodařilo úspěšně se na stresovou situaci adaptovat. V takovém případě se hrouť přizpůsobivé reakce a organismus se vrací do stejné situace, v jaké se ocitl na počátku reakce ve stádiu alarmující reakce.

Lze říci, že každý člověk se narodí s určitou dávkou adaptační energie. Její množství je určeno v genetické minulosti a není nevyčerpatelné. Tato energie je využívána k adaptaci na stresové situace. Jsou-li zásoby adaptační energie vyčerpány, objevují se patologické nevratné fyziologické i anatomické změny, které se projevují různými příznaky tzv. psychosociálních onemocnění (Nakonečný, 1995, s. 35). Negativní vlivy působící ve stresových situacích se nazývají stresory a mohou mít fyzickou, sociální i psychickou povahu. Stresory působí prostřednictvím emocí, zejména strachu a hněvu, a ty jsou spojeny s činností vegetativní nervové soustavy. Stresem však nemusí být pouze bezprostřední ohrožení člověka, ale i pouhá anticipace tohoto ohrožení může vyvolat stresovou reakci – strach, bolest, úzkost, nejistotu apod. Levi (podle Nakonečný, 1995) rozšířil škálu fyzických a emocionálních stresorů o psychosociální stresory, za něž považuje všechny podněty, které jedinec interpretuje jako ohrožující jeho život nebo integritu. Rozhodující je tu interpretace situace, která může být ovlivněna subjektivními pocity a soudy. Ačkoliv jsou stresory považovány za negativní činitele, určitá míra stresu je nezbytnou podmínkou pro „životní zocelování“ (Nakonečný, 1995, s. 33), pokud si člověk zachová smysluplné životní



perspektivy, které napomáhají zvládnout stres. Zvládnutý stres posiluje odolnost jedince vůči dalším možným stresorům.

### 2.6.1 Příčina vzniku stresu

Protože se stresem se lidé setkávají každý den, je třeba i jeho příčiny považovat jako každodenní součást života. Denně se jedinec, setkává jak se stresem pozitivním, tak negativním. Vždy jej však vyvolává stresor (podnět), na který organismus reaguje. Každý podnět můžeme zařadit mezi vnější nebo vnitřní stresory (Jäger, Lávička, 2001, s. 8).

Pozitivní stres v sobě zahrnuje stres vyvolaný zátěžemi přiměřenými adaptačním schopnostem organismu. Tento druh stresu zvyšuje odolnost a výkonnost organismu a je zpravidla emočně prožíván, dodává energii a sílu. Negativní stres je způsoben zátěžemi, které svou intenzitou či délkou trvání přesahují adaptační možnosti daného organismu, vedou k jeho poškození či úplnému zničení. Tento druh stresu bývá negativně emočně prožíván a vyvolává vyčerpání organismu (Jäger, Lávička, 2001, s. 8)

### 2.6.2 Příznaky stresu

Příznaky stresu, které se u vojáků mohou vyskytovat, existují dvojího druhu. Jsou jimi:

- *Příznaky psychické*, mezi které se řadí: afekty silného strachu či hněvu, bouřlivé a nepřiměřené reakce, panický útěk či zběsilá agrese, poruchy orientace, pozornosti, koncentrace a paměti, zkratkovité a stupidní chování, stereotypní opakování chyb, vegetativní příznaky, bolest hlavy, pocení, blednutí, zimnice, silné bušení srdce, zvýšení krevního tlaku, nucení na moč a stolicí apod.
- *Motorické příznaky*, mezi které se řadí: třes rukou, ztuhlost a špatná koordinace pohybů, ztuhlost svalů v obličeji, zpomalení motorických reakcí, narušení zautomatizovaných pohybových dovedností i přirozených motorických reflexů (např. porucha rovnováhy). (Praško, Prašková, 2001, s. 187)

Neřešení traumat, osobních vnitřních problémů, problémů v oblasti partnerských vztahů i fyzického a psychického vyčerpání, může vést k dlouhodobé nespokojenosti v práci, pádu do depresivní apatie, nechuti cokoli dělat a vyústit i v syndrom vyhoření. Duševní i psychické zdraví vojenského profesionála je nezbytností pro plnění úkolů

i pro prevenci vlivu stresu na jeho osobnost. To je jedním z důvodů proč by voják měl poznat sebe (svoji osobnost a své možnosti), techniky a způsoby uvolnění vnitřního napětí i způsoby zvládnutí negativních prožitků. Bojové nabuzení (bojový stres) má pozitivní vliv na rychlost a správnost reakcí, mobilizaci tělesných a duševních sil. Voják sám by však měl poznat, kdy již překročil svoji hranici a bojový stres narušuje jeho výkon a tím jej snižuje. (Křivohlavý, 1998, s. 192).

### 2.6.3 Krizová a posttraumatická intervence

Této diagnostické kategorii se věnuje značná pozornost i v souvislosti s válečnými událostmi. Postižený voják se v myšlenkách opakovaně vrací k traumatizujícímu zážitku, přestože má tendenci vyhýbat se všemu, co by mu traumatizující zkušenosti připomínalo. Cílem krizové intervence je zastavit snižování psychické výkonnosti postiženého vojáka a naučit ho žít se vzpomínkami, stabilizovat jeho osobnost a dát životu další smysl a perspektivu. (Dziaková, 2009, s. 306) V tomto je v rámci zabezpečení psychosociálního servisu je nutné vojskovými psychology zabezpečit spolupráci a koordinaci činnosti s odbornými psychologickými pracovišti vojenských nemocnic a s civilními psychologickými poradnami a pedagogicko-psychologickými poradnami v regionu pro možný nárůst klientely po misi nebo během mise. (Jäger, Lávička, 2001, s. 23).

## 2.7 Psychologická připravenost

Hlavní cíl psychologické přípravy je připravit vojáka po psychické stránce na úspěšné zvládnutí činnosti, tzn. vytvořit a upevnit jeho psychickou připravenost k zasazení do mise poskytnutím možných způsobů řešení zátěžových situací. Jäger a Lávičky (2001, s. 7) konkretizuje cíle pro mírové mise následovně:

1. *Primární cíl*: úspěšné zvládnutí celé mise, v procesuálním pojetí (tzn. přípravy, zasazení a návratu do běžného vojenského, rodinného a občanského života).
2. *Sekundární cíl*: komplexní působení na vojáka a jeho rodinu, popřípadě příbuzné, rodiče a blízké.

3. *Následné cíle:* potvrzení možnosti nového nasazení vojáka v krátkodobém (týden), střednědobém (měsíc) a dlouhodobém (1 rok a více) termínu.

Nenasazení a stanovení způsobu psychosociální pomoci a možnosti nového nasazení s určením termínu, kde vzít v úvahu zvládnutí mise, výsledky člověka a stav po misi v souladu s vyšetřením po misi (Jäger, Lávička, 2001, s. 13).

### 2.7.1 Úkoly vojskové psychologické služby

Úkolem vojskové psychologické služby je:

- podílet se na výcviku vojáků aktivním koordinovaným a fundovaným přístupem,
- napomáhat vojákům vyrovnat se a překonávat zátěžové situace nejen ve vojenské činnosti, ale i v osobním životě a podporovat je k sebedůvěře, aktivnímu přístupu k překonání těžkostí, plnění úkolů nebo řešení problémů,
- zabezpečit a poskytnout kvalitní psychologický servis pro vojáky i ve spolupráci s odbornými subjekty mimo armádu,
- věnovat pozornost prevenci vzniku konfliktů, zejména v sociální komunikaci,
- spolupracovat s ostatními odbornými subjekty AČR na prevenci sociálně patologických jevů (Jäger, Lávička, 2001, s. 13).

### 2.7.2 Psychická připravenost

Psychická připravenost je nedílnou součástí všestranné připravenosti vojáka k plnění úkolů spojených s obranou státu, nevojenským ohrožením státu, mírových misí v zahraničí i dalších závazků vyplývajících z členství v NATO. K jejímu vytvoření, ale i k rozvoji a upevnění dochází zejména v procesu kvalitního náročného a odborně vedeného výcviku. K tomu, aby si voják zvykl na zátěž, nebezpečné situace a aby se naučil ovládat a eliminovat strach, napětí, obavy a jiné záporné prožitky, která zpočátku zátěž vyvolává, potřebuje získat konceptuální modely a motorickou zručnost pro jejich řešení, nejen na základě kvalitní odborné teoretické přípravy, ale pokud je to možné i na zkušenosti z vlastního prožitku. Psychická připravenost je komplex struktur psychiky, který svým regulujícím vlivem na jedné straně účinně potlačuje nežádoucí psychické stavy vznikající v důsledku působení zátěžových situací v lidské činnosti (vojenské, občanské, sociálních vztazích ap.),

na druhé straně zajišťuje aktivní a přiměřené jednání v nich, a tím zabezpečuje i úspěšné plnění funkčních povinností a bojových úkolů, tzn., že zabezpečuje přiměřené regulování chování a činnosti vojáka v zátěžových situacích a tvoří kompaktní celek s ostatními druhy všestranné připravenosti (Jäger, Lávička, 2001, s. 11).

### 2.7.3 Složky psychické připravenosti

Psychická připravenost vojáků se skládá z následujících aspektů:

- *Funkční spolehlivost*, která zahrnuje: kognitivních procesů (vnímání), sensorické procesy (pohyby), rozhodovací procesy (vůle, intelekt),
- *psychickou pohotovost* (znamená pružné a rychlé „nastavení psychiky“ do akceschopného stavu),
- *psychickou odolnost* (vnímaná v rozměru bio-psycho-sociálního komplexu osobnosti),
- *motivačně-aktivační procesy a dispozice*
- *sociální kompatibilitu*.

### 2.7.4 Debriefing a jeho organizace

Debriefing je speciální forma odbourání stresující složky zážitku; vyžaduje odborné vedení zkušeným odborníkem. Direktivní intervenční psychologické techniky se využívají k redukci úzkosti u vojáků, kteří vykazují symptomy bojové stresové reakce nebo u nichž narůstá tyto nežádoucí reakce. Zvyšování osobní spokojenosti a integrace vojáků s latentními či manifestními bojovými stresovými reakcemi probíhá už po jejich zapojení do diskuze o bojové situaci. Psychologické působení může vojáka integrovat do realistické komunity dalších vojáků či jiné referenční sociální skupiny, které jsou pro něj relevantní nebo pro něj hodnotné (Dziaková, 2009, s. 361- 362). Debriefing se skládá ze dvou hlavních základních složek, a to z technického debriefingu a z emocionálního debriefingu. Nespojují se, probíhají odděleně. Jako optimální model okamžité psychosociální intervence byl označen nizozemský CRASH (Psychosocial Matrix of Crisispsychological Support for the Prevention, Care and Aftercare of Psychological Trauma) ( Rooze, Netten J, deRuyter deVries, 2008, s. 49). Debriefing v první fázi představuje vytvoření pozitivní atmosféry, která je nezbytná pro její celý další průběh. Druhou fází je fáze faktů, kdy dochází k vyjasnění toho, co se vlastně stalo, tak aby došlo k vytvoření k obecnému porozumění zážitku. Následuje myšlenková fáze, která přesouvá pozornost plně na traumatický zážitek a otvírá

bránu další fázi – pocitům. Výsledkem by měla být redukce úzkosti, podpora strategií zvládnání, sdílení vlastních pocitů a posílení sociální podpory. Debriefing poté přechází do fáze projevů sloužících k porozumění somatickým reakcím a symptomům, které mohou zasažení zažívat. Předposledním úsekem debriefingu je normalizace, která pomáhá akceptovat vlastní reakce, myšlenky a pocity k posílení strategií zvládnání. Poté následuje ukončení. Langrová (2010, s. 30) k této problematice uvádí: „*Na konci psychologického debriefingu by měli být všechny otázky zodpovězeny, všechny důležité oblasti probrány a účastníci by měli vědět, kam se případně obrátit pro pomoc.*“

### **2.7.5 Zvládnání bojového stresu**

Speciální metody psychologické přípravy se uskutečňují buď jako nepozorovatelná součást běžného výcviku, nebo jako zvláštní zaměstnání. Působení těchto metod totiž musí být přesně nasměřováno na rozvoj konkrétních psychických jevů. Nedbalá příprava nebo laxní a neodborný výcvik může způsobit odchylku od zamýšleného působení metody a následnou deformaci některé důležité vlastnosti nebo schopnosti vojáka (Jäger, Lávička, 2001, s. 13).

#### **Metoda situačně tréninková**

Podstata metody spočívá ve vytváření regulačních mechanismů, které řídí psychiku na principu opakovaného navozování záměrně vybraných zátěžových situací v přirozených podmínkách výcviku. Předpokládá to důkladné poznání charakteru bojové činnosti konkrétní specializace nebo funkce a volbu takových situací z možného boje, které se vyznačují nebezpečím, strádáním, intenzitou, neočekávaností. Ve výcviku se tyto situace neustále opakují, trénují, dokud nedojde k jejich úplnému zvládnutí. S opakováním si voják postupně zvyká na okolnosti (např. na útok při přestřelování vlastními jednotkami), klesá jeho napětí způsobené neznalostí a novostí situace. Po odeznění negativních reakcí dochází ke zvýšení výkonu vojáka v útoku (Jäger, Lávička, 2001, s. 15).

#### **Metoda simulačně tréninková**

Podstata metody spočívá ve vytváření regulačních mechanismů, které řídí psychiku na principu opakovaného cvičení rozhodujících psychických funkcí nutných k výkonu určité specializace v boji. Toto cvičení se uskutečňuje za pomoci různých technických zařízení, tužky a papíru, nebo i bez nich. Rozhodující podmínkou pro použití této metody je vytypo-

vání těch funkcí (poznávacích, senzomotorických, rozhodovacích aj.), které jsou nezbytné pro úspěšný výkon dané specializace v zátěžových situacích. Rozdíl mezi metodou simulačně tréninkovou a metodou situačně tréninkovou spočívá:

- *V místě provádění:* metoda situačně tréninková se uskutečňuje v reálném výcviku, na cvičišti, zpravidla se provádí na přístrojích, v laboratořích, na trenažérech (ne na cvičišti),
- *v předmětu zájmu:* v metodě situačně tréninkové je rozhodující situace, která musí být vybrána jako zátěžová, náročná, neobvyklá, je v ní rozhodující psychická funkce, která musí být pečlivě vybrána jako nejdůležitější pro výkon specializace.

Shoda mezi nimi spočívá v tom, že u obou jede o tvorbu psychických mechanismů, které regulují psychiku, a dále v tom, že u obou jde o stálé opakování téže činnosti až do jejího zvládnutí – dokud se nevytvoří nové regulační mechanismy (Jäger, Lávička, 2001, s. 15).

### **Metoda verbálně aktivační**

Tato metoda spočívá ve vytváření a mobilizaci regulačních mechanismů na principu idejí, sugescí a autosugescí. Nejčastěji je tato metoda využívána ve formě jednoduchých individuálních pobídek – idejí. Další dva atributy této metody – sugesce a autosugesce však dosud nejsou, ke škodě věci, využívány prakticky vůbec. „*Sugesce jsou přesvědčivá tvrzení, která mají dosáhnout přímého účinku na pocity, postoje, chování i chorobné příznaky jedince bez spoluúčasti jeho kritického úsudku. Zprostředkujícím činitelem bývá spíše jeho představivost.*“ (Kondáš, 1989, s. 109).

### **Metoda relaxačně aktivační**

Tato metoda spočívá v utváření mechanismů psychické regulace činnosti prostřednictvím speciálních cvičení založených na principu jednoty psychických a tělesných jevů. Celý proces lze schematicky vyjádřit takto: uvolnění tělesného – uvolnění psychiky – aktivace psychiky sugescemi. Naše napětí dlouho přetrvává činnost, která je přivodila. Napětí, jež se vytvořila, mají tendenci se hromadit (pokud nejsou odstraněna relaxací). Příčinou napětí (svalového i duševního) bývá: vyčerpávající den, neštěstí, nemoci, nevhodná životospráva, starosti, problémy, spěch, konflikty. Relaxace znamená uklidnění a uvolnění. Metoda relaxačně aktivační využívá spojení duševního a tělesného. Přímým působením na psychiku dokážeme jen těžko odstranit duševní napětí, proto můžeme využít okliku – přes tělesnou

složku, neboť uvolňujeme-li svaly a tělo (což dokáže každý), pak se automaticky, díky vnitřní spjatosti, uvolňuje i naše psychika. Vzhledem k tomu, že řada vojáků se věnuje různým činnostem (karate, jóga, asijská bojová umění apod.), k jejichž základní filozofii patří i vědomé ovlivňování sféry myšlenkové a citové, lze se věnovat i skupině technik mentálních, jako je např. koncentrace a meditace (Jäger, Lávička, 2001, s. 15 - 17).

## II. PRAKTICKÁ ČÁST



### 3 METODOLOGIE KVALITATIVNÍHO VÝZKUMU

K naplnění zvoleného cíle práce je třeba vybrat vhodné metody. Vzhledem k vybranému tématu a jeho zaměření byl zvolen normativní přístup zkoumání dané problematiky, jako metoda vědeckého zkoumání potom analýza působení psychologicko-sociálních faktorů, které na vojáky v průběhu mise a po jejich návratu domů působí. Jako nástroj, prostřednictvím kterého byly získány konkrétní informace, bylo zvoleno kvalitativní dotazníkové šetření, které bylo realizováno formou polostrukturovaného hloubkového rozhovoru. V sociálních vědách pojem kvalitativní výzkum označuje výzkum, který se zaměřuje na to, jak jednotlivci a skupiny nahlízejí, chápou a interpretují svět. Podle jiných kritérií může být jako kvalitativní výzkum označován takový výzkum, který neutilizuje statistických metod a technik. V tomto pojetí je v opozici k výzkumu kvantitativnímu, v praxi psychologického a sociologického výzkumu jsou oba přístupy nejčastěji doplňkem jeden druhého. Kvalitativní výzkum se snaží interpretovat pohledy subjektů na zkoumaný předmět tím, že výzkumník přejímá jejich perspektivu. Využívá se podrobný popis každodenních situací. Jde o porozumění akcím a významům v jejich sociálním kontextu. Při kvalitativním výzkumu se neredukuje počet proměnných ani vztahy mezi nimi, o jejich redukci rozhodují samy zkoumané subjekty. Jsou upřednostňovány otevřené a nestrukturované výzkumné plány, analýza vychází z velkého množství informací o malém počtu jedinců. Převažuje zájem o reálné celky, interakce mezi aktéry a individuální osudy. Úkolem kvalitativního výzkumu je vytvoření holistického obrazu zkoumaného předmětu, zachycení toho, jak účastníci procesů situace interpretují a zachycení interpretací těchto interpretací (Hendl, 2008, s. 407).

#### 3.1 Cíl a výzkumné otázky

Cílem bakalářské práce je zjistit, jaký vliv má pobyt vojáka v zahraniční operaci na jeho osobní a pracovní život. Praktická přináší odpovědi na otázky, jakým způsobem se vojáci adaptují jak do rodinného, tak do běžného života, jakým způsobem vnímají návrat, jakým způsobem se jejich život po příjezdu z vojenské operace mění. Informace, které bylo třeba získat, aby mohl být naplněn cíl práce, byly získány prostřednictvím kvalitativního dotaz-

níkového šetření mezi vojáky, kteří na zahraniční misi buďto už absolvovali nebo byly poprvé. Na základě dlouhodobého sledování dané problematiky během své vlastní praxe jsem zjistil, že chování vojáků, kteří se vrací z mise, se změní v určitém aspektu, a to zejména ve vztahu k hodnotám, pracovními zkušenostmi. Tyto mnou učiněné závěry jsme se rozhodli potvrdit či vyvrátit vlastním výzkumem, prostřednictvím specifických otázek, které jsme rozdělili pod kategorie, které korespondují s hlavní výzkumnou otázkou.

Vzhledem k tomu, že jako výzkumná metoda byl zvolen polostrukturovaný hloubkový rozhovor, byly na začátku hned poté, co bylo vybráno výzkumné téma, určeny následující výzkumné otázky:

- 1) Které zkušenosti z mise voják považuje za důležité pro jeho další profesní růst?**
- 2) Jak se změní chování v sociálních vztazích vojáka na misi?**
- 3) Jaké proběhnou po návratu z mise změny v rodinných vztazích?**
- 4) Jak se změní způsob trávení času s rodinnou?**
- 5) Jaké změny vojáci po návratu z mise v pracovním životě očekávají?**
- 6) Co vojákovi umožňuje a pomáhá vrátit se ke každodennímu životu?**
- 7) Jaké hodnoty mají vojáci před misí a jaké po jejím návratu?**
- 8) Vyhledávají vojáci v případě potřeby psychologickou pomoc?**

### **3.2 Technika sběru dat**

Výzkum byl proveden hloubkovým rozhovorem, formou polostrukturovaných rozhovorů, protože umožňuje zachycení výpovědi a slova v jejich přirozené podobě, což je jeden ze základních principů kvalitativního výzkumu (Švaříček, Šed'ová a kol., 2007, s. 170). Tento typ dotazníkového šetření má předem daný soubor témat a volně přidružených otázek, ale jejich pořadí, volba slov a formulace může být pozměněna, případně může být cokoliv v průběhu rozhovoru vysvětleno. Konkrétní otázky, které se zdají tazateli nevhodné, mohou být dokonce i vynechány; jiné naopak mohou být přidány.

Polostrukturované rozhovory jsou flexibilnější a volnější než strukturované, ale jsou organizovanější a systematičtější než nestrukturované rozhovory (Wildemuth, Zhang, 2009, s. 222). Rozhovory se uskutečnily na základě předem připravených otázek. Výhodou výše uvedené techniky je možnost tazatele držet se předem připraveného schématu okruhu otázek, které můžeme v během rozhovoru měnit či upravovat a popřípadě vytvářet nové.

Všechny rozhovory, které jsme vedli osobně s vojáky, kteří spadají pod náš prapor. Rozhovory tedy byly vedeny přímo na pracovišti, po 4 týdnech kdy se vojáci vrátili z mise. Všichni byli ujištěni, že rozhovory jsou anonymní a bylo jim vysvětleno, kterých oblastí se rozhovor bude týkat. Rozhovory s vojáky byly zaznamenány na diktafon a poté byl učiněn jejich přepis, který je součástí této práce. V rozhovorech jsme zachovali slovník i mluvu respondentů tak, aby rozhovory zůstaly autentické. Vojáci tedy na položené otázky odpovídají spontánně. Přesvědčili jsme se, že polostrukturované rozhovory byly jako forma dotazníkového šetření vybrány zcela vhodně, neboť tato forma dotazování dala možnost ptát se respondentů na jejich zkušenosti a zážitky ze zahraniční mise a jejich pocity.

### 3.3 Výzkumný soubor

Výběru výzkumného souboru byl proveden tak, aby odpovídal charakteru kvalitativního výzkumu. Byli proto vybráni vojáci, kteří trávili čas na misi již několikrát, a proto jsou z hlediska zkušeností vhodnými respondenty. Výběr respondentů byl tedy záměrný. Jak uvádí Gavora (2000, s. 114): „*Záměrný výběr je potřebný proto, aby vybrané osoby byly vhodné, tj. aby měly potřebné vědomosti zkušenosti z daného prostředí*“. Při výběru výzkumného souboru byla využita metoda kritériálního vzorkování. Na začátku výzkumu byla stanovena základní kritéria pro volbu respondentů, vzhledem ke zkoumané problematice a to, že respondent je vojákem, že se zúčastnil zahraniční mise jednou či vícekrát. Tato kritéria byla stanovena záměrně z důvodu zjištění, zdali měly dříve absolvované vojenské mise vliv na rozhodnutí vojáka odmítnout zúčastnit se opakovaně další vojenské mise.

Stručná charakteristika jednotlivých respondentů, kteří z důvodu zachování anonymity budou vystupovat pod smyšlenými jmény.

**Marek:** 31 let, ženatý, 3. mise

*Mise:* 2011 – Afghánistán; 2009 – Kosovo; 2006 - Bosna

**Radek:** 43 let, 4. mise

*Mise:* 2008 – Kosovo; 2010, 2012 – Afghánistán; 2009 – Kosovo; 2006 - Bosna

**Jiří:** 37 let, ženatý, 1. mise

*Mise:* 2012 - Afghánistán.

**Bedřich:** 26 let, svobodný, 1. mise

*Mise:* 2012 - Afghánistán.

**František:** 24 let, svobodný (přítekně), 1. mise

*Mise:* 2012 - Afghánistán.

**Michal:** 34 let, svobodný (přítekně), 1. mise

*Mise:* 2012 - Afghánistán.

**Václav:** 25 let, svobodný (v průběhu mise rozchod s přítekní) 1. mise

*Mise:* 2012 - Afghánistán.

**Richard:** 29 let, rozvedený, 2. mise

*Mise:* 2010 – Kosovo; 2012 - Afghánistán

**Pavel:** 33 let, ženatý, 2. mise

*Mise:* 2010 – Kosovo; 2012 – Afganistan

### 3.4 Způsob zpracování dat

Rozhovory byly zpracovávány formou otevřeného kódování, které představuje operaci, díky které jsou údaje analyzovány a novým způsobem uspořádány. Při tomto druhu analýzy dat je získaný text rozebrán na jednotky, kterým jsou přidělena jména. S takto nově pojmenovanými fragmenty textu je pracováno (Švaříček, Šedřová, 2007, s. 211).

Přepsané rozhovory jsme rozdělili na části, které se skládají z různě dlouhých významových celků, a přidělili jsme jim kód. Následně jsme vytvořili seznam všech vzniklých kódů, se kterými jsme dále pracovali a přiřazovali je k výzkumným otázkám tak, aby byly co nejkompaktněji zodpovězeny. Tyto kategorie jsou modifikovány tak, aby se vztahovaly k výzkumným otázkám. Pomocí vzniklých kategorií interpretujeme získaná data. Prezentované kategorie jsou určitými způsoby propojeny a týkají se hlavní výzkumné otázky i specifických otázek.

### **3.5 Analýza dat**

Proč do mise vyjet do mise a nač se připravit jsou rozděleny na kategorie, kde se budeme snažit o podrobný popis, který bude doplněn citacemi respondentů (vojáků).

**Kategorie oblastí, kterých se budou otázky zaměřovat:**

**Proč do mise vyjet**

**Na co se připravit a atmosféra na misi, sociální vztahy okolí**

**Co se v životě vojáka změnilo**

**Zpětná adaptace na pracovní a rodinné prostředí**

**Následná odborná psychologická pomoc**

**Proč do mise vyjet**

Motivační faktory jsou to první co je určující proto, aby voják chtěl absolvovat zahraniční misi. Domníváme se, že proto je důležité pochopit, jaké pohnutky má voják k tomuto rozhodnutí, aby nezůstal u své rodiny. Motivace je vnitřní nebo vnější faktor nebo soubor faktorů vedoucí k energetizaci organismu. Motivace usměrňuje naše chování a jednání pro dosažení určitého cíle. Vyjadřuje souhrn všech skutečností – radost, zvědavost, pozitivní pocity, radostné očekávání, které podporují nebo tlumí jedince, aby něco konal nebo nekonal. Výjezd na misi je výtěžná pracovní činnost, proto je potřeba vojáky určitým způsobem motivovat, aby se těchto misí opakovaně účastnili. Pro umocnění opakované účasti na

misi jsou vojáci motivováni maskovanou finanční motivací, která je vidinou pro zabezpečený život. Mnozí vojáci výjezdem na misi oddalují osobní a rodinné problémy. Je ovšem velká většina těch, kteří berou misi jako adrenalin, a pro některé je účast na misi něco jako naplnění smyslu jejich života a vyšších cílů (Carter, 2002). Je tedy zřejmé, že motivace pro výjezd vojáka do zahraniční mise je především jeho finanční ohodnocení.

### **Specifické výzkumné otázky:**

**ZVO 1. Které zkušenosti z mise voják považuje za důležité pro jeho další profesní růst?**

### **Odpovědi:**

*„Žádné, už sem nikdy nepojedu.“ (Marek, 31 let, 3. mise)*

*„Vyjel jsem na misi především pro peníze ne pro zkušenosti, máme finanční problémy, i moje rodina jako mamina, je sama tak jí chci vypomoct aspoň trochu, je sama a má to těžký, to víš důchodci to nemají lehký..... úsměv“. (Radek, 43 let, 4. mise)*

*„Profesně mi to pomůže určitě, k mé funkci se to určitě později hodí. Nevěděl jsem, do čeho jdu, nikdy jsem na misi nebyl. Nečekal jsem tolik raket a hodně mě to změnilo, jen nevím, jestli v tom dobrém či zlém. Měl jsem strach o život a modlil jsem se. Hodně jsem přemýšlel o smrti“. (Jiří, 37 let, 1. mise)*

*„Myslím si, že zkušenost na lidi, s lidmi. Některý mě tu fakt překvapili. Tady jsem zjistil, že polovina výcviku byla k ničemu, a velitelé se tu taky ukázali. Nevěří si, neumí vyhodnocovat a pracovat s lidmi, takže zkušenosti ano v tom negativním smyslu určitě. Ostatní velcí kamarádi, a když šlo do tuhého, neuměli lidem ani nic vysvětlit.“ (Bedřich, 26 let, 1. mise)*

*„Pro mě tu nic nového není, zkušenosti se mi hodili z minulé mise, a v pracovní rovině je to samozřejmě o něčem jiném, ne všude bych mohl tak dobře využít své specifické odbornosti. Už jsem si to tu prošel před pár lety. (Richard, 29 let, 2. mise)*

*„Dostal jsem se do kontaktu s americkým vybavením, technikou a lidmi, a tak to je pro mě dobrá zkušenost. Jsem EOD a s amíkama jsme trávili hodně času. Neřeší tolik papíry jako u nás. Poznal jsem vybavení a jiný přístup k práci, člověk se musí pohybovat mezi lidmi, v uzavřeném prostoru, bez možnosti úniku, určitě mě to posunulo v profesi dál“. (Václav, 25 let, 1. mise)*

„U mě je to jasné na prvním místě odloučení a pak jiná kultura, život. Nejdůležitější zkušenost je to, že si víc budu užívat klidu doma, přítelkyně, naší kultury. Vím, co si můžu dovolit a co ne. Nesvazuje mě žádné náboženství. A co se týče jiných zkušeností, tak asi mezilidské vztahy. A vojenské zkušenosti...hmm myslím, že z profese, to asi ano. Ježdění na patrolách ven mi problémy nedělalo, a svoji práci jsem znal už z výcviku.“ (František, 24 let, 1. mise)

„Zkušenosti, jsem získal v odbornosti, kterou dělám, ale co jsem získal určitě a bylo pozitivní, poznal jsem lidi, jací jsou, když jde do tuhého, bylo to k nezaplacení, někteří mě hodně překvapili- jak v dobrém tak ve zlém, kolikrát jsem to fakt nečekal, katastrofa většinou.“ (Pavel, 33 let, 2. mise)

„Nevím, snad něco z odbornosti, něco málo zkušenost s jinou armádou, jo z lidma určitě, hrozně se tady ukázalo kdo jaký ve skutečnosti je“ (Michal, 34 let, 1. mise)

### **Shrnutí:**

Většinu vojáků k výjezdu do zahraniční mise motivuje finanční aspekt celé záležitosti. Prostřednictvím peněz, které získají na misích, zajišťují své rodiny. Svědčí o tom například následující tvrzení: „Vyjel jsem na misi především pro peníze, ne pro zkušenosti, máme finanční problémy.“ (Radek, 43 let, 4. mise).

Dále vojáci uvádí, že většina zkušeností získána v rámci pracovního života je spíše pozitivní. Možnost tzv. „osahat si“ některé věci přímo v prostředí mise, nemá možnost každý voják. „Zkušenosti jsem získal v odbornosti, kterou dělám, ale co jsem získal určitě a bylo pozitivní, poznal jsem lidi, jací jsou, když jde do tuhého, bylo to k nezaplacení“, tvrdí například Pavel (33 let, 2. mise). Další z respondentů uvádí: „Zkušenosti se mi hodily z minulé mise a v pracovní rovině je to samozřejmé, ne všude bych mohl tak dobře využít své specifické odbornosti“. (Richard, 29 let, 2. mise) „Dostal jsem se do kontaktu s americkým vybavením, technikou a lidmi, a tak to je pro mě dobrá zkušenost“, tvrdí zase Václav (25 let, 1. mise).

Spíše negativní zkušenost uvádí vojáci v oblasti zkušeností v oblasti komunikace a lidí kolem sebe.

### **Na co se připravit a atmosféra na misi, sociální vztahy okolí**

Všeobecná příprava vojáka na zahraniční misi je postavená tak, aby se mohli dostatečně připravit na následnou adaptaci v místním prostředí a s tím související dostatečné informa-

ce, které slouží k jejímu usnadnění. Během několikaměsíční přípravy již tráví vojáci mnohem méně času se svou rodinnou. Komplexní psychosociální příprava se snaží pojmout to, aby se voják lépe dokázal adaptovat na zvládání stresových i zátěžových situací a tedy i v sociálních vztazích úspěšnou adaptaci do běžného života po návratu z vojenské mise.

## ZVO 2. Jak se změní chování v sociálních vztazích vojáka na misi?

### Odpovědi:

*„U někoho jsem se zklamal a u někoho ne. Nevím ještě, jak se k takovým lidem budu chovat na útvaru. Vypadá to, že opatrněji a budu si je držet od těla“. (František, 24 let, 1. mise)*

*„Nevěděl jsem, do čeho jdu, nikdy jsem na misi nebyl. Nečekal jsem tolik raket a hodně mě to změnilo. Měl jsem strach o život a modlil jsem se, příprava byla myslím nedostatečná já nevím, prstě se asi bát mám ne? Ale byly okamžiky, kdy mě to přepadlo a nevěděl jsem co s tím. Každý si tu hraje na „tvrďáka“, ale měli to stejné, možná horší nevím. Nevím nechci posuzovat, ale takové problémy jak má tento útvar, tedy vymyšlením a blbnutím lidí a zadíráním na každém kroku nechápu, jsem rád, že nejsem od tohoto útvaru“. (Jiří, 37 let, 1. mise)*

*„Co mě tady oslovilo tak určitě, je zkušenost s lidmi. Některý mě tu hodně překvapili. V přípravě to byla srandička a výcvik. Tady jsem zjistil, že polovina výcviku byla na hovno, a velitelé se tu taky ukázali. Nevěří si, neumí vyhodnocovat a pracovat s lidmi. Takže je to tak u většiny? No skoro jo. Ostatní velký kamarádi, a když šlo do tuhého, neuměli lidem ani nic vysvětlit. O štábu ani nemluví“. (Bedřich, 26 let, 1. mise)*

*„Uzavřený okruh lidí, nemůžu říci, že odcházím, ale musím komunikovat s ostatními. Musel jsem se učit vycházet i s lidmi, které nemám rád.“ (Radek, 43 let, 4. mise)*

*“ Ve vztazích jsem poznal. Že mě někteří pěkně serou. Ze začátku to tak nebylo. Hodně práce, hodně nebezpečí a byli jsme všichni na jedné lodi. Jenže to že nás je hodně na ubytování a pořád stejné tváře a na některé jsem začal být alergický. Jejich kecy a rypání. Tak jsem se uzavřel víc do sebe, aby na mě nemohli, mám pár kamarádů, a ty mě nevadí. Ale už nejsem tak otevřený.“ (Jiří, 37 let, 1. mise)*



„Jedním slovem katastrofální, co můžu říci, velení se prostě nevyvedlo krom jednoho a to Miloše ten byl super, kluci z jednotek fungovali super, někdy to jiskřilo, to je jasné, ale jinak to nestálo za nic, už bych nechtěl jet s takovou jednotkou, jak říkám kluci dobrý no velení, nebudu to komentovat“. (Pavel, 33 let, 2. mise)

„Já se k tomu ani nebudu vyjadřovat, víte je to individuální, někdo s lidma vycházet umí a někdo ne, nemyslím si, že se někdo bude chovat na misi jinak, než doma, je fakt, že tady nejde nikam odejít a musíte všechno sdílet s ostatníma, ať se vám to líbí či ne“ (Michal, 34 let, 1. mise)

„Nesnáším takové velení, nebylo to k ničemu, absolutně špatná komunikace mezi velením a kluky, jsem zvyklej na našeho velitele, ten má mozek a snaží se přemýšlet, tohle jsem ještě neviděl, nechci to komentovat, promiňte“. (Marek, 31 let, 3. mise)

Ted' je tu podle mě horší kolektiv a horší velení PRT (provinční rekonstrukční tým). Štáb je nezkušený a s touto jednotkou už bych nikdy nikam nechtěl jet. Ne teda všichni, kluci z bojovek jsou docela v pohodě, ale štáb a Váš velitel s vrchním... tomu dávají dost kormu..“ (Richard, 29 let, 2. mise)

### **Shrnutí:**

Z uvedených odpovědí je zřejmé, že se vojáci zcela jasně shodují v tom, že na misi docházelo ke komunikačním a vztahovým problémům, které zapříčinily dva faktory. Prvním jsou nedobré vztahy vojáků s jejich veliteli. To plyne například z následující odpovědi: „Velitelé se tu taky ukázali. Nevěří si, neumí vyhodnocovat a pracovat s lidmi, tak že zkušenosti ano v tom negativním smyslu určitě. Ostatní velcí kamarádi, a když šlo do tuhého, neuměli lidem ani nic vysvětlit.“ (Bedřich, 26 let, 1. mise) „Ted' je tu podle mě horší kolektiv a horší velení PRT. Štáb je nezkušený a s touto jednotkou už bych nikdy nikam nechtěl jet. Ne teda všichni, kluci z bojovek jsou docela v pohodě“, uvedl další respondent (Richard, 29 let, 2. mise). „Už bych nechtěl jet s takovou jednotkou, jak říkám kluci dobrý, no velení nebudu to komentovat“, je názor Pavla (33 let, 2. mise).

Ze získaných odpovědí se dá usoudit, že pracovní vztahy vojáků s velením nejsou v pořádku.

Druhým faktorem vztahových problémů je promíchanost útvarů, které na vojenskou misi vyjely, vojáci jsou zvyklí na své velení od mateřských útvarů a ví, co od něj mohou očekávat, neznají svého nadřízeného, seznámí se s ním až těsně před nástupem rotace. „Jsem

*zvyklej na našeho velitele, ten má mozek a snaží se přemýšlet, tohle jsem ještě neviděl, nechci to komentovat“, tvrdí Marek (31 let, 3. mise) „Nechci posuzovat, ale takové problémy jak má tento útvar, tedy vymyšlením a blbnutím lidí a zadíráním na každém kroku nechápu, jsem rád, že nejsem od tohoto útvaru“, komentuje situaci Jiří (37 let, 1. mise). Je tedy zřejmé, že došlo k nepochopení ze strany jak velení tak podřízených způsobenou špatnou komunikací.*

## **Rodinné poměry**

Rodinné prostředí dává jedinci pocit jistoty a bezpečí.

### **ZVO 3. Jaké proběhnou po návratu z mise změny v rodinných vztazích?**

#### **Odpovědi:**

*„K lepšímu. V čem? Vážím si více rodiny a dobrých kamarádů, těch je vždycky málo“.*  
(Marek, 31 let, 3. mise)

*„Nemyslím si, že se něco změnilo. Budeme pokračovat. Takže nastoupím do vlaku tam, kde jsem před půl rokem vystoupil, budu se snažit. S rodinou komunikuji v pohodě, a ani mé okolí mi nepřipomíná, že jsem debil, který šel od rodiny do války“.* (Radek, 43 let, 4. mise).

*„Návratem, myslím, se nic nezměnilo. I když cítím, že chci něco v manželství změnit, moc jsem s manželkou před tím nemluvil a ona to cítí taky tak. Jenže nevím, jestli jí miluji. Mám strach, že se odcizíme. Ale nevím, uvidíme, budu se snažit, ale to musí i ona. Ale těším se domů a pak se uvidí.“* (Jiří, 37 let, 1. mise)

*„Doma se nic nezměnilo. Počítám, že se ještě pár týdnů budu rozhlížet, a pak normálně fungovat. Mám přítelkyni, žijeme spolu už dva roky a klape to. Ted' už plánujeme co s bydlením a asi se vezmeme. Na misi si člověk zvykne na určitý druh života a režim a odvykl jsem civilu, takže těch pár dnů a týdnů to bude pomalejší. Ale strach nemám.“*  
(Bedřich, 26 let, 1. mise)

*„Jsem rozvedený, rozvedl jsem se po první misi. Ale ono to stálo za prd už před tím. Ted' jsem se raději před misí s přítelkyní rozešel a mám klid. Bab je spousty a nějaká se najde, a když si sedneme, tak to bude fungovat. Aspoň nemusím řešit strach o to, jestli mě nevybere účet, nebo jestli s někým není nevěrná. Jsem klidnější a nemusím nad tím přemýšlet. Mám jenom mámu a ta žije s přítelem a já si žiju sám, takže se za ní po návratu přijel, ale žijeme*

*si každá svůj život. A taky se zastavil za sestrou, má malého syna, tak tomu vezu pár pito-mostí z mise.“ (Richard, 29 let, 2. mise)*

*„S přítelkyní jsme se rozešli před vánocemi, a tak mě čeká ještě řešení bydlení a nějakého majetku. Začala si stěžovat na to, že je sama a ať přijedu, ale to není tak lehké. No a tak jsem cítil, že spolu mluvíme míň a míň a už jsme se ani nehádali a před vánoci řekla, že odchází. No tak jsem to ještě zkoušel nějak uplácat, ale asi tam je někdo jiný. Ještě kloudně nevím, co si vzala a co mě tam nechala. Takže začínám znovu. Byli jsme spolu dva roky.“ (Václav, 25 let, 1. mise)*

*„Všechno se nějak pokazilo, už v misi jsem se pře Skype dohadovali o blbostech zatím nevím, co s tím, manželka se hádá krom prvního dne, kdy jsem přiletěl, já nevím co se jí děje v hlavě, ale co, uvidím, co jí přelétlo přes nos, jinak děti jo dobrý, těšil jsem se na ně.“ (Pavel, 33 let, 2. mise)*

*„Rodiče se těšili, to je jasný, že jsem přijel v pořádku, měli o mě strach, byla to moje první mise, a moje přítelkyně, byla ráda, těšili jsem se na sebe, hodně často jsme spolu komu-nikovali, máme plány, které si teď můžeme splnit, super.“ (Michal, 34 let, 1. mise)*

*„ Jsem s přítelkyní v naprosté pohodě, plánujeme , že si koupíme byt a to už na misi, tak se těšíme“ (František, 24 let, 1. mise)*

### **Shrnutí:**

Vojáci na třetí výzkumnou otázku většinou odpovídali, že ještě nedokáží zcela odhadnout, jakým způsobem se bude jejich vztah vyvíjet dále, jestli pozitivně, nebo negativně. Z jejich odpovědí lze usoudit, že téměř ve všech případech vyvolalo jejich působení v misi a odloučení od blízkých smíšen pocity.

*“Všechno se nějak pokazilo, už v misi jsem se pře Skype dohadovali o blbostech zatím nevím co s tím, manželka se hádá krom prvního dne, kdy jsem přiletěl, já nevím co se jí děje v hlavě“, uvedl například Pavel (33 let, 2. mise) „Jsem rozvedený, rozvedl jsem se po první misi. Ale ono to stálo za nic už před tím“, tvrdí Richard (29 let, 2. mise) „Teď jsem se raději před misí s přítelkyní rozešel a mám klid.“ Vojenská profese je z pohledu manželství a vztahů velmi složitá, neustále se podřizování se pracovnímu životu a časté odloučení od rodiny, je mnohdy obtížné. “Bab je spousty a nějaká se najde, a když si sedneme, tak to bude fungovat. Aspoň nemusím řešit strach o to, jestli mě nevybere účet, nebo jestli s někým není nevěrná. Jsem klidnější a nemusím nad tím přemýšlet“, doplňuje záležitost*

svého rozvodu Richard. „*Na misi si člověk zvykne na určitý druh života a režim, a odvykl jsem civilu, takže těch pár dnů a týdnů to potrvá.*“ (Bedřich, 26 let, 1. mise)

Pro některé vojáky je obtížné se zpětně adaptovat na civilní prostředí, jako je běžné vyřizování agendy na úradech, nákupů, starání se o děti, a nejen jak v misi, kde se staral především sám o sebe, a nebo byl veden, nemusel tudíž řešit problémy o děti apod. Tento způsob života je jiný, než v misi, kde se vojáci starají především sami o sebe a nemusí tudíž řešit problémy běžného života.

#### ZVO 4. Jak se změnil způsob trávení času s rodinnou?

##### Odovědi:

„*No volný čas. Určitě víc času s rodinou vše se tak neuvěřitelně změnilo, příroda, žena děti, i ta naše ulice mi připadá jaksi jiná (smích), mám deficit sakra no jo, chci už být jen u nich, trávit víc času a někdy hry na PC a nějaká kniha a cigarety.*“ (Jiří, 37 let, 1. mise)

„*Volný čas nevím. Mám psa, tak určitě víc procházek po přírodě, les a tak, to mi tedy chybělo. S kamarády se to všechno lepší nese. Trávím ho, jak mě to okolnosti dovoluje čas. Stejná je posilovna, televize, pivečko a kamarádi.*“ (Richard, 29 let, 2. mise)

„*Na misi jsem trávil volný čas v posilovně a nebo s klukama na B- hutu u karet, a nebo jsem se sám díval na nějaký film. Víc možností tam nebylo. Občas nohejbal v hale. Doma si odpočívám a věnuji se tomu co dříve, první den jsem nechápal, vše mi připadalo jiné, trvalo chvíli, než jsem chápal, že jsem konečně doma, jen ta vůně domova je stejná, Víte co myslím a taky přítelkyně, supr. Chci si udělat zbrojní průkaz a chodit na střelnici. Jinak nějaké extra koníčky jsem před tím neměl. Občas bowling s partou.*“ (František, 24 let, 1. mise)

„*Snažíme se co nejvíce si užít jeden druhého, jsme teď víc spolu, manželka je spokojená, do dětí ani nemluví, užívám si to teď, je to super, ale to je po každé misi a pak je to ve starých kolejích (smích).*“ (Radek, 43 let, 4. mise)

„*Máme společné zájmy já děti a i manželka, jsme sportovně založení, věnujeme se hokeji, baví nás všechny, proto nemíním v tom ani nic měnit, naopak mám teď nějaké peníze, tak se dovybavíme a budeme se tomu věnovat i častěji.*“ (Pavel, 33 let, 2. mise)

„ My to máme vyřešené, rodina jezdí celá na hory, tak se tomu budeme věnovat dále, máme na to peníze, tak hurá, jo je to super“ (Marek, 31 let, 3.mise)

„ Já to s volným časem ještě uvážím, mám rád sport, ale chci si věnovat několika koníčkům, sám ještě nevím, pro co se rozhodnu, asi motorka....úsměv“ (Bedřich, 26 let, 1.mise)

„ Můj volný čas se bude odvíjet od potřeb stavení, máme s přítelkyní plány, chceme se později vzít, tak že se uvidí, ještě pošetřit nějakou korunku, asi si najdu nějaký vedlejšák, peněz není nikdy dost, dál se uvidí, na co bude čas“ (Michal, 34 let, 1.mise)

„ Můj volný čas se nezmění nijak, mám své koníčky, kterými se budu dál zabývat, rybaření, holky a tak, mám plno kamarádů, jistě se nebudu nudit , to mi věřte, chci si to teď pořádně užít“ (Václav, 25 let, 1.mise)

### **Shrnutí:**

Především vojáci, kteří se zúčastnili první mise, mají pocit ohromné změny ve smyslu změny prostředí. Dlouhý stav odloučení jim připomene, že od nástupu na jejich misi se hodně změnilo, vše, kam se vrátili je jiné (hezčí, horší). „Určitě víc času trávím s rodinou, vše se tak neuvěřitelně změnilo, příroda, žena děti, i ta naše ulice mi připadá jaksí jiná“, tvrdí například Jiří (37 let, 1. mise) „První den jsem nechápal, vše mi připadalo jiné, trvalo chvíli, než jsem chápal, že jsem konečně doma“, demonstruje výše uvedené pocity František (24 let, 1. mise).

Odpovědi na otázku se tedy příliš nelišily. Většina vojáků měnit nic zásadního ve svém trávení se svou rodinou či blízkými nemíní, spíše se snaží o prohloubení svých dosavadních činností, v čemž jim v tomto napomáhá především finanční nezávislost.

„Jsme sportovně založení, věnujeme se hokeji, baví nás všechny, proto nemíním v tom ani nic měnit, naopak mám teď nějaké peníze, tak se dovybavíme a budeme se tomu věnovat i častěji“, tvrdí Pavel (33 let. 2. mise)

### **Co se v životě vojáka změnilo**

Vojenská služba je specifická ve své postatě, není jednoduchá a má velké nároky na psychickou odolnost vůči zátěži, dále nároky na zručnost a přizpůsobení se daným podmínkám (umět improvizovat). Prostředí na vojenské misi může mít vliv na jednání vojáka, které ho

v konečném důsledku podpoří a formuje a může následně motivovat pro další funkce či služební postup.

#### ZVO 5. Jaké změny vojáci po návratu z mise v pracovním životě očekávají?

##### Odpovědi:

*„Zůstávám na družstvu i funkci. Uvidíme, co bude s praporem, protože se má údajně rámcovat, ale víte jak to je až to bude, tak to budu řešit. Možná přijdou noví lidé, ale to půjde.“*

(František, 24 let, 1. mise)

*„Jistota X nejistota? Nejistota z důvodu reorganizace, respektive rušení mého místa. Nikdo se neohlíží na zkušenosti, což považuju za špatné, neuvědomují si, že zkušenostmi se nic nadřilovat prostě nedá. Tak že obavy? Ano.“* (Radek, 43 let, 4. mise)

*„V práci mě asi nic dobrého nečeká. Vrchní praporčík vymýšlí to, že mám jít na jiné místo. Takže nejistota. Víím, že voják nevydrží na jedné funkci dlouho, a že i já budu muset na jinou. Tady mě to už přestalo bavit, nemám možnost seberealizace, je to škoda, mám pocit, že bych mohl něco nabídnout a prohloubit své schopnosti ve své odbornosti. Možná zkusím jiný útvar, jsem si vědom toho, že účast na misi, je pro mne výhodou, při hledání nového místa, to bez debat.“* (Jiří, 37 let, 1. mise)

*„Hodně kluků odejde, nebo se to protočí na funkcích. Jiní přijdou, takže se pojedou od zno-va, takový nesmysl, teprve když jsem byl schopen nabídnout něco ze svých zkušeností, jedeš od znovu, taková blbost. Plánuje se reorganizace výcviku a to se dotkne hodně nás. Takže práce bude pořádk. Možná se to u některých změní tak že nám budou závidět peníze a budou rejpat. Ale na to vcelku kašlu, to je přejde, starám se sám o sebe.“* (Bedřich, 26 let, 1. mise)

*„V pracovním životě půjdu na jinou funkci. Bude to fungovat normálně, žádný stres. Takže Nemám s tím problém a nenapadá mě, co by mě mělo strašit, jsem voják, a nediskutuju o tom, kam mám nebo kam půjdu, chci si dodělat školu a dále pracovat na kariéře, chci být důstojníkem“.* (Richard, 29 let, 2. mise)

*„Já ještě nevím, co bude, neřeším to, v armádě nemáte nikdy ni jistého, čekám nějaký kari-éerní růst, něco se v misi povídalo, uvidíme, až to bude tak to bude, chci do školy a pak se uvidí“* (Michal, 34 let, 1. mise)

*„Má se nám stěhovat prapor, takže řešíme s rukama, jak to bude vypadat. A mise mi dala šanci kariérově poskočit, budu dělat velitele družstva a zkušenosti odsud se mi hodí.“* (Václav, 25 let, 1. mise)

*„Neočekávám žádné dramatické změny, možná nějaké změny na funkcích, ale jestli se to bude týkat i mně, netuším, je mi to jedno, jsem voják, je fakt ale, že bych rád zůstal na své funkci, uvidíme“* (Marek, 31 let, 3. mise)

*„ Doufám, že se posunu dál, bylo mi to tady Vrchním práporou přislíbeno, čekám co a jak, má se to řešit v nejbližší době, snad si polepším, tedy finančně“* (Pavel, 33 let, 2. mise)

### **Shrnutí:**

Vojenská mise je jakýsi předěl ve vojenském životě vojáka z povolání, kde by se měla zúročit jeho celková příprava a dosavadní zkušenosti. Lze říci, že se jedná o další stupeň k dalšímu kariéernímu a profesnímu růstu. To potvrdili sami respondenti, kteří profesní růst berou jako jeden z motivačních faktorů pro který se misí účastní. *„Mise mi dala šanci kariérově poskočit, budu dělat velitele družstva a zkušenosti odsud se mi hodí“*, tvrdí například Václav (25 let, 1. mise). *„Možná zkusím jiný útvar, jsem si vědom toho, že účast na misi, je pro mne výhodou, při hledání nového místa, to bez debat“*, uvádí Jiří (37 let, 1. mise) a jak to dokresluje (Pavel, 33 let, 2. mise) *„ Doufám, že se posunu dál, bylo mi to tady Vrchním práporou přislíbeno, čekám co a jak, má se to řešit v nejbližší době, snad si polepším, tedy finančně“*. Dalším jevem, ukazujícím se v odpovědích vojáků, je nejistota zaměstnání, a neustálé rušení různých posádek, což nevede příliš k motivaci k růstu v kariéře. *„Jistota X nejistota? Nejistota z důvodu reorganizace, respektive rušení mého místa“*, uvádí (Radek 43 let, 4.mise). *„Nikdo se neohlíží na zkušenosti, což považuju za špatné, neuvědomují si, že zkušenostmi se nic nadřilovat prostě nedá, takže obavy ano“* (Radek 43 let, 4.mise)

## **Zpětná adaptace na pracovní a rodinné prostředí**

### **ZVO 6. Co vojákovi umožňuje a pomáhá vrátit se ke každodennímu životu?**

#### **Odpovědi:**

*„Mít svůj klid a čas na sebe. No podpora lidí kolem. Mám se kam vracet“*. (Václav, 25 let, 1. mise)

„Především rodina a děti. A uvidíme, jak to bude vypadat v práci, máme se stěhovat, trochu nejistota. Tam přece trávíme hodně času, a když to bude na prdlajs, tak to návratu do normálu nepomůže. Jo a taky volno. Vzal jsem si volno a budu se psem v lese a s ženou zajdeme na večeri a děti vezmu do bazénu a budu se snažit zapomenout na tenhle půl rok.“ (Radek, 43 let, 4. mise)

„Někam pojedeme s přítelkyní. Pokud pobere to, že budu potřebovat nějaký čas na srovnání, tak to půjde.“ (Bedřich, 26 let, 1. mise)

„Myslím, že si to už sedlo, žádný problém, mám kolem sebe spousty kamarádů a především rodiče a sourozenci“. (Richard, 29 let, 2. mise)

„Přítelkyně a jistotu v práci. Zbytek nevnímám nijak důležitě. Takže klasika, zdraví, práce, fungující vztah“ (František, 24 let, 1. mise)

„Pro mě to už není nic neobvyklého, je to má třetí mise, moje žena i děti si už zvykli nato, že tatínek je voják a musí někdy i do té války, máme další plány a cíle, proto víme přesně proč jsem do mise vyjel a co dál chceme, a to je postavit si rodinný domek bez dluhů, komunikujeme vždy po celou dobu mise, špatné zážitky a co se dělo na misi doma nepovídám, proč taky, nijak by mi to nepomohlo a jim taky ne“. (Marek, 31 let, 3. mise)

„Mám novou přítelkyni, takže jsem se asi adaptoval dobře ne? (smích), není to sranda, se zorientovat, chvílku mi trvalo se sžít s některými věcmi, spoustu věcí mi od rodičů připadalo malicherné jak a co řešit a kolik mají starostí, já se tak kolikrát bál o život, že některé věci teď prostě neřeším nebo se nad nimi nerozčiluju, jsem teď víc v pohodě, nová přítelkyně, peníze, možná nový život.“ (Michal, 34 let, 1. mise)

„Můžu Vám říct, že jedině rodina a přátelé, to mě vždy drželo psychicky nad vodou, někdy to bylo těžké, pár krizí jsme se ženou měli, bylo toho na ní někdy moc a nejde pomoci, nemáme rodinu kolem sebe a musela si poradit sama, mě to pak všechno prudilo, že s tím nemůžu nic dělat, ale je to za námi a snad nás to i posílilo, teď spolu vycházíme jako novomanželé, Byl jsem už jednou na misi ale to nebylo takové vyhrocené, tentokrát těch problémů bylo mnohem víc, v době mise mi umřel tchán a žena to nesla dost špatně, ale nakonec se to zvládlo, snažím se jí a dětem vynahradiť čas, který jsem byl pryč. Myslím, že už nikam nechci vyjet, rodina je pro mě nejdůležitější“. (Pavel, 33 let, 2. mise)

„Jsem už nějaký ten pátek ženatý a vím kdo je pro mě nejdůležitější a kde hledat podporu, samozřejmě moje rodina, rodiče, brácha, žena se o mě bojí, několikrát mi to dala dost tvr-



*dě najevo, před misí byla hodně nervózní a plakala, vysvětloval jsem jí, že to jinak nejde, ale nechtěla nato ani slyšet, až tchán ji uklidnil, že se všechno zvládne a to se také stalo, můžeme teď splatit dluhy, což nám výrazně pomůže a tak je nakonec ráda, že tak všechno dopadlo, a i v práci mám spoustu kamarádů, na které se mohu spolehnout a to je super“.*  
(Jiří, 37 let, 1. mise)

### **Shrnutí:**

Návrat vojáků po zahraniční misi do osobního života není nikterak jednoduchý, a proto je zcela logické, že mají potřebu podpory. *„Jsem už nějaký ten pátek ženatý a vím, kdo je pro mě nejdůležitější a kde hledat podporu, samozřejmě moje rodina, rodiče, brácha, žena“* (Jiří, 37 let, 1. mise) *„Můžu Vám říct, že jedině rodina a přátelé, to mě vždy drželo psychicky nad vodou, někdy to bylo těžké, pár krizí jsme se ženou měli“.* (Pavel, 33 let, 2. mise) *„Moje žena i děti si už zvykli na to, že tatínek je voják a musí někdy i do té války, máme další plány a cíle, proto víme přesně, proč jsem do mise vyjel a co dál chceme“.* (Marek, 31 let, 3. mise) *„Mám kolem sebe spousty kamarádů a především rodiče a sourozence“.* (Richard, 29 let, 2. mise). Z výše uvedených odpovědí vojáků je tedy nepochybné, že hledají podporu a pochopení především u svých rodin a přátel, které v tomto ohledu považují za největší přínos ve svém opětovném návratu k normálnímu osobnímu životu.

### **ZVO 7. Jaké hodnoty mají vojáci před misí a jaké po jejím návratu?**

#### **Odpovědi:**

*„Jsem asi stejný po misi, jako před misí. Rozdíl jen v tom, že nemám přítelkyni. A v hodnotách, asi hledání kompromisu mezi prací a soukromým životem. Kdybych měl novou holku, asi bych už nikam nejel, věnoval bych se víc jí.“* (Václav, 25 let, 1. mise)

*„Před misí asi stejně jako teď. Práce, a přítelkyně a kolo. Jasně a nepočítám zdraví, ale tak to je samozřejmé, že když jsi zdravý, tak máš jiné cíle. Když jsi nemocný, tak chceš být zdravý“.* (Bedřich, 26 let, 1. mise)

*„Pořád stejné. Vydělat nějaké peníze a najít nějakou babu. To je u mě stejně jak před misí, tak to bude i po návratu. Říkám, nijak to neprožívám a neřeším.“* (Richard, 29 let, 2. mise)

„Hodnoty mám pořád stejné, rodina je u mě na prvním místě, mám už hodnoty srovnané. Změnilo se to u mě po první misi, smysl života a pomíjivost lidského bytí. Ted' už to mám stejné.“ (Radek, 43 let, 4. mise)

„Nezměnilo se nic zásadního především zdraví, snad že mám potřebu více trávit času s rodinou a přáteli, je to logické.“ (Marek, 31 let, 3. mise)

„To se nezměnilo. Pořád je to zdraví, rodina a pes. Jen si toho ted' víc vážím. To odloučení, to mě chybělo. V misi jsem si to víc uvědomil, co pro mě znamenají. A finančně, jo to je dobrý. Na začátku mě peníze hodně zajímaly, ale ted' už to tak důležité není. Jako jsou potřeba a pomůžou s dluhy, ale vím, že jsou důležitější věci.“ (Jiří, 37 let, 1. mise)

„Víc si budu vážit klidu a bezpečí. Žádné rakety. No a především zdraví. To ostatní tak nějak snad přijde, ten průser s tím naším klukem, jak doktorka pak přinesla ten jeho snubní prsten, to bylo hustý sakra, to už mi v paměti zůstane asi napořád.“ (Bedřich, 26 let, 1. mise)

„Je to stejné. Snad jsem rád za to zdraví, jak člověk vidí smrt, rychle přehodnocuje své priority v ten moment, do bunkru tehdy přišla naše doktorka a přinesla snubní prsten toho našeho kluka, zasáhla ho střepina, nikdo ani nemukl. Možná něco přijde, možná zjistím, že se něco změnilo, ale ted' to tak necítím. Říkám, jsem člověk, který věci řeší, až když přijdou a dopředu se stresovat něčím co možná nenastane, mě přijde na nic. Každopádně, pokud si nebudu vědět s něčím rady, budu volat psychologa (smích).“ (František, 24 let, 1. mise)

„Abych pravdu přiznal, když bylo několik střel, co nám letěly nad hlavami a pak, když tam sebevrah v autě před vstupem na základnu pozabíjel několik Afgošů, tak jsem se i modlil za to, že jsem tam v tu dobu zrovna nebyl, sakra nebyl to hezký pohled, bál jsem se hodně krát i při nástřelech Talibanu, zdraví to je prioritní číslo jedna, vrátit se domů a v pořádku. Pak tam smrtelně zranili i našeho kluka, zdravotníci se snažili, i amíci dělali, co šlo, ale nevím, jak to s ním vypadá, asi moc dobře ne.“ (Pavel, 33 let, 2. mise)

### **Shrnutí:**

Většina respondentů ve svých odpovědích uvádí, že své životní priority nijak závažným způsobem nepřehodnocují. Po lidské stránce je zasáhlo zranění kamaráda. Jak uvedl jeden z respondentů, byl to velmi emotivní zážitek. „Snad jsem rád za to zdraví, jak člověk vidí smrt, rychle přehodnocuje své priority v ten moment, do bunkru tehdy přišla naše doktorka a přinesla snubní prsten toho našeho kluka, zasáhla ho střepina, nikdo ani nemukl“, ko-

mentuje své pocity František (24 let, 1. mise) „*No a především zdraví. To ostatní tak nějak snad přijde, ten prŕuser s tím naším klukem, jak doktorka pak přinesla ten jeho snubní prsten, to bylo hustý sakra, to už mi v paměti zůstane asi napořád*“, svěřuje se také Bedřich (26 let, 1. mise)

I přesto, že vojáci své zážitky z misí v sobě neustále nesou, jako prioritu jednoznačně označují rodinu, své blízké a zdraví.

## Následná odborná psychologická pomoc

### ZVO 8. Vyhledávají vojáci v případě potřeby psychologickou pomoc?

#### Odpovědi:

„*Snad nebudu nikdy potřebovat psychologa, nemám teda nic proti němu, je docela fajn, jsem v pohodě*“ (František, 24 let, 1. mise)

„*Já když mám depresi, tak se jdu opít s kamarádem nebo kamarády, psycholog pro mě není, nikdy jsem ho nepotřeboval a doufám potřebovat nebudu, je fakt, že jsme s ním na misi dost mluvili, je to dobrý borec, na nic se nehraje a nemá ty chytré řeči, bere to tak nějak v pohodě.*“ (Richard, 29 let, 2. mise)

„*Já to řeknu tak, psycholog je dobrý, dost jsme spolu na misi povídali, několikrát mi dobře poradil, ale slyšel jsem, že chce prý odejít, nevím co je na tom pravda, škoda ho, kluci ho chválili, nedivím se, rozuměl své práci*“ (Marek, 31 let, 3. mise)

„*Dobrá otázka, po takové misi s takovým osazenstvem, bych ho i potřeboval (smích), ne vážně, když byl problém, Jirka byl vždy při ruce, byl s námi*“ *póvlem*“, rád s ním mluvím, je to fajn člověk, prý chce odejít, nedivím se mu, psycholog je na útvaru potřeba a on své práci rozumí, škoda ho kluka“ (Michal, 34 let, 1. mise)

„*Když jsem byl na misi, tak jsem ho kolikrát potřeboval, kvůli vztahům a tak, byl jsem z toho unavený, přepadávala mě někdy úzkost, rakety, odloučení, chyběla mi rodina, nevyužil jsem toho, styděl jsem se, všechno jsem ale překonal, no bylo to těžký, teď doma už to jde, myslím, že jeho služeb už nebude potřeba, bylo nás víc, co byly pod tlakem všech těch okolností*“ (Jiří, 37 let, 1. mise)

„Snažím se tuhle otázku trošku bagatelizovat, nemám důvod jít k psychologovi, už jsem prošel čtyřmi misemi, vždy jsem se dokázal se svými problémy vyrovnávat sám nebo s pomocí rodiny, ty deprese sem tam s mojí ženou nebo dětmi, ale vždy se to nějak urovnalo, nic světoborného, postupně si zvykli na mou práci, museli, tenhle psycholog se zdál být dobrý, u nás žádného momentálně nemáme, a co jsem potkal tak vojenští psychologové většinou nestáli za nic, nemám k nim moc velkou důvěru, většinou práskali veliteli, když problém tak řešit přes civil, nebo raději vůbec“. (Radek, 43 let, 4. mise)

„ Kde pak, to ani náhodou, jsem v pohodě, necítím, že bych měl tu potřebu, neříkám, že je to špatné, ale ne, nepotřebuji, někdo možná ano“ (Bedřich, 26 let, 1. mise)

„Je fakt, že psycholog je někdy třeba, na misi jsem měl dny, kdy jsem se cítil mizerně, rozchod v průběhu mise z mou bývalou přítelkyní, bylo to těžké, teď ale nemám potřebu to řešit,“ (Václav, 25 let, 1. mise)

„ Jo Jirka byl tady opravdu kolikrát třeba, myslím psychologa, určitě to není zbytečná věc, to vědí všichni, já tu potřebu teda nemám, ale na Jiřího bych se klidně obrátil, to ano, mám k němu důvěru“ (Pavel, 33 let, 2. mise)

### **Shrnutí:**

Je nepochybně těžké si přiznat, že má člověk problémy. Často se je snaží zlehčovat, nebo si nechce přiznat, že ho něco trápí. Z výše uvedených otázek lze vyvodit, že respondenti nemají potřebu psychologické pomoci, a snaží se si své potíže, pokud nějaké vzniknou, řešit buď to v průběhu mise na dálku anebo svépomocí.“ *Psycholog pro mě není, nikdy jsem ho nepotřeboval a doufám potřebovat nebudu*“, to je jedna z odpovědí, která výše uvedený názor demonstruje (Richard, 29 let, 2. mise) „Vždy jsem se dokázal se svými problémy vyrovnávat sám nebo s pomocí rodiny, ty deprese sem tam s mojí ženou nebo dětmi, ale vždy se to nějak urovnalo, nic světoborného“, tvrdí zase Radek (43 let, 4. mise), „Teď doma už to jde, myslím, že jeho služeb už nebude potřeba“, uvádí Jiří (37 let, 1. mise), „Je fakt, že psycholog je někdy třeba, na misi jsem měl dny, kdy jsem se cítil mizerně, rozchod v průběhu mise z mou bývalou přítelkyní, bylo to těžké, teď ale nemám potřebu to řešit,“ (Václav, 25 let, 1. mise).

Jak ale vyplývá z odpovědí, vojáci ocenili to, že psycholog na misi byl. Uvedli, že tam práci zcela jistě měl, a že se choval tak jak se očekává, a že měl s vojáky kamarádské vztahy. Funkce psychologa byla tedy v průběhu mise zcela jistě nezastupitelná a přínosná.

## 4 SHRUTÍ VÝSLEDKU VÝZKUMU

Cílem práce bylo poskytnout na problematiku vojáků, působících v zahraničních misích, ucelený pohled a zjistit, jaké psychologicko-sociální faktory ovlivňují jejich život po návratu z misí. Na počátku praktické části byla stanovena hlavní výzkumná otázka „*Jakým způsobem se vojáci adaptují do běžného života po misi* „. Aby bylo možné tuto otázku zodpovědět, bylo v průběhu práce odpovídáno na následující specifické výzkumné otázky, které se později rozšířily o dílčí doplňující otázky.

### ***ZVO č. 1 Které zkušenosti z mise voják považuje za důležité pro jeho další profesní růst?***

Většina zkušeností, které vojáci na misích získají, je hodnoceno pozitivně. Většinu vojáků k výjezdu do zahraniční mise motivuje finanční aspekt celé záležitosti. Prostřednictvím peněz, které získají na misích, zajišťují své rodiny. Vojáci oceňují, že získají možnost záležitosti z prostředí mise prožít. Dále oceňují, že se naučí věcem, které by pro ně v normálním životě nebyly dostupné, jako je např. spolupráce s cizí armádou, se speciální vojenskou technikou. Jedná se zde o určitý druh vojenské praxe, ve které si voják odzkouší, co se ve výcviku před misí naučil. To vše podle vojáků představuje předpoklady pro další profesní růst. Zkušenosti se zraněním a smrtí kamaráda zanechal velmi silné emoce. Mise je umístěna do zcela kulturně odlišné zemi, na co nejsou příslušníci naší armády zvyklí. Prostor země jako je Afghánistán je pro mě jako návrat do středověku, jakoby se zde zastavil čas, pohledem nejen na všude přítomnou bídu ale zejména na životní podmínky rodin, které jsou tak vzdálené od těch evropských.

### ***ZVO č.2 Jak se změnil chování v sociálních vztazích vojáka na misi?***

Sociální vztahy byly jak v průběhu mise, tak i po jejím ukončení různým způsobem ovlivněny. Z uvedených odpovědí vyplývá, že se vojáci zcela jasně shodují v tom, že na misi docházelo ke komunikačním a vztahovým problémům, které zapříčinily dva faktory. Jedná se o problematiku vztahů vojáků s nadřízenými a o problematiku promíchanosti útvarů, které na vojenskou misi vyjíždí. Vojáci jsou zvyklí na své velení od mateřských útvarů, neboť vědí, co od něj mohou očekávat. V případě smíšeného kolektivu, který se navzájem nezná, lze očekávat, že nastanou v komunikační rovině problémy. Ve valné většině uvádějí, že dobré sociální vazby, které měli už před rotací do mise se upevnili nebo zůstali na stejné úrovni, na druhé straně však si mnohdy uvědomí až po návratu z mise, že

některé kamarádské vztahy přehodnocují z důvodu špatných zkušeností a již nemíní dále v kontaktu, které měl před misí v republice dále pokračovat.

### ***ZVO č.3 Jaké proběhnou po návratu z mise změny v rodinných vztazích?***

Návrat vojáka z mise zasáhne především, všechny jeho blízké. Z hlediska manželství nebo partnerství, se jedná o velkou zkoušku ve vztahu. Domníváme se, že výjezd je mnohem snesitelnější pro svobodné či nezadané vojáky protože nemusí řešit problémy typu věrnosti a podobně. Vojenská profese je z pohledu manželství a vztahů velmi složitá, neustále podřizování se pracovnímu životu a časté odloučení od rodiny, je mnohdy velmi obtížné. Pro vojáky je těžké se zpětně adaptovat na civilní prostředí, potíže jim činí běžné úkony, jako například starost o děti, vyřizování nákupů apod. Zpětné přizpůsobení je mnohdy poznamenalo mnohými konflikty v rodinném životě z důvodu nepochopení své situace, „já to měl těžké na misi“, tedy nedoceněnost vojáka ze strany rodiny a blízkých. Téma rodinných či partnerských vztahů je, jedním z nejcitlivějších problémů vojáků kteří se zahraniční mise zúčastnili. Častá fluktuace do misí a trávení času mimo svou rodinu, nepochybně poznamená. Hrozí zde riziko narušení základních partnerských vztahů. Z těchto důvodů je nepostradatelná pomoc vojenských psychologů, kteří vojáky v zahraničních misích na tyto aspekty návratu dokážou připravit, což se taky dle výpovědí respondentů i stávalo, kdy vojenského psychologa navštěvovali i když neformální cestou „jen tak si popovídat“.

### ***ZVO č.4 Jak se změní způsob trávení času s rodinou?***

Především vojáci, kteří se zúčastnili první mise, mají pocit ohromné změny ve smyslu změny prostředí. Dlouhý stav odloučení jim připomene, že od nástupu na jejich misi se hodně změnilo, vše, kam se vrátili je jiné (hezčí, horší). Podle odpovědi většiny vojáků se způsob trávení času s rodinou po návratu z mise příliš nemění. Většina z nich je odhodlána prohlubovat rodinné aktivity a to na základě delšího odloučení od rodiny. Většina vojáků se bude věnovat svým oblíbeným koníčkům a zálibám, a to především sportovnímu vyžití, které provozují v mnoha případech se svou rodinou, především dětmi. Protože jsou dostatečně finančně zajištěni, snaží se vydělaných peněz z mise využít k stavbě rodinných domů či nákupu bytu, což jim zabere dle jejich slov většinu volného času, ale na který se těší, protože je budou budovat společně s partnery a pro svou další budoucnost. Jinými slovy, výsledky své práce, přemění v následný pozitivní produkt, který vyznívá v jejich prospěch.

***ZVO č.5 Jaké změny vojáci po návratu z mise v pracovním životě očekávají?***

Vojenská mise je jakýsi předěl ve vojenském životě vojáka z povolání, kde by se měla zúročit jeho celková příprava a dosavadní zkušenosti. Lze říci, že se jedná o další stupeň k dalšímu kariérnímu a profesnímu růstu. Pracovní flexibilita u útvaru, už není tak náročná jako v misi, voják zde nemusí být k dispozici 24 hodin, pracovní doba je zde již pevně stanovena. To potvrdili sami respondenti, kteří profesní růst berou, jako jeden z motivačních faktorů pro který se misi účastní. Vojáci očekávají změny ve své profesi spíše pozitivně, posune je to dále ve své odbornosti. Jako velké negativum vyplynulo z odpovědí to, že někteří z vojáků očekávají mnohé strukturální změny, které řeší ihned po příjezdu z mise, kdy armáda má ve své koncepci na základě tzv. „Bílé knihy“, úpravu a reorganizaci, potažmo rušení jejich mateřských útvarů, což po misi berou jako velký problém. Pro mnohé bylo velmi těžké schovat zklamání, jedná ve své postatě o řešení komplikované situace která postihuje nejen jeho jako vojáka ale především na celou jeho rodinu.

***ZVO č.6 Co vojákovi umožňuje a pomáhá vrátit se ke každodennímu životu?***

Adaptování se zpět do osobního života není jednoduchý, jak by se na první pohled mohlo zdát. Dříve či později má každý potřebu podpory a pochopení ať už v menší či větší míře. Vrátit se ke každodennímu životu vojákům po návratu z mise jak uvádějí ve svých odpovědích vojáci, jsou především rodina a blízcí. Neméně důležité jsou i ostatní sociální vztahy a to především v pracovním kolektivu či u kamarádů. V prvních týdnech po návratu jsi především užívají všeho, všech činností, které, nebylo možné na misi dělat, jako je požití alkoholu, sex s partnerkou, procházky přírodou, jízda v autě či motorce. Taktéž řešení každodenních starostí se nepochybně projevuje do jejich návratu, řešení tisíce maličností, které neřešili v misi ale, doma v rodinném prostředí už musí.

***ZVO č.7 Jaké hodnoty mají vojáci před misí a jaké po jejím návratu?***

Hodnoty vojáků se před a po misi nijak zásadně nemění. Na nejvyšším stupni hodnotového žebříčku se v obou případech objevuje zdraví a rodina. Dobře si uvědomují, o co byly ochuzeni po dlouhé době na misi. Rodina blízký člověk a zdraví jsou pro všechny jednoznačnou prioritou. Vojáci si to uvědomují i z pohledu kultury, bídy v dané zemi, těžkých životních podmínek v daném prostředí a vážení si toho co má, co vlastní. Těší se

z takových maličností jako je louka a lesy a klimatické podmínky. Po lidské stránce je zasáhlo zranění kamaráda. Jednalo se o okamžik, kdy si každý uvědomoval jak cenné je zdraví a život a jak důležité bylo, vrátit se v pořádku domů ke své rodině. Většina vojáků to považovalo za velmi emotivní zážitek, který upevnil přátelská pouta mezi sebou.

### ***ZVO č. 8 Vyhledávají vojáci v případě potřeby psychologickou pomoc?***

Vojáci vnímají pomoc vojenského psychologa v průběhu zahraničních misí jako přínosnou. Pokud měli nějaký problém, diskutovali jej s ním. Většina oslovených vojáků nemá pocit, že by měli potřebu v momentálním časovém úseku důvod k vyhledání nějaké odborné pomoci, jak uvádí, teprve se přizpůsobují danému prostředí a časový horizont návratu v je v tomto případě krátký. Zde je nutno podotknout, že k odhalení případných potíží, je třeba delší časové osy z toho důvodu, že některé aspekty jako je stres se mohou vynořit jako problém až v pozdějším období, jak uvádí mnohé poznatky a zkušenosti z jiných zahraničních misí vojenských psychologů. V soukromém životě, tedy po návratu z mise, institut psychologické pomoci vojáci spíše odmítají. Vojáci jsou informováni o této možnosti a naopak odborní pracovníci na linkách důvěry, či civilních pracovištích proškoleni a připraveni na specifiku psychických potíží, vyplývajících z válečné zkušenosti.



## ZÁVĚR

Zkušenost s válkou je jedna z nejhorších, jakou může člověk zažít. Je jen velmi málo lidí, kteří dokážou tento zážitek zpracovat tak, že z toho pro ně neplynou důsledky. Většinu však zůstanou následky, jež ve větší, či menší míře narušují psychiku a brání člověku žít plnohodnotný život. Voják však není jediný, koho se konflikt, byť z geografického hlediska mnohdy velmi daleko, týká. Jsou tu rodiny, manželky, blízcí, jejichž život je odchodem vojáka více, či méně narušen. Tak jak je nezbytná psychologická příprava vojáků na nasazení ve válce, je třeba jim věnovat podobnou péči i v období po návratu. Za dobu jejich nepřítomnosti se změnila řada věcí, jejich rodiny získaly mnohdy nové dovednosti a i role budou místy jiné. Období po návratu je, i přes radost ze shledání více, či méně náročné a je třeba se na něj připravit. I zde má psychologie co říci a riziko rodinných krizí, či dokonce rozpadů, lze touto cestou zmírnit. Rozhodně je chyba, pokud jsou vojáci vraceni domů bezprostředně z válečného pole, neboť nemají možnost emoční abreakce. Hledají pak tento způsob adaptace v prostředí, jenž nechápe důvody potíží a celý proces je tak značně ohrožen. Cílem této bakalářské práce bylo zjistit, jakým způsobem se vojákům vyjíždějících do zahraniční mise dotýkají a projevují psychosociální vlivy do jejich osobního a profesního života. Důležité bylo zejména přiblížit problematiku zahraničních misí a především pak možnosti následné odborné psychologicko-sociální pomoci. V teoretické části, byla popsána téma zkoumaného cíle, kde se věnuji vojenskému prostředí pohledem sociální pedagogiky. V další části teoretického výkladu je popsána vojenská tematika z hlediska předpsychologické přípravy vojáka, který vyjíždí do zahraniční mise, možné rizika a vlivy jako je stres a trauma na jeho psychickou stránku osobnosti a následné možnosti řešení v konkrétních oblastech jako je profesní a osobní život. Poslední kapitola teoretické části se pak zabývá krizovou intervencí a následnou možnou péčí, kterou je možno využít jako primární psychologickou pomoc v rámci nabídky AČR. Výzkumný cíl je zpracován použitím kvalitativní metody. Hlavní výzkumná otázka byla stanovena takto: „**Jakým způsobem se vojáci adaptují do běžného života po misi** „. Bylo provedeno celkem devět rozhovorů respondentů, kteří splňovali dané kritéria výzkumu. V praktické části práce byl vymezen cíl výzkumu, zdůvodnění stanovené výzkumné metodologie, technika sběru dat. Analýzou dat byla provedena kategorizace oblastí, ze kterých vyplynulo následné schéma specifických otázek, které upřesňují subjektivní pohled respondentů na danou hlavní výzkumnou otázku. Z výsledku výzkumu vyplývá, že výjezd a následný návrat ze zahraniční mise je pro

každého vojáka individuální a jeho následná adaptace se projevuje u každého jinak a to především v rámci mezilidských vztahů, obav o vlastní život a zcela nepochybně odloučení od rodiny. Voják si vytváří jistou představu návratu domů, kde tím zahání obavy a nejistotu, jak bude vnímán v sociálním prostředí. Poté přichází konfrontace představ a reality po návratu domů, kdy se voják připravuje na přizpůsobení se danému okolí.

V mnoha případech se rodinné vazby upevnily. Sociální kontakty v zahraniční misi byly poznamenány především špatnou komunikací z hlediska podřízený nadřízený, z čehož pak vycházeli konfliktní situace. Mezilidské vztahy byly často různým způsobem poznamenány. Nejvíce negativních poznatků je z hlediska pracovní nejistoty, a co bude po návratu. Ve valné většině odpovědí se ukazuje nejistota, co bude dál, vyplývá to nejen z rozhodnutí velitelské pravomoci a možné rotace funkcí, ale taky nejistotě z reorganizace armády jako takové. Dále ze šetření vyplynulo, že životní priority se u vojáků změnily jen nepatrně a to v žebříčku hodnot, zdraví a rodina. V následné adaptaci hledají jednoznačnou oporu u svých blízkých a nejbližším okolí, u některých to trvá i několik týdnů, jiní se dokázali adaptovat poměrně rychle, a to především proto, že už podobnou misi absolvovali. Armáda nabízí různorodé možnosti odborné pomoci nejen vojenského psychologa, ale i jiné možnosti péče, je to zcela individuální, dle potřeb a daného problému. Nelze jednoznačně říci po tak krátkém časovém úseku od sběru dat, kdo bude mít potřebu využít následné odborné péče. Vojáci se jí nikterak nebrání, ale jak uvádějí, jsou doma krátce, a problémy mohou teprve později na povrch vyplynout. Domníváme se, že daná práce dává prostor pro další hlubší analýzu především v oblasti vyhodnocení po delším časovém úseku, například šesti měsíců po návratu, protože předpokládáme, že u respondentů bude docházet k přehodnocení jejich názorů a postojů.

**SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY**

- [1] BAKOŠOVÁ, Zlatica, 1994. *Sociálna pedagogika. Vybrané problémy*. Bratislava: Univerzita Komenského, s 80. ISBN 80-223-0817-X.
- [2] ČÁBALOVÁ, Dagmar, 2011. *Pedagogika*. Vyd. 1. Praha: Grada, 272 s. ISBN 978- 80-247- 2993- 0.
- [3] DISMAN, Miroslav 2000. *Jak se vyrábí sociologická znalost*. Vyd. 3. Praha: Karolinum, 374 s. ISBN: 80-246-0139-7.
- [4] DZIAKOVÁ, Olga, 2009. *Vojenská psychologie*. Vyd. 1. Praha: Triton, 540 s. ISBN 978- 80-7387-156-7.
- [5] GAVORA, Peter, 2000. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno: Paido, 207s. ISBN 80 – 85931 – 79 – 6.
- [6] Gottwaldová, M., a Znojilová, M, 2006. *Obrana vojenského profesionála proti stresu*. Vyškov: Správa doktrín Ředitelství výcviku a doktrín.
- [7] HENDL, Jan, 2005. *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. Praha: Portál, s 407. ISBN 8073670402.
- [8] HUMMEL Michal, 2006. *Psychologická příprava vojáků do zahraničních misí*. Závěrečná práce doplňujícího pedagogického studia s. 32.
- [9] JÄGER, Bohuslav a Luděk LÁVIČKA, 2001. *Teze psychologické přípravy a psychosociální podpory vojáků jednotek mírových misí*. Materiál určený pro vnitřní potřebu AČR 2001.s 37.
- [10] KRAUS, Blahoslav, 2004b. *K aktuálnímu pojetí a postavení sociální pedagogiky*. In *Konstituování Sociální pedagogiky jako vědeckého oboru*. Brno: Institut mezioborových studií, s 97. ISBN 80-902936-5-4
- [11] KRAUS, Bohuslav a Věra POLÁČKOVÁ, 2001. *Člověk-prostředí-výchova. K otázkám sociální pedagogiky*. Brno: Paido. s.199. ISBN 80-7315-004-2.
- [12] KRAUS, Bohuslav, 2008. *Základy sociální pedagogiky*. Vyd. 1. Praha: Portál, s 216 . ISBN 978-80-7367-383-3.
- [13] KŘIVOHLAVÝ, Jaro 1994. *Jak zvládat stres*. Praha: Grada avicenum, s.192. ISBN 80-7169-121-6
- [14] KŘIVOHLAVÝ, Jaro, 1998. *Jak neztratit nadšení*. Praha: Grada, s. 136. ISBN 80-7169-551-3

- [15] KŘIVOHLAVÝ, Jaro, 2011. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie*. Vyd.1. Praha: Grada, s. 144 . ISBN 978-80-247-3604-4
- [16] PRAŠKO, Ján a Hana PRAŠKOVÁ, 2001. *Proti stresu krok za krokem*. Praha: Grada, s 188.
- [17] PAULÍK, Karel, 2010. *Psychologie lidské odolnosti*. Vyd.1. Praha: Grada, s.240. ISBN 978-80-247-2959-6.
- [18] ŠVARŤÍČEK, R., K. ŠEĐOVÁ, a kol. 2002. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Vyd. 1. Praha: Portál, s. 348. ISBN 978-80-7367-313-0.
- [19] VODÁČKOVÁ, Daniela. a kol. 2002. *Krizová intervence*, Vyd. 1. Praha: Portál, s. 544. ISBN 80-7178-696-9.

#### **Zahraniční zdroje:**

- [1] WILDEMUTH, Barbara M. a Yan ZHANG. Unstructured Interviews. WILDEMUTH, Barbara M. 2009 *Applications of social research methods to questions in information and library science*. Westport, CT: Libraries Unlimited, 2009, str. 222.

#### **Elektronické zdroje:**

- [1] NATOAKTUAL.CZ. Oficiální portál informačního centra o NATO. *Čeští vojáci by měli zůstat v Afghánistánu do roku 2014*. (on line). 2012. (cit. 2012-03-20).

Dostupné z: < [http://www.natoaktual.cz/cesti-vojaci-by-meli-zustat-v-afghanistanu-do-roku-2014-pcm-/na\\_zpravy.aspx?c=A120130\\_153004\\_na\\_zpravy\\_m00](http://www.natoaktual.cz/cesti-vojaci-by-meli-zustat-v-afghanistanu-do-roku-2014-pcm-/na_zpravy.aspx?c=A120130_153004_na_zpravy_m00)>

- [2] ARMÁDA ČESKÉ REPUBLIKY. *Možná i na tebe čeká kariéra profesionálního vojáka*. (on line). 2012. (cit. 2012-03-20).

Dostupné z: < <http://kariera.army.cz/cz/zakladni-vycvik>>

## SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

PRT Provinční rekonstrukční tým

## SEZNAM OBRÁZKŮ















## SEZNAM PŘÍLOH

Příloha A: schéma otázek

Příloha B: tazatelské otázky

Příloha C: ukázka rozhovoru

## **PŘÍLOHA A: SCHÉMA OTÁZEK**

V sestavování otázek polostrukturovaného rozhovoru jsme vycházeli ze základní výzkumné otázky, která byla rozložena na specifické výzkumné otázky. Během rozhovoru se předem připravené otázky doplňují o nové otázky, které z interview vyplynou

**ZVO: Jakým způsobem se vojáci adaptují do běžného života po misi?**

**SVO 1: Které zkušenosti z mise voják považuje za důležité pro jeho další profesní růst?**

**SVO 2: Jak se změnilo chování v sociálních vztazích na misi?**

**SVO 3: Jaké změny v rodinných vztazích se změnilo po návratu z mise?**

**SVO 4: Jak se změnil způsob trávení času s rodinnou?**

**SVO 5: Jaké změny očekáváte v pracovním životě po návratu z mise?**

**SVO 6: Co Vám umožňuje a pomáhá k návratu ke každodennímu životu?**

**SVO 7: Jaké hodnoty jste měl před misí a po návratu?**

**SVO 8: Vyhledáte psychologickou pomoc, v případě potřeby?**

## **PŘÍLOHA B: TAZATELSKÉ OTÁZKY**

- 1. Jak proběhla adaptace na prostředí základny?**
- 2. Co ti výjezd do mise dal ohledně odborných zkušeností?**
- 3. Jaký máš celkový pocit z mise?**
- 4. Jak probíhá komunikace doma s rodinou?**
- 5. Jaké jsou sociální vztahy na pracovišti po návratu?**
- 6. Co a nebo kdo Ti pomohl k adaptaci do civilního prostředí?**
- 7. Jaký máš nejsilnější zážitek z mise?**
- 8. Bylo tam hodně psychicky vypjatých situací?**
- 9. Co Ti pomáhalo zvládat situace takového psychického rázu?**
- 10. Byla pro Tebe mise v něčem přínosná?**
- 11. Jak vnímáš životní priority po misi jsou jiné nebo stejné?**



## **PŘÍLOHA C: UKÁZKA ROZHOVORU**

### **Rozhovor (Pavel 33 let, ženatý, 2.mise)**

#### **T: Jak proběhla adaptace na prostředí základny?**

R: No teda bylo to dost zajímavé, protože já letěl mezi prvníma v rotaci, nikterak jsm se ale nevzrušoval tím jak to tam bude vypadat, už jsem na misi byl, tak jsem věděl už co a jak. Kluci, kteří končí, jsou rádi, že jedou už domů, tak pomohli s předáváním materiálu, šlo to jak na drátkách. Měl jsem dost času si všechno ochytat než přiletí celá rotace kontingentu, tak jsem se předpřipravil v pohodě.

#### **T: Co ti výjezd do mise dal ohledně odborných zkušeností?**

R: Zkušenosti, jsem získal v odbornosti, kterou dělám, ale co jsem získal určitě a bylo pozitivní, poznal jsem lidi, jací jsou, když jde do tuhého, bylo to k nezaplacení, někteří mě hodně překvapili, jak v dobrém tak ve zlém, kolikrát jsem to fakt nečekal, katastrofa většinou.

#### **T: Jaký máš celkový pocit z mise?**

R. Jedním slovem katastrofální, co můžu říci, velení se prostě nevyvedlo krom jednoho a to Miloše ten byl super, kluci z jednotek fungovali super, někdy to jiskřilo, to je jasné, ale jinak to nestálo za nic, už bych nechtěl jet s takovou jednotkou, jak říkám kluci dobrý no velení, nebudu to komentovat.

#### **T: Jak probíhá komunikace doma s rodinou?**

R: Všechno se nějak pokazilo, už v misi jsem se přes Skype dohadovali o blbostech zatím nevím, co s tím, manželka se hádá krom prvního dne, kdy jsem přiletěl, já nevím co se jí děje v hlavě, ale co, uvidím, co jí přelétlo přes nos, jinak děti jooo dobrý, těšil jsem se na ně. Zatím si to asi úplně nesedlo, jsem trošku nervózní ze všeho a cítím se unavený, ale už se to lepší, asi jsem potřeboval vypustit páru nebo co.

#### **T: Jaké jsou sociální vztahy na pracovišti po návratu?**

R: Pokud můžu posoudit, tak zatím dobrý, tady se to moc neřeší, většina z nás už někde na misi byla. Spíš čekám nějaké posuny, už to tam plánovali v misi, prý rotace funkcí. Nevím

kde vlastně budu dělat nebo na jaké funkci budu, trochu pitomost si myslím. Než jsem se něco naučil, tak to trvalo nějakou dobu a teď se mamám učit něco od znovu. Škoda mluvit.

**T: Co a nebo kdo Ti pomohl k adaptaci do civilního prostředí?**

R: Můžu říci, že jediné rodina a přátelé, to mě vždy drželo psychicky nad vodou, někdy to bylo těžké, pár krizí jsme se ženou měli, bylo toho na ní někdy moc a nejde pomoci, nemáme rodinu kolem sebe a musela si poradit sama, mě to pak všechno prudilo, že s tím nemůžu nic dělat, ale je to za námi a snad nás to i posílilo, teď spolu vycházíme jako novomanželé, Byl jsem už jednou na misi ale to nebylo takové vyhocené, tentokrát těch problému bylo mnohem víc, v době mise mi umřel tchán a žena to nesla dost špatně, ale nakonec se to zvládlo, snažím se jí a dětem vynahradiť čas, který jsem byl pryč. Myslím, že už nikam nechci vyjet, rodina je pro mě nejdůležitější.

**T: Jaký máš nejsilnější zážitek z mise?**

R: Tak to je jasné, je to smrt toho našeho kluka. Bylo to hodně složitá situace, nikdo nemohl nic udělat, byl ve špatnou dobu na špatném místě, a když jsem viděl, jak naše doktorka přinesla do bunkru snubní prstýnek, bylo to hrozný, můžu říci, že jsem měl v ten moment sucho v puse. Už na to nechci myslet, omlouvám se.

**T: Bylo tam hodně psychicky vypjatých situací?**

R: Jak pro koho, každý to nese jinak, raketové útoky, nikdo nikdy neví, jestli se zrovna trefí do toho vašeho domku, Už se to několikrát stalo, jen měli zatím všichni štěstí, ale střepiny je lítali. To je složité. Nechci o tom nějak mluvit promiň.

**T: Co Ti pomáhalo zvládat situace takového psychického rázu?**

R: Kluci, jejich černý humor, byli jsme na tom všichni stejně, a pokec s rodinou psychoušem a někdy kaplanem, hudba, posilovna a tisíc maličností.

**T: Byla pro Tebe mise v něčem přínosná?**

R: Ještě nevím v čem všem, určitě ve své odbornosti a zkušenosti, víc si vážím maličností, jako je teplá voda, klid, kamarádi, takové ty věci co člověk bere v běžném životě jako samozřejmost jestli mi rozumíte.

**T: Jak vnímáš životní priority po misi jsou jiné nebo stejné?**

R: Abych pravdu přiznal, když bylo několik střel, co nám letěly nad hlavami a pak, když tam sebevrah v autě před vstupem na základnu pozabíjel několik Afgošů, tak jsem se i modlil za to, že jsem tam v tu dobu zrovna nebyl, sakra nebyl to hezký pohled, bál jsem se hodněkrát i při nástřelech Talibanu, zdraví to je priorita číslo jedna, vrátit se domů a v pořádku. Pak tam smrtelně zranili i našeho kluka, zdravotníci se snažili, i amíci dělali, co šlo, ale nevím, jak to s ním vypadá, asi né moc dobře. Když to tedy shrnu rodina a zdraví.