

**JIHOČESKÁ UNIVERZITA v ČESKÝCH BUDĚJOVICÍCH**  
**ZDRAVOTNĚ SOCIÁLNÍ FAKULTA**

**BAKALÁŘSKÁ PRÁCE**

**ZDRAVOTNĚ SOCIÁLNÍ ASPEKTY ŽIVOTA VOJÁKA Z  
POVOLÁNÍ ARMÁDY ČESKÉ REPUBLIKY PO ÚČASTI NA  
ZAHRANIČNÍCH MISÍCH**

**Autor: Elena Kovaříková**

**Vedoucí bakalářské práce: Doc. MUDr. Vladimír Vurm, CSc.**

27. 5. 2010

## **Abstract**

### **The health and social aspects of the life of professional soldiers in the Czech Republic's Army after taking part in a mission abroad**

There are only few comparable professions which require risking or even laying down the own life in the course of performance of working tasks and responsibilities. Soldiers serving in the Czech Republic's Army and military professionals have been successfully deployed in different parts of the world. This country prefers humanitarian accent of the missions. In respect to Czech soldiers, the Czech general public prefers peace missions to combat ones. Therefore the prevailing number of missions consists of medical personnel, military police or guards and training units to ensure stabilization and future peaceful development in the areas in crisis. Soldiers are honored to represent the Czech Republic and they feel patriotic, responsible and proud of their homeland. The participation in such missions tests the quality of our army.

The topic of my bachelor thesis is "The health and social aspects of the life of professional soldiers in the Czech Republic's Army after taking part in a mission abroad". I sought to outline the issue of the missions and I focused on life situations of soldiers returning home from the missions, both in terms of health and social aspects. The introduction outlines the objective of thesis. In the theoretical part I have described the basic terms, with an overview of the issue of missions and adaptation of professional soldiers after returning to the home country. In the final part I have explained the methodology and process of the quantitative research. The thesis is concluded with a presentation and interpretation of results.

Existuje málo srovnatelných profesí, které by při plnění pracovních úkolů a povinností, vyžadovaly riskování nebo dokonce obětování vlastního života. Vojáci Armády České republiky a vojenští odborníci úspěšně zvládají nasazení v různých částech světa. U nás je preferován humanitní akcent misí. Českou veřejností je tradičně lépe hodnoceno vyslání českých vojáků k mírovým než k bojovým misím. Proto převládá vysílání zdravotníků, vojenských policistů nebo strážných a výcvikových jednotek zabezpečující stabilizaci a další mírový rozvoj v krizových oblastech. Pro vojáky je ctí, že mohou reprezentovat ČR a dává jim to pocit vlastenectví, odpovědnosti a hrdosti za svou vlast. Účast v misích prověřuje kvalitu naší armády.

Pro svou bakalářskou práci jsem si zvolila téma:“ Zdravotně sociální aspekty života vojáka z povolání Armády české republiky po účasti na zahraničních misích“. Snažila jsem se nastínit problematiku misí a zaměřila jsem se na životní situace vojáků, vracejících se z misí, po stránce zdravotní a sociální. V úvodu je vymezen cíl práce. V teoretické části popisují základní pojmy s nahlédnutím na problematiku misí a adaptaci vojáků z povolání po návratu zpět do vlasti. V závěrečné části je vysvětlena metodika a je popsán průběh kvantitativního výzkumu. Následuje prezentace výsledků a jejich interpretace.

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma Zdravotně sociální aspekty vojáka z povolání Armády České republiky po účasti na zahraničních misích vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b Zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě v úpravě vzniklé vypuštěním vyznačených částí archivovaných Zdravotně sociální fakultou elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejich internetových stránkách.

V Českých Budějovicích

.....

Poděkování patří Doc. MUDr. Vladimíru Vurmovi, CSc.,  
za významnou pomoc při tvorbě a zpracování mé bakalářské práce.

## **Obsah:**

Úvod	7
<b>1 Současný stav</b>	9
1.1 Život vojáka z povolání AČR	9
1.1.1 Historie misí v ČR	10
1.1.2 Odjezd a absolvování mise	11
1.2 Adaptace vojáka na běžný, civilní život	14
1.2.1 Návrat z mise po stránce zdravotní	14
1.2.2 Návrat z mise po stránce sociální	17
<b>2 Praktická část</b>	19
2.1 Cíl práce a hypotézy	19
2.2 Metodika	20
2.3 Výsledky	21
2.4 Diskuze	34
<b>Závěr</b>	37
Seznam použité literatury	39
Klíčová slova	41
Seznam zkratk	42
Seznam příloh	43

## Úvod

V dnešní společnosti se neustále mluví o problematice vojenských misí, proto ji považuji nejen za aktuální, zajímavou, ale i velmi důležitou. Téma bakalářské práce Zdravotně sociální aspekty života vojáka z povolání Armády České republiky po účasti na zahraničních misích, jsem si zvolila zejména z toho důvodu, že jsem profesionální vojákyní Armády České republiky, a z tohoto důvodu je mi tato oblast blízká.

Cílem mého výzkumu bylo zhodnotit zdravotní a sociální aspekty života vojáka z povolání, po účasti na zahraničních misích a přiblížit problematiku vojenských misí. Nastiňuji zde problém adaptace vojáků z povolání po návratu z mise a analyzuji jejich životní situace po návratu ze zahraniční mise.

Existuje málo srovnatelných profesí, které by při plnění pracovních úkolů a povinností, vyžadovaly riskování nebo dokonce obětování vlastního života. Je nutno si uvědomit, že vojáci jsou obyčejní lidé, kteří se dostávají do neobyčejných, až život ohrožujících situací. Jen jsou více vycvičeni zvládat zátěž (ať psychického či fyzického rázu) a nebezpečí bojové činnosti. Voják z povolání je jen občan v uniformě vykonávající specifickou službu společnosti. Účast ozbrojených sil České republiky není veřejností chápána jednoznačně. Na jedné straně jsou zahraniční mise chápány jako snaha o zvyšování světové bezpečnosti a boji proti terorismu a tím nepřímo na obranné politice státu. Na straně druhé jsou považovány jako přílišná angažovanost s možností většího rizika ohrožení a nebezpečí pro Českou republiku. Samozřejmě zde hraje také svojí roli ekonomické hledisko, vynaložené náklady pohybující se v řádech miliard a snižující se rozpočtové výdaje pro resort obrany.

Bakalářská práce je rozdělena do dvou hlavních oddílů, současný stav a praktická část. V části současného stavu je nastíněna otázka zahraničních misí. Popisuje historii misí a vybrané aspekty přípravy odjezdu na zahraniční misi a návratu zpět po absolvování mise. Je pohledem do života vojáka z povolání AČR. Zahrnuje aspekty adaptace vojáka na běžný civilní život, po stránce pracovní a sociální.

V praktické části byla použita metoda dotazníkového šetření. V této části práce jsou vyhodnoceny výsledky dotazování u respondentů z řad vojáků z povolání, různých

hodnostních sborů, pohlaví a vzdělání. Úkolem bylo zjistit problémy s adaptací po návratu z mise do běžného civilního života.

Konečné závěry vyplívající z dotazníkového šetření mezi vojáky 25. protiletadlové raketové brigády ve Strakonících, kteří se účastnili zahraničních misí, jsou uvedeny v poslední části bakalářské práce.



## 1. SOUČASNÝ STAV

### 1.1 Život vojáka z povolání AČR

Posláním ozbrojených sil je zajistit svrchovanost, územní celistvost, principy demokracie a právního státu, životy obyvatel a jejich majetek před vnějším ohrožením a přispět k prosazení životních, strategických a dalších bezpečnostních zájmů ČR ve spolupráci s aliančními a koaličními partnery a v souladu s mezinárodním právem. Armáda ČR je základem ozbrojených sil. (Balabán – Duchek, 2007) Ozbrojené síly jsou předurčeny k aktivní, bojové činnosti v dotyku s nepřítelem s cílem zničit ho. Armáda je budována jako bojový organismus tvořený nejzdravější, fyzicky i mentálně nejzdatnější částí (převážně mužské) populace. (Mikšík, 2005)

Ozbrojené síly se podílejí na činnostech ve prospěch míru a bezpečnosti, a to zejména účastí na operacích na podporu a udržení míru, záchranných a humanitárních akcí. (Vyhláška MO č. 454/2002Sb.) Vojsko se angažuje v různých typech krizových situací, ať v míru či válce. Krizová situace podle právního řádu České republiky nastává, když je bezprostředně ohrožena územní celistvost, svrchovanost, demokratické zásady ČR a jsou ve značném rozsahu ohroženy životy a zdraví, majetkové hodnoty či životní prostředí. Nové nároky přináší služba v mírových misích. (Baštecká, 2005)

Služba v armádě vyžaduje kázeň, loajalitu a obětavost. Mravní kodex vojáka uvádí vlastnosti, které by každý profesionál měl mít. Patří sem smysl pro odpovědnost, věrnost a odvaha. Základem je odpovědný vztah jedince k plnění povinností podle jeho nejlepších schopností. Důležitá je obětavost, protože pro vojáka musí být zájmy celku nadřazeny jeho individuálním zájmům. A v neposlední řadě je věrnost-být oddán své zemi a armádě. Je významná pro vytváření a posilování sebedůvěry, pocitů jistoty, pozitivních pracovních vztahů, výkonnosti, pocitu sounáležitosti a soudržnosti. Při plnění pracovních a služebních povinností by mělo být pro vojáka samozřejmostí dodržování norem, jednat přesně, spolehlivě a svědomitě. Poslouchat rozkazy a nařízení nadřízených a plnit je dle svého nejlepšího svědomí. (Vojenský profesionál, 2007)

### 1.1.1 Historie misí v České republice

V následujícím desetiletí došlo k řadě významných událostí v životě armády i celé naší společnosti. Můžeme zmínit přijetí ČR do NATO a Evropské unie, zrušení základní vojenské služby, teroristické útoky proti Světovému hospodářskému centru, významné zbrojní zakázky a v neposlední řadě účast našich vojáků v zahraničních misích. Dnešní moderní společnost pochybuje o všem, armádu nevyjímaje. Diskutuje se o úkolech armády, o reformě ozbrojených sil, o rizicích ohrožení země, o nákupech vojenské techniky a dalších tématech. Objevují se různé názory a postoje k zahraničním misím. Z kladných hodnocení sem patří, že prověřují kvalitu naší armády, a k těm negativním názorům můžeme zahrnout, že vojáci zbytečně riskují životy v misích a jediným důvodem, proč absolvují misi jsou peníze. Výkon vojenské profese je v mnoha ohledech odlišný od činnosti v jiných povoláních. Zaměstnaný člověk stráví přibližně třetinu dne v práci, voják díky soustavným vojenským cvičením a dlouhodobé účasti v misích i několikanásobně více. Povinnost zúčastnit se zahraničních misí vyplývá ze závazků vůči NATO a EU.

Historie zahraničních misí naší armády začala na podzim roku 1990, kdy Federální shromáždění bývalé ČSFR rozhodlo v souvislosti s krizí v Perském zálivu o vyslání dvou set vojáků-dobrovolníků do Saudské Arábie. Naši vojáci se posléze angažovali v řadě humanitárních operací a mírových misí. Do podvědomí veřejnosti vstoupilo působení českého kontingentu v Kosovu, Iráku i v dalekém Afghánistánu. Zkušenosti v zahraničních misích získaly stovky příslušníků armády, kteří často prokázali vysokou míru profesionality ve velmi náročných podmínkách. (Vojenské rozhledy, 2009)

Pro zajímavost můžeme zmínit rekonstrukční tým v afgánské provincii Lógar, který se podílel na zajištění stability a bezpečnosti země. Od roku 1999 se Armáda České republiky účastní mírové operace NATO v Kosovu, pod názvem Joint Entrprice. Plní zde úkoly k zajištění klidného a bezpečného prostředí pro všechna etnika, volného pohybu osob a rozvoj demokracie. A takto bych mohla pokračovat dále, souhrnným

výčtem všech misí. Přehledný rozpis misí (viz. Tabulka č. 1 přílohy)

U nás je preferován humanitní akcent misí. Českou veřejností je tradičně lépe hodnoceno vyslání českých vojáků k mírovým než k bojovým misím. Proto převládá vysílání zdravotníků, vojenských policistů nebo strážných a výcvikových jednotek zabezpečující stabilizaci a další mírový rozvoj v krizových oblastech. Plnění úkolů v misích je jedním z hlavních faktorů růstu prestiže ozbrojených sil v očích české veřejnosti. Jsou oceňovány zejména případy humanitárních aktů jako pomoc uprchlíkům, ochrana civilistů, pomoc při výstavbě škol a působení českých polních nemocnic. Čeští vojáci rovněž pracují jako pozorovatelé misí OSN v různých státech světa.

### **1.1.2 Odjezd a absolvování mise**

Poznatky z dějin válek a vojenského umění potvrzují, že úměrně s rozvojem bojové techniky narůstá nebezpečí ztráty zdraví i života lidí. Vzrůstající ohrožení doprovázejí výraznější změny v psychickém systému a chování vojáků. Ozbrojený zápas podrobuje celou osobnost člověka, jeho charakter, schopnosti, city, vůli, všechny jeho síly náročným zkouškám. Nejvýraznější charakteristikou boje je tedy množství zátěžových faktorů představujících mimořádné požadavky na spolehlivost regulace chování. (Kostík, 1989) Hraje zde roli specifičnost požadavků na podmínky a okolnosti, za nichž lidé realizují své pracovní nasazení a poslání. Patří k nim i plnění úkolů a povinností v podmínkách dlouhodobé izolace, života a činnosti v neobvyklém životním prostředí a vztazích. (Mikšík, 2005)

Mise je charakterizována jako náročná životní situace. Příprava před odjezdem do zahraniční mise i samotné nasazení, kladou zvýšené nároky na psychiku příslušníků. Není to jen spousta práce, ale hraje zde roli i to, že voják bude v cizím prostředí, v neustálém ohrožení života. Bude muset nosit 24 hodin denně ochranou přilbu a neprůstřelnou vestu. Tráví většinu dne ve službě a zbytek jen v malém, těsném prostoru ubytovací buňky, kde nemá své soukromí. Celý prostor je obehnan ostnatým

drátem. V běžných nezátěžových situacích voják využívá vědomostí, dovedností a návyků, které si osvojil v relativně stále se opakujících podmínkách, a řeší problémy, se kterými se již setkal a je s nimi dobře obeznámen. Proto je nutné, již během výcviku vytvářet velmi těžké a náročné podmínky. Chování člověka v zátěži představuje proces rovnováhy mezi jedincem a jeho prostředím. (Kostík, 1989)

Profesionální voják by měl být vzdělaný, kulturní, mravně ukázněný člověk, který je příkladem svým podřízeným a hlavně sám sobě. Při výcviku vojáka dochází k promyšlenému navozování situací, které vyvolávají psychickou zátěž, napětí, strádání a další prožitky. Tvoří nedílnou součást výcviku jednotek, a směřuje k rozvíjení psychických regulačních mechanismů, které podmiňují odolnost, aktivitu a vysokou výkonnost jednotlivců a celých jednotek v náročných podmínkách a situacích možného konfliktu nebo války. (Kostík, 1989)

Společným jmenovatelem vojenské zátěže je strach ze srovození ze světa. Lze mu do jisté míry odolávat silami, které pramení z kvality výcviku, stupně bojové pohotovosti, ze síly a motivace k boji, ze soudržnosti jednotky, sociální opory a z dostupnosti zdravotnické podpory. (Baštecká, 2005)

Strach je jednou ze základních emocí, které každý z nás prožívá. Cítit strach v situacích ohrožení je naprosto přirozené, naopak absence strachu se dá klasifikovat jako určitá porucha emočního prožívání jedince. Strach nás ovlivňuje ve třech rovinách, tyto roviny jsou propojené a dějí se téměř současně. Na rovině fyziologické je velké množství energie, které se při nedostatečném odbourávání projevuje tělesnými obtížemi jako třesem, pocením, potížeňmi s dýcháním apod. Na prožitkové rovině vyvolává různé myšlenky a obrazy, které nám tento strach pojmenují. A v rovině behaviorální se pak strach projevuje zpravidla chováním, které můžeme popsat jako útěk nebo útok. (Břečka, 2009)

Při hraniční zátěži se vyrovnává s požadavky bojové situace jen s mimořádným vypětím sil. V jeho psychice zanechává podobná situace výrazné stopy, zejména v emocionální oblasti. Při vyřešení zátěže se nejprve setkáváme s prožitky uspokojení, které jsou pak vystřídány únavou a vyčerpáním v důsledku vynaloženého úsilí. Do problematiky zátěžových faktorů musíme zahrnout i negativní vlivy okolního

prostředí jako jsou horko, chlad, změny tlaku, silné zvuky a hluk, záření a další. Jiné souvisí s neuspokojením či strádáním v různých potřebách člověka, ať jde o nedostatek spánku, žízeň, hlad, ohrožení, sociální deprivaci, ztrátu životních hodnot a perspektiv. (Kostík, 1989)

Charakteristické rysy jednotlivých fází mírové mise popisuje ve své knize Vojenská psychologie Mgr. Dziaková:

**Fáze adaptace (1. až 6. týden)** Prvních šest týdnů voják poznává nové místo, nové lidi, práci i organizaci života celé jednotky. Chvilí trvá, než si zvykne, že nevodí děti ze školky, lásku i sex zná jen z filmů. Je zde nutnost zvykat si a přizpůsobovat se lidem a kolektivu. Adaptovat se na zcela odlišné klimatické podmínky. Hraje roli i nedostatek soukromí. A také neustálá pracovní pohotovost. Zbraň i municí musí mít neustále u sebe. Plní úkoly a povinnosti v podmínkách dlouhodobé izolace, úplně odlišných od navykklých životních kontextů a ostatního světa vůbec.

**Fáze normalizace (6. až 12. týden)** Tato fáze je charakteristická minimální konfliktností v mezilidských vztazích u jednotky i na úrovni vztahů partnerských a rodinných a vysokým pracovním nasazením.

**Fáze stereotypu (4 až 5. měsíc)** Během této doby se dostavuje sociálně patologický fenomén stereotypie a ponorkové nemoci, a to v pozitivní i negativní podobě. Na jednu stranu si voják natolik zvykne na svou práci v prostředí vojenské základny, až nabývá dojmu, že snad není jiný život. Práce se stane rutinou. Voják naběhne na pravidelný denní režim, ví kolik kroků má k jídelně, kolik k pracovišti, tuší, že v pondělí budou na snídani párky a v úterý pomazánka. Ať se tomu voják brání nebo nebrání, hrozí každému ponorková nemoc jako vyšitá. Je k neuvěření, kolik drbů, jízlivých narážek, mobbingu a nesnášenlivosti se může projevit v převážně mužském kolektivu. Tuto sociálně-psychologickou fázi prosvětlují světlé okamžiky dlouho očekávané dovolené. Řeči, jež ho baví prvních pár týdnů, se stávají unavujícími a protivnými, zlozvyky a vlastnosti, jež se zdály snesitelné, náhle nebezpečně zvyšují adrenalin. Začínají chybět záliby a zájmy, kterým se voják věnoval doma a ve volném čase. Většina vojáků, kteří odjíždějí do mise od rodin a milujících manželek, si nedokáže připustit, že během šesti měsíců se mohou jejich děti a ženy změnit, natož

aby si přiznali, že se změní oni sami. V misi nebo při delším odloučení může voják prožívat a většinou prožívá stav osamění. Ten nastává, když člověk opustí známé prostředí rodiny a přátel, a ocitá se v novém, cizím a neznámém terénu. (Výrost-Slaměník, 2008)

**Fáze závěrečná (6. měsíc)** Vojáci počítají dny do odletu do České republiky, a tak je psychosociální atmosféra spíše pozitivně naladěna. Často je snižená pracovní výkonnost a vysoká chybovost, jako následek vysokého sociálně psychologického napětí. Vojáci často zažívají pocit nesmyslnosti, když se stávají bezmocnými svědky utrpení a smrti nevinných lidí. Zvýšenou pozornost po návratu je třeba věnovat vojákům, kteří se např. kvůli nedostatku sebeovládání museli vrátit z mise před vypršením půlročního závazku, a těm, kteří na misi zažili mimořádnou traumatizující událost. (Baštecká, 2005)

## **1.2 Adaptace vojáka na běžný, civilní život**

Vracet se zpátky po době šesti měsíců není tak jednoduché, jak by se zdálo. Je konec mise a končí život organizovaný vojenskými rozkazy, nařízeními a pravidly. Před vojákem stojí návrat do reality civilního života, beze zbraně a svého kolektivu spolubojovníků. U každého vojáka neprobíhá adaptace na návrat stejně. Voják se musí znovu zapojit do civilního života, do rodinných vztahů a vrátit se k obvyklému plnění pracovních povinností a svému běžnému životu.

### **1.2.1 Návrat z mise po stránce zdravotní**

Dva lidé mohou situaci návratu z mise prožívat zcela odlišně. Rodina může mít obousměrný vliv. Podpora rodinných příslušníků a nejbližších je nejpřirozenějším zdrojem sociální opory, ale starost o ni může některé členy emočně zatížit, a tím zvýšit úroveň již tak silně prožívaného stresu. (Kohoutek-Čermák, 2009)

Stres používáme jako synonymum pro situace, v nichž máme podat určitý výkon, ovšem za ztížených podmínek. Stres velmi ovlivňuje naše kognitivní schopnosti, tedy vnímání a myšlení, paměť a učení. Reakce člověka na stres můžeme rozdělit do tří

fází: fáze aktivace, fáze zvládnání zátěže a fáze důsledková. V první fázi dochází k aktivaci organismu. Tělo mobilizuje své síly. V druhé fázi se pokoušíme danou situaci zvládnout, respektive přežít. Toto zvládnání nás stojí určité množství energie, které musíme na přežití vynaložit. Poslední fáze, důsledková, jinak také fáze vyčerpání. Dostavuje se únava a vyčerpání. Stres má i své pozitivní stránky. Stres je výzva, klade na nás vyšší nároky a tím nás posunuje v našem vývoji. (Břečka, 2009)

Musíme hledat odpovědi, jak člověk reaguje na rozmanité životní situace. Promítá se zde osobnostní rys člověka. To je stabilní tendence chovat se specifickým způsobem v určitém typu situací. (Výrost-Slaměník, 2008)

Nebezpečí a riskování je těsně spjata se strachem, obavami, úzkostí, nejistotou a dalšími nežádoucími psychickými stavy. Naučit se je zvládat předpokládá navozovat tyto situace již při výcviku vojáka. Patří sem hluk při házení a výbuchu ručních granátů, překonávání vodních překážek v plné výstroji, ostré střelby ve dne i v noci, budovat postavení za skutečného zamoření cvičnými imitačními prostředky, odmořovat zbraně a techniku, a spoustu jiných situací. (Kostík, 1989)

Pro jednoho vojáka bude návrat z mise zátěžovou situací, pro druhého bude normálním návratem domů ke své rodině a přátelům. Každá pracovní činnost působí negativně na fyzické zdraví člověka. Neřešením zátěže a náročného pracovního nasazení se mohou začít objevovat těžkosti v každodenním běžném životě. Po misi musí znovu dojít k úpravě denního režimu a všech činností, které byl voják zvyklý provádět v misi. Problém vojáků spočívá zejména v tom, že většinou ze stresující situace utéci nemohou, a tak nedají sobě ani svému tělu šance se odreagovat. To se často projeví až po návratu domů, kdy vojáci mohou být kritičtější k některým vojenským povinnostem. Jejich začlenění zpátky může být komplikováno neustálým vracením se do vzpomínek. (Dziaková, 2009)

Nezvládnuté zátěžové situace, hlavně psychická zátěž spojená s poruchami emocionálního reagování, mohou být, zejména při delším trvání, příčinou nejrůznějších psychosomatických onemocnění. Takovými typickými chorobami jsou žaludeční či dvanácterníkové vředy, různé poruchy v činnosti gastrointestinálního traktu, astma, alergie, bolesti hlavy a páteře, změny tělesné hmotnosti, úzkostné stavy nebo deprese.

Určitá úroveň stresové zátěže je nutná pro duševní a tělesnou odolnost a výkonnost, ale voják musí mít potřebný čas a možnost obnovit svou duševní rovnováhu, zpracovat problémy, utřídit dané zážitky a vyvodit z nich závěry a poučení. Působí-li stres nadále, zvyšující se napětí vede nakonec k vyčerpání organismu, k různým chorobám, případně i ke smrti. (Nekonečný, 2000)

Trauma a jeho psychické následky byly zkoumány a popisovány nejčastěji u válečných veteránů americké občanské války a obou světových válek. Pro popis psychických následků byly tehdy používány pojmy jako válečná neuróza, šok ze střelby či válečné vyčerpání. Bylo známo, že míra popisovaných symptomů jakými byly zvýšená úleková reakce, ochromení otupělost, úzkost, noční můry a sny s traumatizujícím obsahem, zvýšená dráždivost, agresivní chování nebo naopak stažení se do izolace, souvisela s mírou vystavení přímým bojům, se zraněním nebo s kontaktem se zraněnými a s těly zabitých. (Kohoutek-Čermák, 2009)

Psychické trauma vzniká působením jednoho extrémně stresujícího zážitku nebo dlouhotrvající stresující situace, která má následující charakteristiky: Může to být příčina pro jedince vnější nebo je pro něj extrémně děsivá. Znamená bezprostřední ohrožení života nebo tělesné integrity a vytváří v jedinci pocit bezmoci. Podstatou traumatu je, že působením vnějšího činitele jsou poničeny psychické a biologické adaptační mechanismy jedince. Traumatická reakce vzniká v okamžiku, kdy je člověku tváří v tvář extrémní hrůze znemožněna smysluplná akce a on se ocitá ve stavu totální bezmoci. Traumatické události tak vyvolávají hluboké a trvalé změny v oblasti fyziologické, emoční i kognitivní. (Vizinová, 1999)

Posttraumatická stresová porucha (dále jen PTSP) se dokonce označuje jako riziko vojenského povolání. Podle definice se tato porucha projevuje jako panický strach nebo bezmocnost a je doprovázena řadou dalších typických příznaků. Mezi projevy můžeme zahrnout děsivé noční sny o válce, úzkost, deprese, neschopnost vyjít s lidmi a záchvaty zuřivosti. Největší pravděpodobnost vzniku PTSP je u těch, kteří byli nejvíce vystaveni intenzivním bojům. (Porterfieldová, 1998)

Například mezi izraelskými veterány, kteří bojovali v Libanonu v roce 1982, u kterých byl zjištěn posttraumatický syndrom, se projevil v dvojnásobném měřítku



vysoký krevní tlak, nádorová onemocnění a cukrovka. Dále se u nich pětinasobně zvýšila pravděpodobnost nemocí srdce a bolestí hlavy vzhledem k těm vojákům, u kterých PTSP nebyl zjištěn. ([www.newscientist.com/article/trauma-of-war-hits-troops](http://www.newscientist.com/article/trauma-of-war-hits-troops))

Zaobírání se traumatickou událostí může narušovat schopnost koncentrovat se a také zapamatovat si nové věci. Nevyřešený konflikt poutá energii a vyčerpává zdroje potřebné na zvládnání současných situací. Východiskem bývá zvýšené pití alkoholu, nadužívání léků na uklidnění nebo drogy. Může dojít k agresi proti sobě samému nebo propuknutí zlosti, agrese, zuřivosti až násilnému chování. (Praško, 2003)

Je důležité naučit se žít se vzpomínkami, stabilizovat osobnost, dát svému dalšímu životu smysl a vybudovat si radostnější perspektivy do budoucna.

### **1.2.2 Návrat z mise po stránce sociální**

Odjezd na misi a návrat z mise sebou nese mnohem náročnější prožívání partnerských, manželských a rodinných vztahů. Jsou zatěžováni sociálními změnami, které vyplývají jednak z mise, ale i ze samotného životního stylu vojáka. (Dziaková, 2009) Manželství se velmi odlišuje od všech ostatních sociálních vztahů. Jde o stav velmi intimní, intenzivní a mnohostranný. Zahrnuje podílení se dvou jedinců, muže a ženy, na podstatných aspektech života, včetně sexuálního soužití, majetku, peněz, plánování významných událostí v životě a v neposlední řadě starost o děti a všeobecně toho, co se považuje za dobrý rodinný život. (Soudková, 2006) Velmi významné místo mezi životními podmínkami zauímají vztahy v rodinách vojáků a jejich rodinné zázemí. Šťastné manželství a spokojený rodinný život patří mezi velmi uznávané hodnoty. Voják je ve značném pracovním zatížení v běžných pracovních dnech, ale často i ve dnech pracovního klidu. Mezi nejčastější problémy, které musí rodiny řešit, patří odloučenost partnera. (Kostík, 1989)

Fáze shledání začíná dnem setkání s rodinou a nejbližšími a trvá zhruba 6 týdnů. Při návratu do rodiny a k životnímu partnerovi se často vojáci cítí zmateni a plní úzkosti. Po relativně dlouhém odloučení čekají velkou změnu k lepšímu a jsou velice brzy zklamáni. Vojákům připadá, že se okolí, manželky a přítelkyně, kamarádi a přátelé

změnili, jsou jiní a neví, o čem se s nimi baví. Cítí se jako cizinci. Po celou dobu mise si nepřipustili, že se po dobu jejich nepřítomnosti mohlo všechno tak změnit. V partnerském soužití vznikají komunikační bariéry, které jsou spojeny s nereálnými fantaziemi a očekáváním vojáků, kteří si během mise plánují, co všechno chtějí dohnat a jak to bude vzrušující. Je důležité, připravit se na to, že voják bude určitou dobu reagovat, myslet a jednat jako v misi. (Dziaková, 2009) Na vytvoření a udržování blízkého vztahu s osobou druhého pohlaví se podílejí fenomény, jako je intimita, prožívání, závazky ale i fyzikální a sociální prostředí. (Výrost-Slaměník, 2008)

To je po návratu z mise jiné. Je nutné mluvit o svých pocitech a zkušenostech, postupovat pomalu a nepokoušet se nahradit uplynulý čas. Je třeba vědět, že pocity úzkosti jsou normální součástí návratu domů.

Je nezbytné vysvětlit i reakci dítěte po misi, na návrat rodiče, kterého dlouho nevidělo. Dítě do 1 roku křičí, odtahuje se, lpí na ženě. Dítě do 3 let je plaché, nepoznává otce, potřebuje čas zvyknout si na přítomnost. Dítě od 3 do 5 let demonstruje zlost, aby získalo pozornost otce. Potřebuje zjistit, zda je skutečný. Starší děti a dospívající, mohou reagovat strachem, ze zpřísnění domácích pravidel a disciplíny. Voják by měl hledat, co se s ním samotným stalo, pozorně naslouchat a zbytečně neradit. Měl by respektovat soukromí potomků a jejich přátele.

Téma partnerských a rodinných vztahů je jedním z nejbolavějších problémů vojáků účastnících se zahraničních misí. Čím více vojáci vyjíždějí do misí, čím více stráví času mimo rodinné hnízdo, tím více hrozí riziko narušení základních partnerských a rodičovských vztahů. Čas strávený mimo nelze nahradit! Vojáci se přitom nemohou na svého partnera zlobit, že se cítí zrazený, opuštěný a sám. Z těchto důvodů je nepostradatelná pomoc vojenských psychologů, kteří vojáky v zahraničních misích na tyto aspekty návratu dokáží připravit.

## 2. PRAKTICKÁ ČÁST

### 2.1 Cíl práce a hypotézy

Služba v zahraniční misi je pro vojáky náročná, jak po stránce odborné, tak po stránce sociální. Je zatěžkávací zkouškou osobnostních kvalit, rodinného zázemí a celkové připravenosti vojáka – člověka na život ve vysoce rizikovém prostředí. Nabízí se otázka, zda existuje přímá souvislost mezi působením vojáků v zahraničních misích a změn zdravotního a sociálního stavu po návratu zpět do vlasti.

Cílem mého výzkumu bylo zhodnotit zdravotní a sociální aspekty života vojáka z povolání, po účasti na zahraničních misích. Na počátku kvantitativního šetření jsem si stanovila dvě hypotézy, které jsem ověřovala dotazníkovým šetřením.

**Hypotéza 1** – pro vojáky z povolání je ze sociálního hlediska absolvování mise zátěžová situace.

**Hypotéza 2** – u vojáků se po absolvování mise projeví zdravotní obtíže.

## 2.2 Metodika

Sběr dat je standardizovaný proces, s propracovanými kontrolními mechanismy, které zaručují kvalitu sběru dat. Pro získání co nejpřesnějších dat pro ověření hypotéz jsem si stanovila dotazníkové šetření. Dotazníkové šetření je nejznámější používanou metodou kvantitativního výzkumu. (Blatný, 2006) Pro dotazník se využívají uzavřené, otevřené či škálové otázky. Důležité je, aby každá otázka, ať přímo či nepřímo, souvisela se základním výzkumným nebo diagnostickým cílem. (Janoušek, 1986) Při tvorbě dotazníku jsem využila zkušeností a rad Doc. MUDr. Vladimíra Vurma, CSc. a nadporučíka Mgr. Jana Vacka (psychologa 25. plrb Strakonice).

Ke sběru dat jsem použila dotazníkové šetření. Dotazník byl zpracován na téma: Zdravotně sociální aspekty života vojáka z povolání po návratu ze zahraniční mise. Úvodní část dotazníku tvořilo vysvětlení cíle a jeho účelu. Dotazník obsahoval celkem 14 otázek. Z toho bylo 6 uzavřených, 7 polouzavřených a 1 otázka otevřená, kde mohli respondenti zdůvodnit své názory, postřehy nebo zkušenosti. Otázky byly zaměřeny na motivaci absolvování mise, na stav rodinného zázemí před odjezdem do mise a po návratu z mise, zda došlo k zhoršení zdravotního stavu během mise a možnosti opětovné absolvování mise aj.

Sběr dat probíhal od 10. března 2010 do 22. března 2010 u vojáků z povolání 25. protiletadlové raketové brigády ve Strakonících, kteří se účastnili zahraničních misí. Šetření bylo realizováno na vzorku 67 respondentů, z toho bylo 60 mužů a 7 žen. Vzorek jsem vyhranila příslušníky AČR, kteří se zúčastnili zahraniční mise. Dotazníků jsem rozdala 75, vyplněných se vrátilo 67 (návratnost dotazníků činí 89 %). U všech respondentů byly základními zjišťovanými údaji pohlaví, stav a vzdělání. Výsledky jsem zpracovala do sloupcových grafů podle jednotlivých odpovědí. U některých otázek, měli respondenti možnost vyjádřit svůj názor. Zajímavé a důležité informace z těchto komentářů, u vybraných otázek, uvádím v diskuzi.

## 2. 3 Výsledky

### Otázka č.1.

Jste:

- a) muž
- b) žena

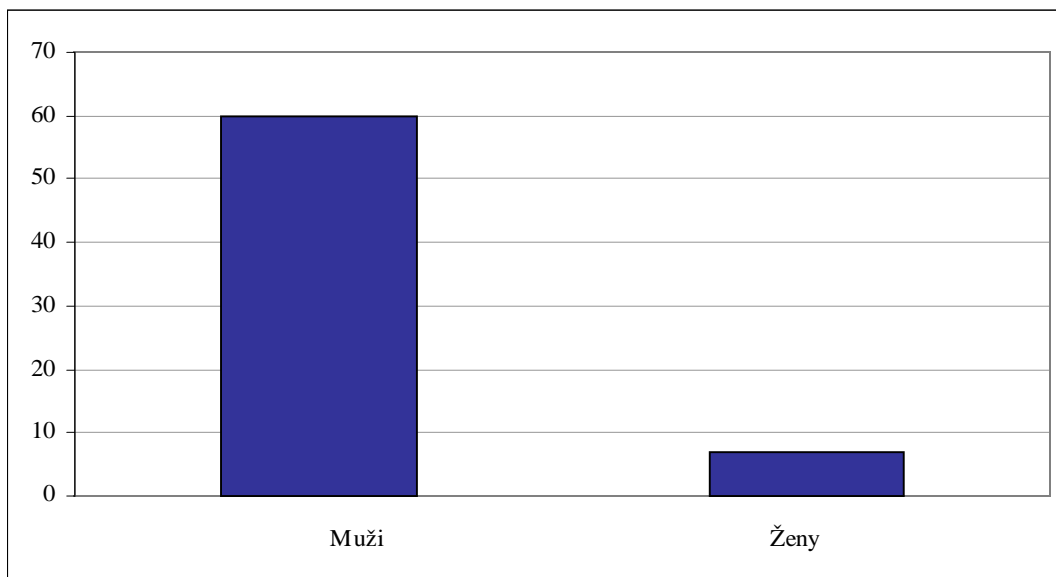
**Tabulka č. 1: Rozlišení pohlaví respondentů**

Pohlaví	Počet	
<b>Muži</b>	60	90%
<b>Ženy</b>	7	10%

Zdroj: Vlastní výzkum

První otázka dotazníku vypovídá, že dotazníkového šetření se zúčastnilo 90% mužů a 10% žen. Což odpovídá procentuálnímu poměru žen a mužů u 25. plrb, u které byl výzkum prováděn.

**Graf č. 1: Pohlaví**



Zdroj: Vlastní výzkum

## Otázka č. 2.

Váš rodinný stav:

- a) svobodná (ý)
- b) vdaná, ženatý
- c) rozvedená (ý)

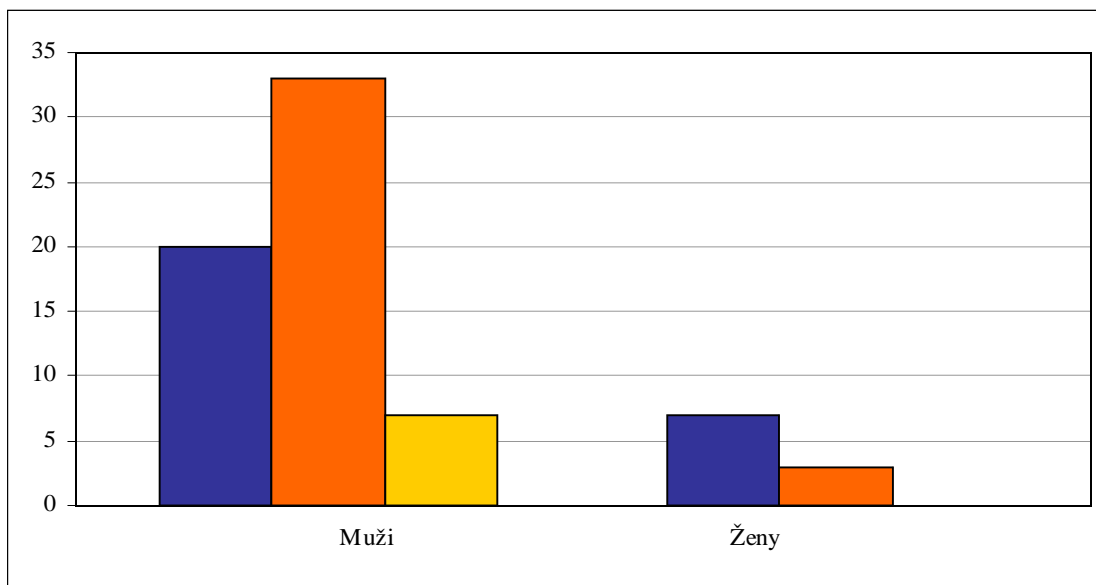
**Tabulkač.1: Rodinný stav**

	Svobodná (ý)		Vdaná, ženatý		Rozvedená (ý)	
<b>Muži</b>	20	30%	33	50%	7	10%
<b>Ženy</b>	4	6%	3	4%	0	0

Zdroj: Vlastní výzkum

Ze zkoumaného souboru převažovali ženatí muži v 50%, vdaných žen bylo jen 4%. Svobodných mužů odpovídalo 30% a svobodných žen 6%. Rozvedených mužů bylo 10% a žena žádná.

**Graf č. 2: Rodinný stav**



Zdroj: Vlastní výzkum

### Otázka č. 3.

Vaše nejvyšší dosažené vzdělání:

- a) základní, vyučen (a)
- b) střední škola s maturitou, VOŠ
- c) vysoká škola

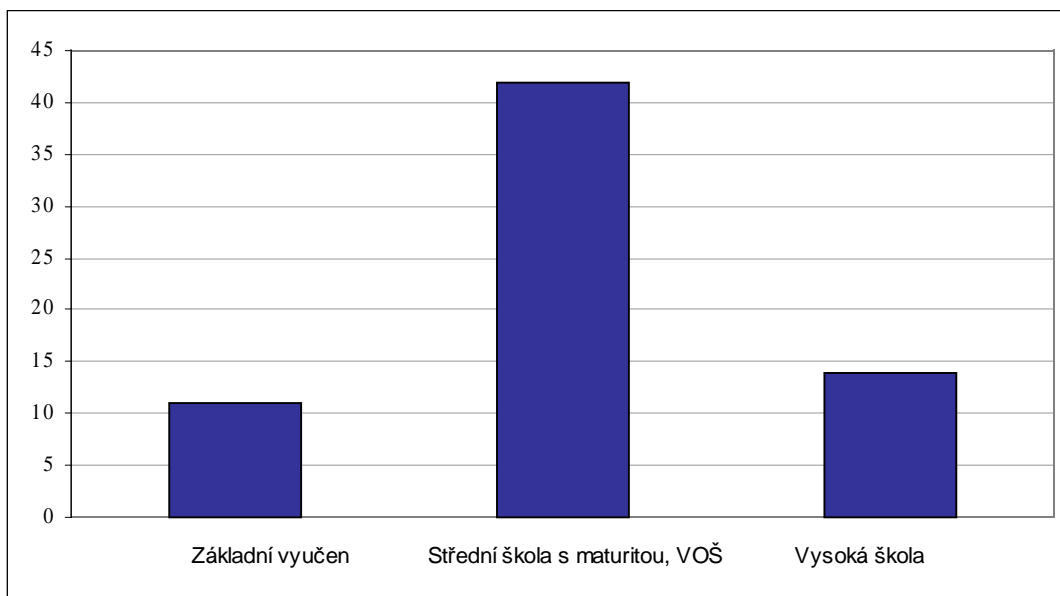
**Tabulka č. 3: Dosažené vzdělání respondentů**

<b>Základní, vyučen</b>	11	16,5%
<b>Střední škola s maturitou, VOŠ</b>	42	62,5%
<b>Vysoká škola</b>	14	21%

Zdroj: Vlastní výzkum

V otázce dosaženého vzdělání respondentů, byla absolutní převaha středních škol v 62,5%. Vzdělání vysokoškolské udávalo 21% respondentů. Zatím co nejméně lidí ve zkoumaném vzorku udává základní vzdělání, v 16,5%.

**Graf č. 3: Dosažené vzdělání**



Zdroj: Vlastní výzkum

#### Otázka č. 4.

Hlavní důvod Vašeho odjezdu byl:

- a) finanční ohodnocení, peněžní motivace
- b) musel (a) jsem z pracovních důvodů, rozkazem nadřízeného, vyslání jednotky
- c) hledání zkušeností
- d) jiné důvody (napíšte jaké)

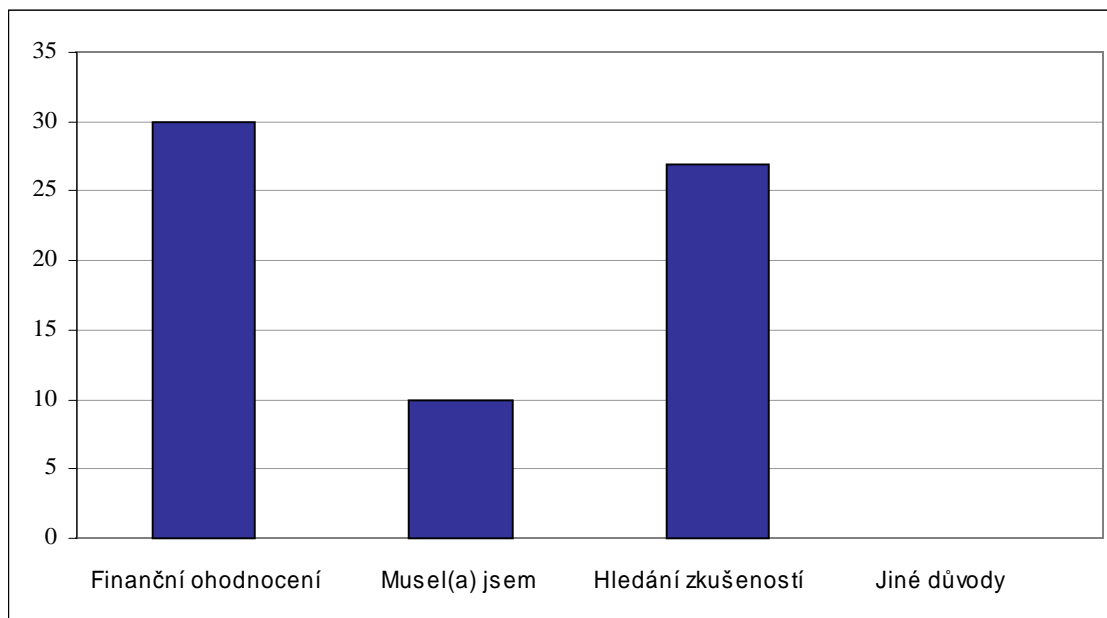
**Tabulka č. 4: Důvod odjezdu na zahraniční misi**

<b>Finanční ohodnocení</b>	30	45%
<b>Musel (a) jsem</b>	10	15%
<b>Hledání zkušeností</b>	27	40%
<b>Jiné důvody</b>	0	0%

Zdroj: Vlastní výzkum

Ze zadané otázky naprosto převažuje ekonomické hledisko důvodu odjezdu na zahraniční misi, v 45%. Ve 40% respondenti udávali jako důvod hledání zkušeností a posledním důvodem bylo rozkazem nadřízeného, ve 15%.

**Graf č. 4: Důvod odjezdu na misi**



Zdroj: Vlastní výzkum



### Otázka č. 5:

Uveďte, jak dlouhá doba Vás dělí od ukončení mise:

- a) méně než 3 měsíce
- b) půl roku
- c) rok
- d) pět let
- e) deset let

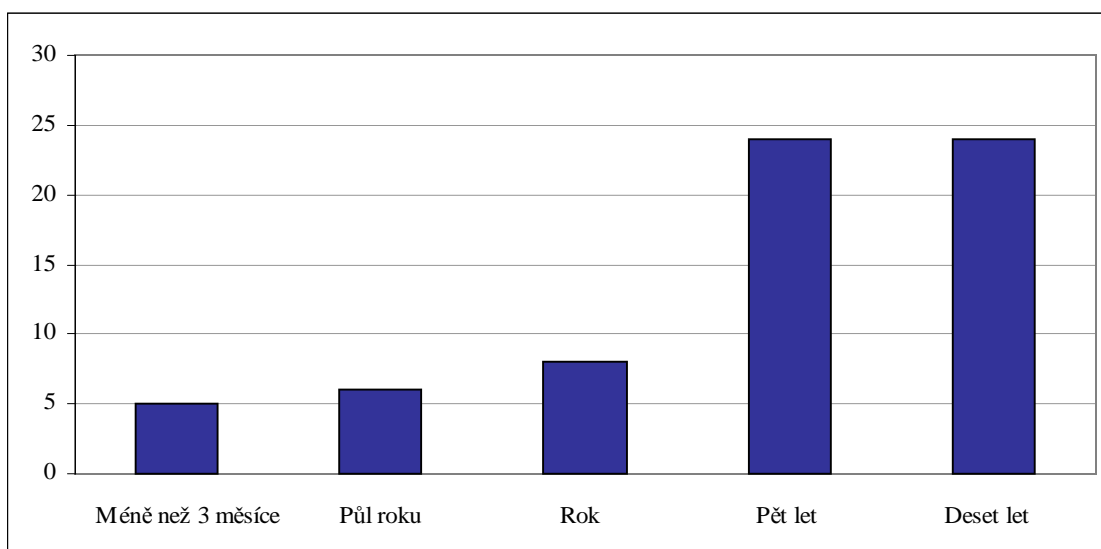
**Tabulka č.5: Časový odstup od ukončení mise**

<b>Méně než 3 měsíce</b>	5	8%
<b>Půl roku</b>	6	9%
<b>Rok</b>	8	12%
<b>Pět let</b>	24	35,5%
<b>Deset let</b>	24	35,5%

Zdroj: Vlastní výzkum

Většina respondentů absolvovala misi s odstupem 5ti nebo 10ti let, v 35,5%. Rok po návratu z mise udávalo 12% dotazovaných, půl roku 9% respondentů a méně než 3 měsíce odpovídalo 8% respondentů.

**Graf č. 5: Doba od ukončení mise**



Zdroj: Vlastní výzkum

### Otázka č. 6:

Jaké bylo Vaše rodinné zázemí před odjezdem do mise?

- a) uspořádané, smířené s odjezdem
- b) problematické, konfliktní
- c) krize ve vztahu
- d) jiné, uveďte jaké

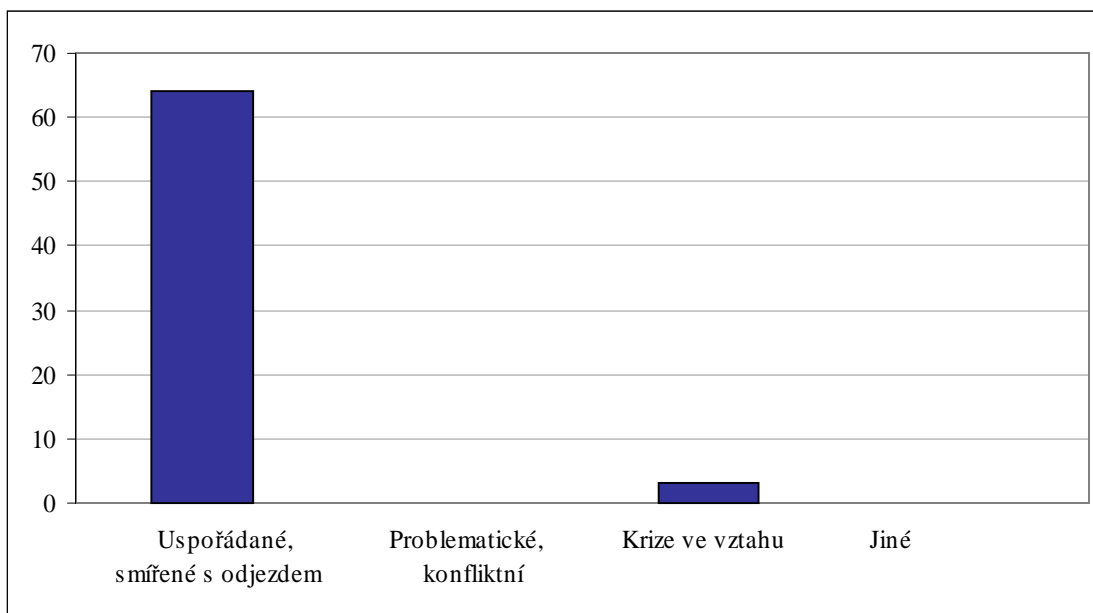
**Tabulka č. 6: Rodinné zázemí před misí**

<b>Uspořádané, smířené s odjezdem</b>	64	96%
<b>Problematické, konfliktní</b>	0	0%
<b>Krize ve vztahu</b>	3	4%
<b>Jiné</b>	0	0%

Zdroj: Vlastní výzkum

Absolutní převaha byla respondentů, kteří odjížděli z uspořádaných rodinných poměrů, v 96%. Krizi ve vztahu udávalo 4% dotazovaných. Za zajímavé považují, že nikdo z respondentů neudával problematické vztahy.

**Graf č. 6: Rodinné zázemí před odjezdem do mise**



Zdroj: Vlastní výzkum

### Otázka č. 7:

Jaké bylo Vaše rodinné zázemí po dobu nasazení?

- a) stejné
- b) došlo k uklidnění ve vztahu
- c) vyhrocení situace
- d) jiné, uveďte jaké

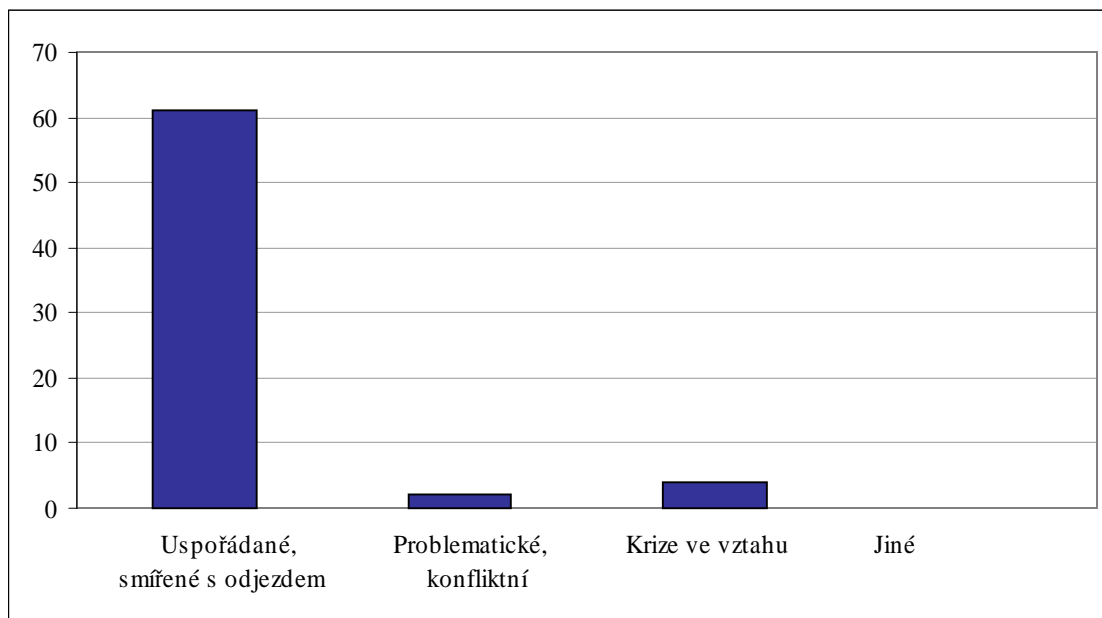
**Tabulka č. 7: Rodinné zázemí v době nasazení**

<b>Stejně</b>	61	92%
<b>Došlo k uklidnění ve vztahu</b>	2	3%
<b>Vyhrocení situace</b>	4	5%
<b>Jiné</b>	0	0%

Zdroj: Vlastní výzkum

Z uvedeného průzkumu vyplývá, že 92% respondentů mělo v průběhu zahraniční mise stejné rodinné zázemí. 5% dotazovaných udává vyhrocení situace a u 3% respondentů došlo k uklidnění ve vztahu.

**Graf č. 7: Rodinné zázemí v průběhu mise**



Zdroj: Vlastní výzkum

### Otázka č. 8:

Pocíval (a) jste po dobu nasazení zhoršení psychického či fyzického stavu?

a) ne

b) ano

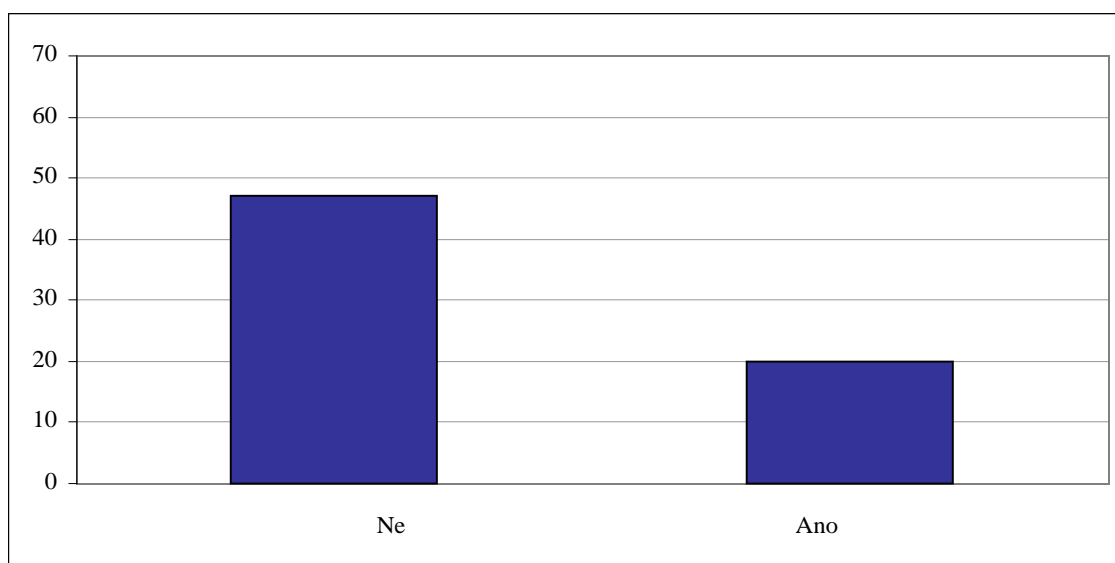
**Tabulka č. 8: Zhoršení psychického a fyzického stavu**

<b>Ne</b>	47	70%
<b>Ano</b>	20	30%

Zdroj: Vlastní výzkum

Z hodnoceného vzorku respondentů odpovědělo 70%, že u nich nedošlo ke zhoršení psychického a fyzického stavu. 3% dotazovaných odpovídala kladně.

**Graf č. 8: Zhoršení psychického a fyzického stavu**



Zdroj: Vlastní výzkum

### Otázka č. 9:

Jak často jste měl (a) možnost kontaktu s rodinou a blízkými?

- a) často, denně či týdně
- b) občas, párkrát za měsíc
- c) skoro vůbec
- d) jen při dovolené

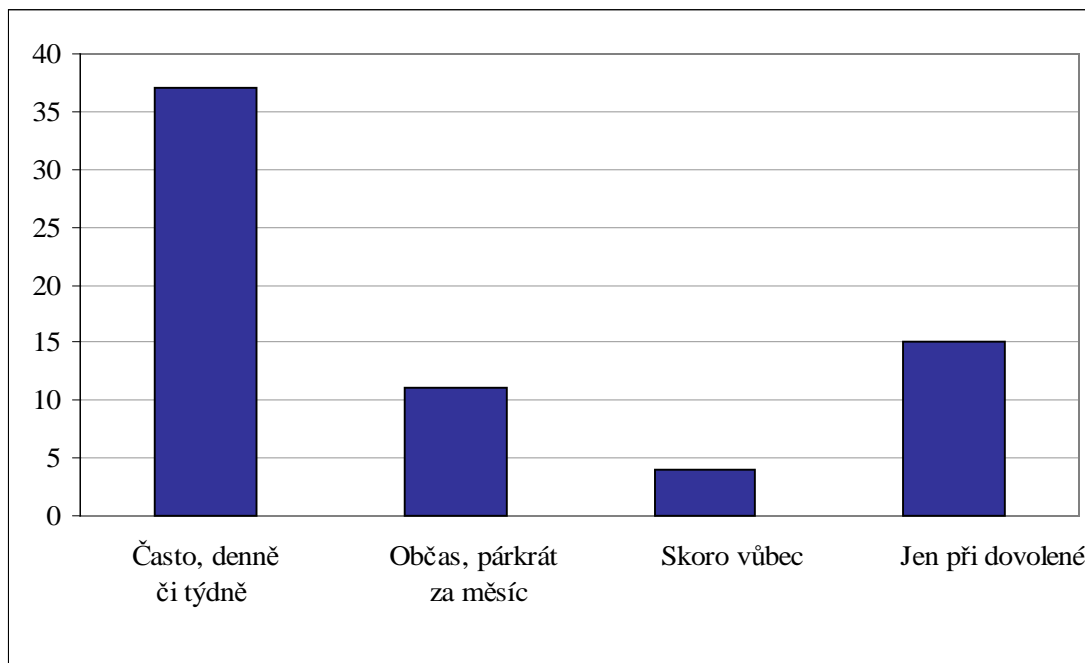
**Tabulka č. 9: Kontakt s rodinou a blízkými**

Často, denně či týdně	37	55%
Občas, párkrát za měsíc	11	16%
Skoro vůbec	4	7%
Jen při dovolené	15	22%

Zdroj: Vlastní výzkum

Nejvíce dotazovaných mělo kontakt s rodinou denně či týdně, v 55%. Jen při dovolené udávalo kontakt s rodinou 22% respondentů. 16% dotazovaných udávalo kontakt jen občas a 7% odpovědělo skoro vůbec.

**Graf č. 9: Kontakt s rodinou a nejbližšími:**



Zdroj: Vlastní výzkum

### Otázka č. 10:

Trpěl (a) jste pocitem únavy nebo zvýšeným stresem?

- a) ne
- b) ano
- c) pokud ano, napište za jakých situací

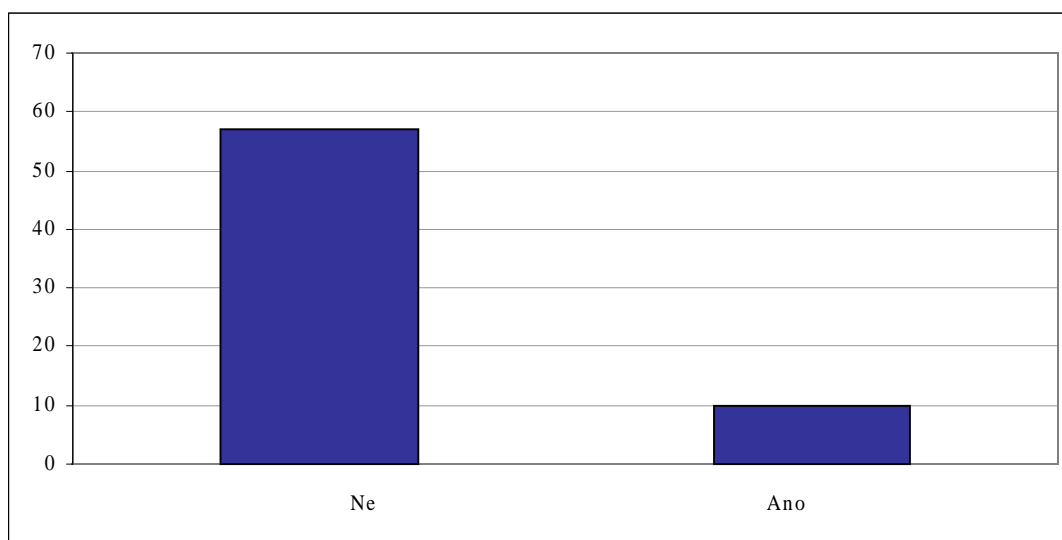
**Tabulka č. 10: Pocit únavy nebo zvýšený stres**

<b>Ne</b>	57	85%
<b>Ano</b>	10	15%

Zdroj: Vlastní výzkum

Tato otázka vypovídá, že 15% respondentů trpělo zvýšeným pocitem únavy a stresem. 85% dotazovaných vojáků potíže neudávali. To poukazuje na dobrou psychickou a fyzickou odolnost a vysokou kvalitu výcviku vojáka z povolání.

**Graf č. 10: Únava a zvýšený stresující**



Zdroj: Vlastní výzkum

**Otázka č. 11:**

Jaká pro Vás byla doba adaptace (přizpůsobení se) po návratu na standardní životní a pracovní podmínky?

- a) do 1 měsíce
- b) do 6 ti měsíců
- c) do 1 roku

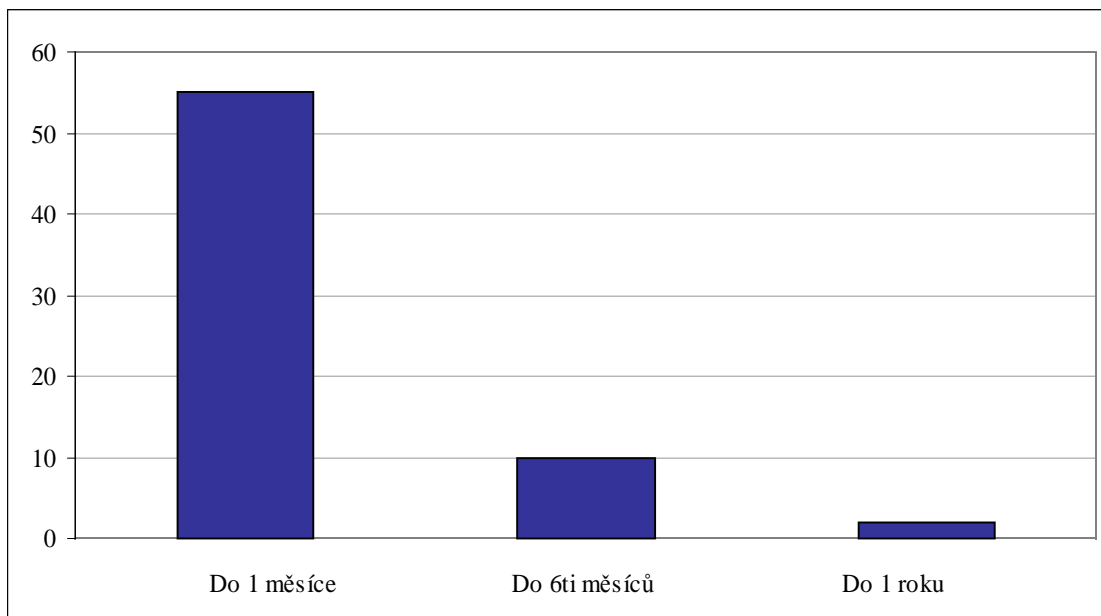
**Tabulka č. 11: Doba adaptace po návratu z mise**

<b>Do 1 měsíce</b>	55	82%
<b>Do 6 ti měsíců</b>	10	15%
<b>Do 1 roku</b>	2	3%

Zdroj: Vlastní výzkum

Nejvíce dotazovaných, 82%, odpovědělo, že adaptace na normální životní podmínky po misi proběhla do 1 měsíce. 15% respondentů udávalo přizpůsobení běžnému životu do půl roku a jen 3% dotazovaných vojáků uvedlo dobu přizpůsobování se civilnímu životu do jednoho roku po ukončení zahraniční mise.

**Graf č. 11: Doba přizpůsobení po návratu z mise**



Zdroj: Vlastní výzkum

### Otázka č. 12:

Zkušenosti z mise pro Vás byly přínosem:

- a) po stránce ekonomické
- b) po stránce odborné a profesní
- c) jiné zkušenosti, napište jaké

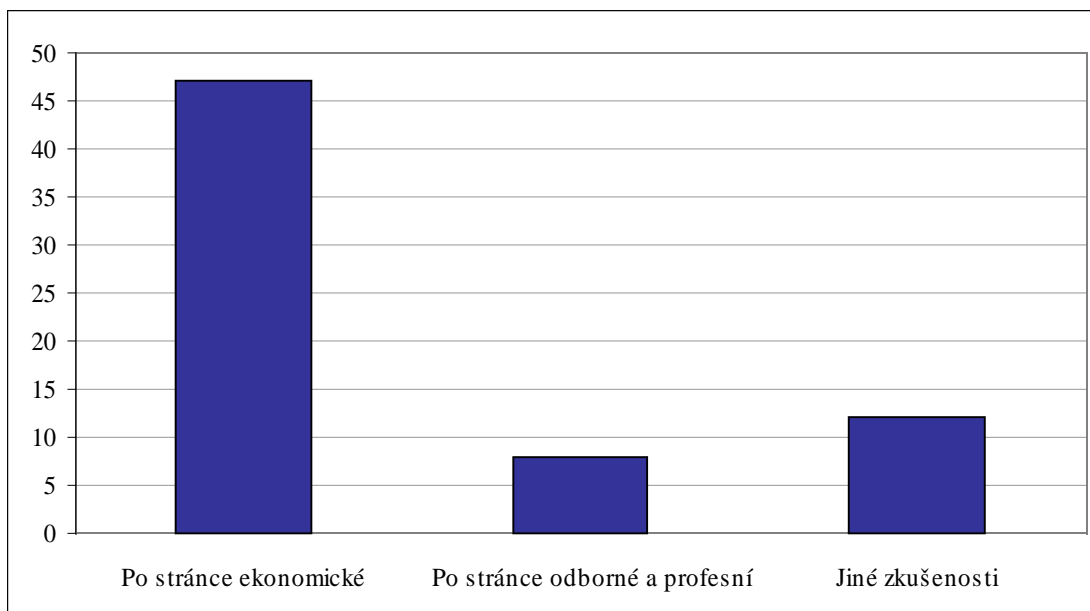
**Tabulka č. 12: Přínosy zkušeností z mise**

<b>Po stránce ekonomické</b>	47	70%
<b>Po stránce odborné a profesní</b>	8	12%
<b>Jiné zkušenosti</b>	12	18%

Zdroj: Vlastní výzkum

Z šetření vyplývá, že 70% respondentů označilo přínos mise po stránce ekonomické. 18% dotazovaných vojáků uvedli jiné zkušenosti a 12% dotazovaných udávali zkušenosti po stránce odborné a profesní.

**Graf č. 12: Zkušenosti z mise**



Zdroj: Vlastní výzkum



### Otázka č. 13:

Po vašich zkušenostech z mise, hlásil (a) byste se opět?:

a) ano

b) ne

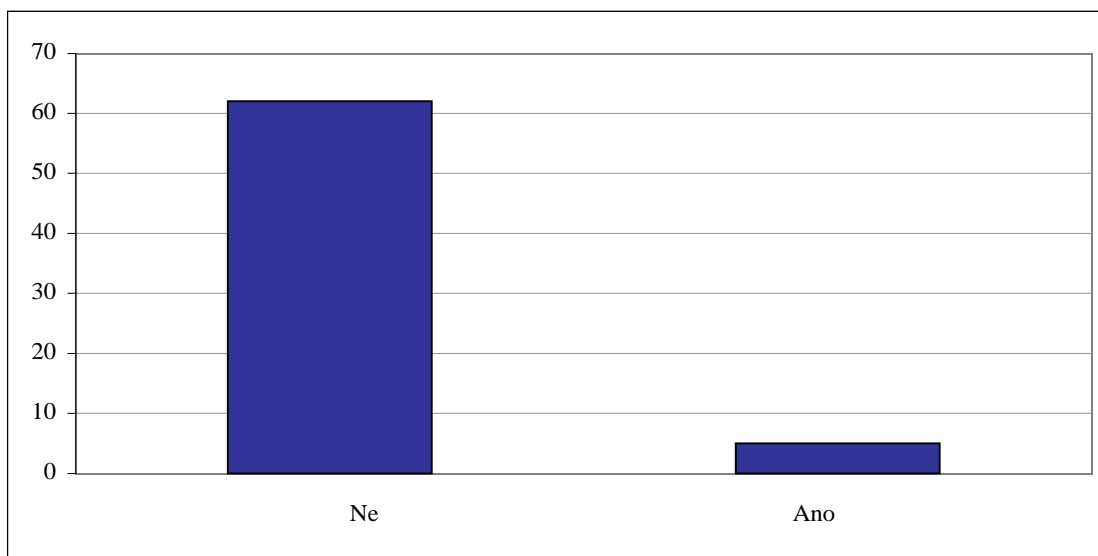
**Tabulka č. 13: Opakované absolvování mise**

<b>Ano</b>	62	92%
<b>Ne</b>	5	8%

Zdroj: Vlastní výzkum

Z uvedeného průzkumu vyplývá, že 92% respondentů, by se opět hlásila do mise a jen 8% dotazovaných odpovídalo ne. Upozorňuje to na kvalitu výcviku a připravenost vojáka.

**Graf č. 13: Absolvování mise**



Zdroj: Vlastní výzkum

### Otázka č. 14:

Uveďte Vaše připomínky, osobní zkušenosti a jiné postřehy k misím.

U této otázky respondenti vyjadřovali své názory k misím, zážitky a zkušenosti. Tuto otázku rozebírám a zmiňuji v diskusi.

## 2.4 Diskuze

Abych odpověděla na otázky, zda je absolvování mise pro vojáky z povolání ze sociálního hlediska zátěžová situace a projeví se zdravotní obtíže po misi, bylo nutné nalézt řadu faktorů, které mohli zkoumané skutečnosti ovlivňovat.

Vyšší počet mužů byl zvolen nezáměrně. Protože personální složení 25. protiletadlové raketové brigády tvoří 89% mužů a jen 11% žen. Dotazníkového šetření se zúčastnilo 60 mužů a jen 7 žen. Je nutné podotknout, že ženy na misi vyjíždějí, ale ne tak často, jako muži. Hraje zde roli starost o rodinu a děti. Zřejmě proto, bylo ve vzorku žen, které absolvovali misi více žen svobodných, 6% a jen 4% žen vdaných. Dalším aspektem, ovlivňující nasazení žen v zahraničních misích, je druh mise. Zda se jedná o misi humanitární či bojovou. U humanitárních misí se v některých geografických oblastech dokonce upřednostňuje působení žen. Naopak v oblastech s islámským náboženstvím je nasazení žen z hlediska etnického značně komplikované.

Můžeme také zmínit velmi diskutované téma ženy v armádě, interpersonální stres mezi muži a ženami, a také je zde velmi zřetelně cítit rozdíl mezi vojenskými povinnostmi, jako jsou bojová nasazení a taktická cvičení, a na straně druhé kompromis péče o rodinu. Jako jeden z pozitivních faktorů ovlivňující nasazení žen do zahraničních misí je určité zlidštění mužských kolektivů. Ženy jsou ochotnější stát se důvěrníkem a naslouchat problémům ostatních vojáků.

Takřka polovina respondentů (48 %) absolvovala zahraniční misi v časovém rozdílu 5 až 10 let. Většina těchto respondentů, vzpomíná s odstupem času jen na zážitky a zkušenosti příjemné. Měli dostatek času vyrovnat se se zatěžujícími vzpomínkami a problémy a přijmout je. Respondenti, kteří absolvovali zahraniční mise v posledním roce, uvádějí jako významnou pomoc při zdolávání psychické zátěže a stresu, možnost řešení jakýchkoliv problémů s vojenským psychologem, případně vojenským kaplanem.

Pro motivaci účasti v misi udávalo 15% respondentů odjezd z pracovních důvodů a rozkazem nadřízeného. Nasazení v misi vnímalo jako svou příležitost získat nové zkušenosti 40% dotazovaných vojáků a motiv vydělat slušné peníze odpovídalo

nejvíce respondentů, 45%. Chtěla bych zde zmínit výzkum, který probíhal v polovině roku 2008. Uskutečnil se pod záštitou rektora Univerzity obrany. Výběrový vzorek tvořili příslušníci AČR, účastníci vojenských zahraničních misí. Hlavním cílem tohoto výzkumu, bylo zjistit, zda má účast vojáků v misi vliv na kvalitu partnerského soužití. Jednou z otázek tohoto výzkumu byla motivace pro účast v misi. Zatím co výsledky mého šetření prokazují u vojáků nejvíce důvody finanční, u výzkumu týmu Univerzity obrany vnímalo misi jako příležitost získat nové zkušenosti 95% vojáků. 85,9% respondentů chtělo přispět k dobrému jménu Armády ČR a pomoci lidem v místě nasazení a finanční ohodnocení se umístilo až na 4 pozici. Podle mého názoru je důvodem tohoto rozdílného výsledku doba sběru dat pro tyto jednotlivé výzkumy. Sběr dat Univerzity obrany proběhl v polovině roku 2008. Avšak v roce 2009 došlo k zásadním změnám finančních náležitostí vojáků nasazených v zahraničních misích a to až na dvojnásobek než byly před rokem 2009.

U vojáků, kteří pocítili zhoršení psychického a fyzického stavu (30%), udávali, že základem těchto potíží byl stesk po rodině, zhoršení vztahů mezi kolegy v misi a časté stížnosti osamoceního partnera, který doma v republice musel řešit problémy všedních dní. Ke zhoršení psychického a fyzického stavu přispěla nemalou měrou také únava a stres, který byl způsoben nedostatkem spánku (3 respondenti) a nepokoji v oblasti mise (2 respondenti). Hraje zde roli také změna klimatických podmínek, které jsou velkou zátěží pro organismus. Domnívám se, že každý voják prožívá v takovýchto podmínkách strach o svůj život, bilancuje a hodnotí dosavadní život a své životní priority. Tyto skutečnosti jsou dalšími zdroji sociálně psychologického napětí. Pro snížení celkového stresu je důležitá komunikace nejen mezi vojáky v jednotce, ale s rodinou a blízkými. Zapojovat se do řešení běžného života své rodiny. Toto se daří realizovat díky internetu, který umožňuje častější kontakt s rodinou a blízkými. Dle zkušeností respondentů je tato častá komunikace velkou podporou jak pro vojáka v misi, tak pro jeho rodinu. Podle mého názoru může být zdrojem stresu prodloužení stanovené doby mise v jejím průběhu. Voják odjíždí na danou dobu, na kterou přizpůsobuje všechny plány (sociální, rodinné, pracovní atd.). V případě změny trvání dochází k narušení těchto plánů a značného zklamání (např. očekávaný porod dítěte).

Z tohoto důvodu mohou nastat pocity hněvu, nenávisti a nepřátelství.

Poslední otázka dotazníku, byla otevřená a respondenti měli možnost vyjádřit své zážitky, osobní zkušenosti a postřehy. Část dotazovaných hodnotila misi jako novou životní zkušenosti (2 respondenti), dva vojáci odpovídali, že jim mise dala jiný pohled na život. Ale objevili se i názory „Mise = únik starostem všedního dne“. Nejvíce mě oslovil postřeh ženy – vojákyně: „Bylo to jedno z nejtěžších období mého života, které mi ale přineslo mnoho zkušeností a psychicky mě velmi posílilo.“

## Závěr

Cílem mého výzkumu bylo zhodnotit zdravotní a sociální aspekty života vojáka z povolání, po účasti na zahraničních misích. Cíl mé bakalářské práce byl splněn.

Stanovené hypotézy:

**Hypotéza č. 1** – pro vojáky z povolání je ze sociálního hlediska absolvování mise zátěžová situace.

Výzkumem jsem vysvětlila problematiku, zda je mise pro vojáka z povolání ze sociálního hlediska zátěžová situace. Zaměřila jsem se na otázku rodinného zázemí vojáků před odjezdem do mise a v průběhu mise, dobu adaptace po ukončení mise na běžné civilní prostředí. Tato hypotéza se mi nepotvrdila. Nepotvrzení této hypotézy poukazuje na velmi vysokou připravenost na odjezd do mise, vypovídá o kvalitním výcviku vojáků a následné vysoké přizpůsobivosti a psychické odolnosti.

**Hypotéza č. 2** – u vojáků se po absolvování mise projeví zdravotní obtíže.

Tato hypotéza nebyla rovněž potvrzena. Výsledky mého výzkumu vyvrátily toto tvrzení. Většina respondentů (70%) udávala absolvování mise bez zdravotních problémů a psychických změn. Také tato zjištění dokládají vysokou míru psychologické přípravy na zahraniční misi a psychologický servis během trvání mise na potřebné úrovni.

Mnou prezentované návrhy a doporučení vycházejí z vyhodnocených dat dotazníkového šetření. Některé z nich se týkají již první fáze přípravy do zahraniční mise. Již v této fázi doporučuji úzkou spolupráci mezi vojenským psychologem a vojáky, kteří budou nasazeni do zahraniční mise, tak aby vojáci i jejich rodiny měli dostatek informací ohledně rizik souvisejících s působením v zahraniční misi. Aby se vyvarovali zbytečným chybám a následným stresům a traumatům, kterých se dopustili jejich předchůdci, kteří nedali na rady zkušených vojenských psychologů.

Dalším doporučením je usnadnit vojákům v misích komunikaci s rodinami pomocí telefonu a internetu a to i s možností přenosu obrazu. Jednou z rad vojenských psychologů je posílání aktuálních fotografií rodině a blízkým a nebo využívání internetové komunikace s obrazem. Za velmi důležité také považuji poskytnout vojákům podrobný informační servis o situaci v místě mise.

Závěry mého výzkumu chci využít k publikaci v časopise Vojenské rozhledy a praktické rady a závěry mého šetření poskytnu pro další využití Expertnímu centru vojskové psychologie AČR.

Každý by si měl uvědomit, že nejcennějším kapitálem Armády České Republiky jsou lidé. Lidé, kteří naši republiku reprezentují v tak nebezpečných situacích jako jsou zahraniční mise. Každý z nás si volí různé typy zaměstnání, nejen podle vnějších příležitostí ale hraje zde roli i motivace a pocit naplnění z dobře odvedené práce. Vojáci z povolání po absolvování zahraničních misí, mají pocit, že práce, kterou odvedli v misi, byla druhým prospěšná a společensky užitečná. A v neposlední řadě je nutno uvést hrdost na svou příslušnost k jednotce, útvaru a k rodné vlasti.

### Seznam použité literatury:

- (1) BALABÁN, Miloš. – DUCHEK, Jan. – STEJSKAL, Libor. *Kapitoly o bezpečnosti*. 1. vydání. Praha: Karolinum, 2007. ISBN 978-80-246-1440-3.
- (2) BAŠTECKÁ, Bohumila. *Terénní krizová práce-Psychosociální intervenční týmy*. 1. vydání. Praha: Grada, 2005. 299 stran. ISBN 80-247-0708-X.
- (3) BLATNÝ, Marek. *Metodologie psychologického výzkumu*. 1. vydání. Praha: Academia, 2006. ISBN 80-200-1450-0.
- (4) BREČKA, Tibor. *Psychologie katastrof*. 1. vydání. Praha: Triton, 2009. ISBN 978-80-7387-330-1.
- (5) DZIAKOVÁ, O. *Vojenská psychologie*. 1. vydání. Praha: Triton, 2009. 544 stran. ISBN 978-80-7387-156-7
- (6) JANOUŠEK, Jaromír a kolektiv. *Metody sociální psychologie*. 1. vydání. SPN Praha. 1986. SPN 46-00-38/1.
- (7) KOHOUTEK, Tomáš. ČERMÁK, Ivo. *Psychologie katastrofické události*. 1. vydání. Praha: Academia, 2009. ISBN 978-80-200-1816-8.
- (8) Kolektiv autorů. *Vojenský profesionál v měnícím se světě 21. století*. 1. vydání. Praha: AVIS, 2007. ISBN 978-80-7278-416-5.
- (9) KOSTÍK, Cyril. *Psychická regulace v boji*. 1. vydání. Praha: Naše vojsko, 1989. Stran 200. 28-016-89.
- (10) MIKŠÍK, Oldřich. *Hromadné psychické jevy (Psychologie hromadného chování)*. 1. vydání. Praha: Karolinum, 2005. ISBN 80-246-0930-4.
- (11) NAKONEČNÝ, Milan. *Lidské emoce*. 1. vydání. Praha: Akademia, 2000. ISBN 80-200-0763-6.
- (12) PORTERFIELDOVÁ, Kay Marie. *Jak se vyrovnat s následky traumatu*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 1998. ISBN 80-7106-26246.
- (13) PRAŠKO, Jan a kolektiv. *Stop traumatickým vzpomínkám-jak zvládnout posttraumatickou stresovou poruchu*. 1. vydání. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-811-2.

- (14) SOUDKOVÁ, Miluše. *O zdravých vztazích mezi lidmi. Přátelství a manželství*. 1. vydání. Brno: Nakladatelství Doplněk, 2006. 156 stran. ISBN 80-7239-196-8.
- (15) VIZINOVÁ, Daniela. PREISS, Marek. *Psychické trauma a jeho terapie*. 1. vydání. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-284-X.
- (16) VÝROST, Josef. SLAMĚNÍK, Ivan. *Sociální psychologie*. 2. vydání. Praha: Grada, 2008. Str. 123. ISBN 978-80-247-1428-8.

#### **Seriálové publikace:**

- (1) Kolektiv autorů. ČR a mírové operace. *Vojenské rozhledy*. 2009, ročník 18, č. 4, str. 154. ISSN 1210-3292.

#### **Ostatní zdroje:**

- (1) Vyhláška Ministerstva Obrany č. 454/2002 Sb. ze dne 15. října 2002, kterou se stanoví doklady pro výběr do služebního poměru vojáka z povolání.
- (2) Příprava příslušníků AČR. Praha: Vojenská publikace. 2007. 224 str.
- (3) Rozkaz MO č. 9/2008, zvláštnosti průběhu služby vojáka z povolání při jejich přípravě pro výkon služby a rekvalifikaci. Praha: Vojenská publikace, 2008. 14 str.

#### **Internetové zdroje:**

- (1) New scientist health. Debora MacKenzie (online) 25.8.2005. (19.4.2010)  
Dostupné z: <http://www.newscientist.com/article/mg18725143.800trauma-of-war-hits-troops-years-later.html?full=true/>
- (2) Historie misí. Ministerstvo obrany (online) 2010 ( 20. 4. 2010)  
Dostupné z: <http://www.mise.army.cz/historie-misi/historie-zahranicnich-misi-3699/>



## **Klíčová slova**

Armáda České republiky

Zahraniční mise

Zdravotní stav

Psychický stav

Sociální aspekty

### **Seznam použitých zkratk**

AČR	Armáda České Republiky
ČSFR	Česká a Slovenská Federativní Republika
EU	Evropská unie
NATO	Severoatlantická aliance
OSN	Organizace spojených národů
25. plrb	25. protiletadlová raketová brigáda

## **Seznam příloh**

**Příloha č. 1** Tabulka Historie misí v České republice

**Příloha č. 2** Dotazník

### Příloha č. 1 Tabulka – Historie misí v České republice

Název	Počet	Kdo	Kdy
Pouštní bouře Osvobozovací operace	200	ČSLA	1990 – 1991 Kuvajt
UNGCI Humanitární operace	320	AČR	1991 – 2003 Irák
UNPRPFOR Mírová mise	2 250	AČR	1992 – 1995 Země bývalé Jugoslávie
UNCRO Mírová mise	750	AČR	3/1995 - 1/1996 Chorvatsko
UNTAES- polní nemocnice	100	AČR	1/1996 - 1/1998 Chorvatsko
IFOR, SFOR, SFOR II	6 300	AČR	1996 - 12/2001 Bosna a Hercegovina
AFOR 6. polní nemocnice	100	AČR	1999 Albánie + Turecko
KFOR Mírová operace	3 070	AČR	1999 - 2/2002 Kosovo
ESSENTIAL HARVEST TFH	120	AČR	8 - 10/2001 Makedonie
KFOR Česko-slovenský prapor	2 400	AČR	2/2002 - 7/2005 Kosovo
KFOR	3 070	AČR	od 2005 Kosovo
SFOR Velitelství, civilní spolupráce	42	AČR	2002 - 12/2004 Bosna a Hercegovina
Trvalá svoboda Protiter.operace	612	AČR	3/2002 - 6/2003 Kuvajt
ISAF- Mírová operace	269	AČR	4/2002 - 1/2003 Afghánistán
IZ SFOR 7. polní nemocnice	526	AČR	4/2003 - 12/2003 Irák, Basra
IZ SFOR (MNF I) Vojenské policie	1 273	AČR	12/2003 - 12/2006 Irák, Shaibah
CONCORDIA operace EU	2	AČR	4/2003 - 12/2003 Makedonie
ISAF EOD- meteo Letiště Kábul	350	AČR	od 3/2004 - 3/2007 Afghánistán
TRVALÁ SVOBODA - 2004	120	AČR	3 - 8/2004 Afghánistán
WINTER RACE- humanitární	29	AČR	Pákistán
Trvalá svoboda 2006 NATO	120	AČR	Afghánistán
ALTHEA Operace Evropské unie	400	AČR	Bosna a Hercegovina 2004- 2008
MNF 1- Irák	423	AČR	12/2008 Irák
Polní nemocnice letiště Kábul	658	AČR	4/2007-12/2008 Afghánistán
Mise ISAF Uruzgán	200	AČR	ukončena 20. 3. 2009
EUFOR ČAD Operace EU	2	AČR	ukončena 15. 3. 2009
AIR POLICING Litva	2 x 75	AČR	ukončena 1. 9. 2009
Trvalá svoboda Afganistán	300	AČR	2008 - 2009
<b>Stav k lednu 2010</b>			
<b>Zdroj: <a href="http://www.mise.army.cz">www.mise.army.cz</a></b>			

## Příloha č. 2 – Dotazník

### Vážená paní, vážený pane

Žádám Vás o vyplnění dotazníku, jehož smyslem je zjistit Vaše názory a zkušenosti, které jste získal (a) při Vašem působení v misi a po návratu do běžného života. Jsem studentkou závěrečného ročníku bakalářského studijního programu na Jihočeské univerzitě v Českých Budějovicích a provádím výzkum v rámci zpracování své bakalářské práce na téma Zdravotně sociální aspekty života vojáka z povolání Armády České republiky po účasti na zahraničních misích.“

Údaje získané z tohoto dotazníku využiji ke zpracování výše uvedené bakalářské práce. Vámi vyplněné dotazníky nebudou archivovány ani poskytnuty k nahlédnutí třetí osobě. Poslouží pouze jako podklad pro zpracování případové studie. Dotazník je anonymní.

Při vyplňování dotazníku postupujte tak, že po přečtení otázky zakroužkujete jediné písmeno, které vyjadřuje Vaše mínění k uvedenému obsahu otázky a dle instrukcí uvedených u otázky.

Děkuji Vám za vyplnění dotazníku.

1. Jste            a) muž  
                    b) žena
  
2. Váš rodinný stav:  
a) svobodná(ý)  
b) vdaná, ženatý  
c) rozvedená (ý)
  
3. Vaše nejvyšší dosažené vzdělání:  
a) základní, vyučen(a)  
b) střední škola s maturitou, VOŠ  
c) vysoká škola
  
4. Důvod Vašeho odjezdu byl:  
a) finanční ohodnocení, peněžní motivace  
b) musel(a) jsem z pracovních důvodů, rozkazem nadřízeného, vyslání jednotky  
c) hledání zkušeností  
d) jiné důvody (napište jaké)

5. Uveďte, jak dlouhá doba Vás dělí od ukončení mise:
- a) méně než 3 měsíce
  - b) půl roku
  - c) rok
  - d) více (napište kolik)
6. Jaké bylo Vaše rodinné zázemí před odjezdem do mise?
- a) uspořádané, smířené s odjezdem
  - b) problematické, konfliktní
  - c) krize ve vztahu
  - d) jiné, uveďte jaké
7. Jaké bylo Vaše rodinné zázemí po dobu nasazení?
- a) stejné
  - b) došlo k uklidnění ve vztahu
  - c) vyhrocení situace
  - d) jiné, uveďte jaké
8. Pociťoval (a) jste po dobu nasazení zhoršení psychického či fyzického stavu?
- a) ne
  - b) ano
  - c) pokud ano, napište jaké:
9. Jak často jste měl (a) možnost kontaktu s rodinou a blízkými?
- a) často, denně či týdně
  - b) občas, párkrát za měsíc
  - c) skoro vůbec
  - d) jen při dovolené
10. Trpěl (a) jste pocitem únavy nebo zvýšeným stresem?
- a) ne
  - b) ano
  - c) pokud ano, napište za jakých situací
11. Jaká pro Vás byla doba adaptace (přizpůsobení se) po návratu na standardní životní a pracovní podmínky?
- a) do 1 měsíce
  - b) do 6ti měsíců
  - c) do 1 roku

12. Zkušenosti z mise pro Vás byly přínosem (můžete zakroužkovat více odpovědí):

- a) po stránce ekonomické
- b) po stránce odborné a profesní
- c) jiné zkušenosti, napište jaké

13. Po vašich zkušenostech z mise, hlásil (a) byste se opět?:

- a) ano
- b) ne

14. Vaše připomínky, osobní zkušenosti a jiné postřehy k misím:

**Děkuji Vám za vyplnění dotazníku!**