

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Teologická fakulta

Katedra pedagogiky

Diplomová práce

**VÝZNAM VOLNÉHO ČASU PRO PŘÍSLUŠNÍKA AČR NA  
ZÁKLADNĚ HKIA V KÁBULU**

Vedoucí práce: Mgr. Věra Suchomelová, Th. D.

Autor práce: Bc. Tereza Perná

Studijní obor: Pedagogika volného času - vychovatelství

Ročník: 2.

2020

Prohlašuji, že svoji diplomovou práci jsem vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že, v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění, souhlasím se zveřejněním své diplomové práce, a to v nezkrácené podobě elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Práce bude, vzhledem k bezpečnostním otázkám vázajícím se k charakteru výzkumu a podmínek jeho realizace, zveřejněna k datu 1. 1. 2021. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

25. 4. 2020

Bc. Tereza Perná

.....

## Poděkování

Mé upřímné poděkování patří zejména Mgr. Věře Suchomelové Th.D. za odborné vedení, vřelý přístup, bezbřehou trpělivost a nezměrnou ochotu, kterou mi v průběhu zpracování diplomové práce věnovala.

## Obsah

Úvod .....	6
Volný čas .....	9
Definice volného času.....	9
Rozsah volného času.....	12
Funkce volného času.....	15
Volnočasové aktivity na základnách .....	18
Hodnota volného času na základně.....	21
Determinanty volného času .....	22
Prostředí, jeho typologie a specifika na základně.....	24
Materiální možnosti základny.....	26
Příprava vojáka a nejčastější obtíže vojáka v zahraniční operaci .....	27
Adaptace .....	30
Délka zahraniční mise a její fáze .....	31
Frustrace a přesycení .....	33
Vztahy v misi a zvládání konfliktů .....	34
Stres, trauma a zvládání náročných životních situací .....	36
Posttraumatická stresová porucha (PTSD) .....	38
Česká republika pomáhá.....	41
Resolute Support – mise rozhodné podpory .....	42
Volný čas na zahraniční operaci v Afghánistánu ve světle výzkumů a odborné literatury .....	45
Výzkumná strategie .....	49
Charakteristika výzkumného souboru .....	51
Charakteristika sběru dat .....	54
Etické aspekty v kvalitativním výzkumu.....	56
Způsob analýzy dat .....	57

Seznam kategorií a subkategorií .....	60
Prezentace výsledků výzkumu .....	62
Význam volného času na základně HKIA v Kábulu .....	62
Specifika a omezení ve volném čase na základně HKIA .....	65
Vývoj vnímání volného času v průběhu mise.....	69
Volný čas, práce a život na základně .....	72
Funkce volného času v rámci zahraniční operace .....	76
Traumatické události a proměnlivost volného času.....	79
Volný čas jako regulátor stresu.....	80
Shrnutí výsledků výzkumu .....	82
Diskuze .....	84
Závěr .....	87
Seznam použitých zdrojů.....	89
Seznam zkratk .....	97
Seznam příloh .....	98
Přílohy.....	99
Příloha 1 .....	99
Příloha 2.....	107
Příloha 3.....	117
Příloha 4.....	126
Příloha 5.....	135
Příloha 6.....	145
Abstrakt.....	153
Abstrakt v angličtině.....	154

## Úvod

*„Já, voják, vědom si svých občanských a vlasteneckých povinností, slavnostně prohlašuji, že budu věrný České republice.*

*Budu vojákem statečným a ukázněným, budu plnit úkoly ozbrojených sil a budu dodržovat právní a vojenské předpisy.*

*Svědomitě se budu učit ovládat vojenskou techniku a zbraně, připravovat se k obraně České republiky a budu ji bránit proti vnějšímu napadení.*

*Pro obranu vlasti jsem připraven nasadit i svůj život.*

*Tak přísahám!“*

Těmito slovy přislíbilo mnoho statečných mužů a žen svou věrnost České republice, společně s příslibem nasazení v boji za zájmy republiky i s rizikem položení vlastního života. Od vzniku České republiky položilo život za zájmy své země již 29 příslušníků Armády České republiky (dále AČR), nejvíce, tedy 14 padlých hrdinů, položilo život právě v Afghánistánu, k němuž soustřeďuje svou pozornost tato diplomová práce a na jehož území podstupuje toto riziko více než 250 statečných mužů a žen každý rok. Vzhledem k bezpečnostní situaci ve světě, lze, že počty příslušníků AČR nasazených v zahraničí se do budoucna ještě zvýší. Jejich několikaměsíční život na základnách není jen boj či spánek, ale také dlouhé okamžiky napětí a rutinní práce, protkané starostmi o rodinu se vzpomínkami na společné chvíle. Tato diplomová práce se pokouší zodpovědět otázky týkající se volného času na základně Hamid Karzai International Airport (dále HKIA), která se nachází na letišti v Kábulu, a konkrétně se zaměří na aktuální 20. úkolového uskupení v misi Resolute Support. Tato práce tematicky navazuje na práci pana mjr. Mgr. Petra Forró, který se věnoval volnému času vojáků v zahraničí všeobecně a sám v práci podotýká, že je vhodné toto téma specifikovat hlouběji a podrobit jej dalšímu zkoumání. Pan Forró byl vzhledem k mému zájmu o problematiku velice laskavý, poskytl mi mnoho cenných rad, odkazů na vhodnou literaturu a mnoho myšlenek z pohledu vojáka se zájmem o volný čas. Po zralé úvaze se tato diplomová práce soustřeďuje na téma času, který je v misi vojákovi přidělen jako volný. Pokouší se osvětlit, jestli příslušník AČR tento čas v Afghánistánu jako volný, či polovolný vnímá. Práce shrnuje, jaká škála volnočasových aktivit je nabízená a zpřístupněná příslušníkům AČR na základně HKIA v Kábulu. Zohledňuje, zda a v jaké

míře tuto nabídku čeští vojáci využívají nebo co jim s ohledem na specifika české národnosti chybí. Svou pozornost stáčí také k rozsahu a náplni volného času v rámci výkonu mise, ale i funkcím volného času, aby na základě výzkumného šetření zhodnotila, které funkce v takto specificky determinovaném prostředí mohou plnit, případně které funkce volného času jsou omezeny, dočasně či zcela znemožněny. Jakým způsobem subjektivně působí náplň volného času na život a práci na základně i při výkonu práce mimo zdi základny, zejména v rámci stresu, frustrace či zvládání náročných životních zkušeností i denních drobných obtíží, jenž v rámci zahraniční vojenské mise zákonitě přicházejí. Stěžejní literaturou pro vojenské otázky je především Vojenská psychologie od paní mjr. Mgr. Olgy Dziakové, Ph. D., která již šestým rokem působí na pozici staršího psychologa v AČR na posádce v Pardubicích. Taktéž je moderní veteránkou, protože se zúčastnila několika zahraničních misí. Zbylé zdroje k této tematice nejsou, zejména v tuzemské odborné literatuře, příliš dostupné a pokud ano, je nutné soustředit svou pozornost především k předrevoluční tvorbě. Bylo tedy nutné těžit ze zahraničních zdrojů, zejména odborných článků a v informacích zohlednit specifika AČR i volného času.

Přehledová část je rozčleněna do třech hlavních kapitol. První kapitola se věnuje volnému času, jeho definování, rozsahu, funkcím a různým pohledům odborníků, kteří se snaží otázky na poli volného času definovat či vyhranit různými způsoby. Dále se zabírá volnočasovými aktivitami, jejich přínosem a rozsahem v rámci zahraničních misí. Významnou roli zde hraje kapitola zahrnující determinanty volného času, a to zejména prostředí, jež úzce souvisí s otázkami bezpečnosti i možností ve volném čase. Tomuto je věnována vlastní podkapitola. Neméně významná je podkapitola hovořící o hodnotě. Ta je volnému času přikládána nejen ze strany vojáka. Zde je potřeba podotknout, že tohoto tématu se pouze dotýká, protože je natolik rozsáhlé, že by zasloužilo podrobit detailnějšímu zkoumání v samostatné práci. Například Jaroslav Němec se již ve své bakalářské práci velmi erudovaně věnuje otázkám týkajícím se změn v hodnotovém žebříčku vojáka po absolvování mise v Afghánistánu, ovšem volného času jako takového pouze okrajově.

Druhá kapitola se soustředí na život příslušníka AČR, přesněji jeho nejčastějším obtížím a zátěžím, kterým je vystavován. Dále obrací svou pozornost k dopadům, které se mohou v této situaci objevit. Vlivem traumatizujících událostí, dlouhodobému stresu

a diskomfortu, ale i běžným denním nepříjemnostem, které v průběhu času ve spojení s ostatními faktory mohou mít zdrcující dopady nejen na psychiku jedince, ale i fungování kolektivu či kvalitu práce.

V závěru přehledové části jsou uvedena místa, kde Česká republika pomáhá, zejména misi Resolute Support, jejímu významu, historickým souvislostem, a to zejména v kontextu aktivit České republiky na území v Afghánistánu. Tato kapitola, ačkoliv je kratší a méně obsáhlá než dvě předešlé, není o nic méně podstatná a je velmi důležitá k pochopení toho, jak se voják v této zemi cítí a jak je tam hodnocen z pohledu místních obyvatel. Jak z náznaků v odborné literatuře vyplývá, Česká republika má určité postavení v této zemi, zejména s ohledem na její historické působení v rámci zdravotnické pomoci.

Hlavním úkolem empirické části odborné práce je popsat význam volného času pro příslušníka AČR na základě sedimentované zkušenosti oslovených participantů přímo v průběhu výkonu zahraniční operace Resolute Support. V rámci kvantitativního výzkumu si pokládá otázky týkající se různých sfér volného času. Zároveň se snaží uchopit volný čas a jeho možnosti, hrozby i přínosy v kontextu natolik specifických podmínek a životní zkušenosti, jakou je zahraniční operace pro příslušníka AČR v Afghánistánu.



## Volný čas

Z dostupných zdrojů vyplývá, že otázce volného času na základnách v rámci zahraničních operací AČR není věnována přílišná pozornost. V současnosti se jí nevěnuje žádná publikace. Otázka volného času není ani součástí přípravy vojáka před misí, a pokud se o ní hovoří, jedná se spíše o rovinu odpočinku či relaxace, případně možnosti rehabilitační dovolené po návratu. Volný čas v misi není zpracován v žádném českém organizačním plánu či předpisu, což může být problém nejen z hlediska jedince, ale i dopadů na skupinu, případně pracovní výkon celého úkolového uskupení. Je velmi pravděpodobné, že volný čas v rámci mise může být dobrým sluhou, ale taktéž zlým pánem, pokud má být naplněn nudou a steskem po rodině. To je jasně patrné i z vyprávění veteránů, kteří s úsměvem říkávají, že na misi je volného času tak málo a zároveň tak mnoho. Definice volného času není obtížná jen pro příslušníka AČR v rámci jeho pobytu na základně v zahraničí, ale velmi rozmanité pokusy o jeho vymezení nalézáme i v literatuře.

### Definice volného času

Volný čas jako pojem, bývá v odborné literatuře často podroben různým úhlům pohledu odborníků. Jeho vymezení má opravdu široké spektrum. Od negativního, v podstatě kvantitativního, až po pozitivní, kvalitativní vymezení. Nejčastěji, a to zejména v literatuře staršího data, se setkáváme s negativním vymezováním volného času. Dokonce se objevují i autoři (Bakalář, 1978, s.5), tvrdící, že volný čas sám o sobě vůbec nemusí existovat, případně postupně zanikne vlivem vývoje společnosti a působením globalizace, ačkoliv se s velkou pravděpodobností jedná o utopistické domněnky. Jiní autoři zmiňují zejména časové negativní vymezení a stavějí volný čas do opozice – nejčastěji k práci a jiným povinnostem, ale i spánku.

I v pedagogickém slovníku se setkáváme s tímto vymezením. Volný čas je zde definován jako čas, který nám zbyde k nakládání, když od dvaceti čtyřech hodin odečteme čas strávený prací, domácími povinnostmi či spánkem (Slepičková in Průcha, str.341, 2013). V pedagogickém slovníku, se tato definice nezměnila po několika vydání, ačkoliv se do definování volného času promítají nové trendy, hledící spíše na jeho kvalitativní rozsah nežli na ten kvantitativní.

Tento kvantitativní způsob vymezení volného času lze obsáhnout jako čas, zbývající člověku k dispozici poté, co splní pracovní záležitosti a ostatní povinnosti, které má nejen k ostatním, tedy času vázaného, ale i k sobě samému. Do oblasti volného času nelze zařazovat ani činnosti, které vykonáváme v době mimopracovní, ale zároveň z nich máme hmotný užitek, například rybaření (Filipcová, 1967, s. 18). Takto lze vnímat volný čas pouze jako druhořadou zbytkovou hodnotu toho k čemu je vymezován. V rámci tohoto negativního vymezení se lze také setkat s názorem, že volný čas je skutečně jen časem určeným k regeneraci ve vymezení k práci. Autorka Veselá (str.5, 1997) definuje čas k odpočinku a regeneraci k dalšímu výkonu práce, tedy bez ohledu na jeho přidanou hodnotu.

Jiné hledisko již nabízí pohled, který nejedná pouze s negativním časovým vymezením volného času, ale také zmiňuje časové vymezení pozitivní, tedy jako prostředek k dosažení svobody a hledí i na jeho obsahové hledisko. Někteří autoři uvádějí definice, které staví na pomezí mezi negativní a pozitivní vymezení a zahrnují obě hlediska.

Volný čas můžeme chápat také jako dobu, která nám zbyde po splnění povinností (Pávková, 1999, s. 31). Zároveň však nutno podotknout, že jde i o naplnění kvalitativní, tedy zohlednit náplň volného času, která by měla být záměrně a svobodně zvolená a přinášet jedinci pocity relaxace, uvolnění, odreagování nebo jiné v zásadě příjemné pocity (Pávková, 2008, s. 13). Hradečná (1998, s. 65) uvádí, že volný čas je doba jako dobu, kterou člověk věnuje pouze sobě. Podobně Babiaková (2007, s.9) zdůrazňuje, že volný čas je volným časem bez ohledu na aktivity, které v něm vykonáváme, pokud nám to přináší osobní potěšení.

Dle Jiráskova (2019, str. 137) je tedy nutné rozlišit, zda chceme definovat volný čas jako zbytek, nebo jako účel. Sám se přiklání k názoru, že negativní vymezení volného času je nepřesné, protože volný čas není časem nepodstatným, ale naopak velmi důležitým pro seberealizaci a štěstí člověka. Dle Spousty (1994) lze volný čas také nazvat určitým sociálním prostorem, díky rozvoji vlastního já za pomoci vhodné volby aktivit, které v něm realizujeme (srov. Vážanský, 1995).

Geist (1992, s. 53) dokonce tvrdí, že volný čas nelze definovat jako pouhý opak práce, protože jde o samostatnou sféru života. Ani Řehulka (1994, str. 35) nepokládá

negativní vymezení za nejvíce trefné, a to z důvodu jeho vlivu na formování a rozvoj člověka, jeho duševní i fyzické zdraví, vliv na sebeaktualizaci a sociální oblast. Což potvrzuje i Kaplánek (2017), když zastává názor, že čistě časové vymezení volného času nemá dostatečnou vypovídající hodnotu a naštěstí se dle jeho názoru od tohoto typu definic upouští. Z tohoto kvalitativního hlediska je důležité volný čas vyplňovat aktivitami, které člověka uspokojují samy o sobě svou náplní či podstatou a jedinec se pro ně rozhoduje svévolně a dobrovolně (Čáp, Mareš, 2007, s.282). Pro účely této práce je při definování volného času nutné zohlednit subjektivní postoj jedince: někdo může náplň takzvaného volného času vnímat jako zátěž a jiný jako volnočasovou aktivitu. Dle Janiše (2016, s. 11-24) je důležité vůbec vnímat existenci volného času. Právě uvědomění si volného času je tím, co nám umožňuje jej rozlišit od času ostatního (čehož není schopen např. člověk v kómatu nebo kojence).

Pokud vezmeme v potaz všechny tyto definice, dojdeme k závěru, že voják může mít volný čas, avšak v omezené míře. Pokud je volný čas tím časem, který naplňuje aktivitami na základě vlastní svobodné volby, musíme si v případě zahraničního nasazení uvědomit, že tato svobodná volba je silně omezena determinanty volného času, zejména bezpečnostními faktory, prostorovými omezeními a možnostmi. Na tyto podmínky musí jedinec pružně reagovat, a je tedy ve své svobodné volbě omezen, což ovšem nemusí nutně znamenat, že z dostupných možností není schopný vybrat si subjektivně uspokojující aktivitu, která naplní tu hodnotu, která je pro existenci volného času velmi podstatná a kterou od ní subjektivně vyžaduje či očekává. K tomuto hledisku je nutné zohlednit i další faktory, jakými je například rozsah volného času nebo jeho funkce.

## Rozsah volného času

Rozsah volného času se v průběhu života člověka dynamicky mění. Pro účely naší práce zvolíme hlediska, zaměřující se na věkovou kategorii shodnou s věkovým rozmezím vojáků na misi. Tedy aplikované na časový prostor u pracujících osob, a nesouvisející poznatky ostatních věkových kategorií například dětí, seniorů, nezaměstnaných či matek na mateřských a rodičovských dovolených nejsou z praktických důvodů uvedeny.

Čas u pracujících osob se obvykle dělí do dvou hlavních kategorií, a to na čas práce a čas mimopracovní, který lze dále dělit na čas vázaný. V tomto čase hovoříme o určité sféře povinností a čas nevymezený (Bendl, 2015, s. 121). Do kategorie vázaného volného času spadají veškeré činnosti jedince, které jsou nutné pro jeho zdraví a život (biologické potřeby). Dále jsou do vázaného času zahrnovány aktivity spadající do sféry každodenního života, jenž jsou prováděny s určitou pravidelností například osobní hygiena, ale také činnosti zahrnující například péči o rodinu, domácí mazlíčky a domov. Navíc do této kategorie řadíme i čas, který vynaložíme na dosažení těchto činností (cestu na oběd, nákup, apod.).

Určitým mezistupněm mezi vázaným a volným časem je čas polo-volný (Semi-loisir), do kterého zahrnuje koníčky a činnosti, přinášející nám nejen zábavu a uspokojení, ale také benefity (Tuček, 2003, s. 175). Polo-volný čas zahrnuje také aktivity, uskutečněné z povinnosti, ale také z pohledu vlastních zálib (Veselá, 2011, s. 140).

V současné době se také setkáváme s novodobějším dělením z hlediska využívání jednotlivých časových složek dne, užívaným zejména z hlediska sociologického (Veselá, 2011, s. 140) a to na produkční čas, zahrnující práci a čas vydávaný na ostatní povinnosti, které se s prací vzájemně časově nepřekrývají. Dále zmiňuje reprodukční čas zahrnující aktivity, jež jsou důležité pro regeneraci a znovunabytí energie a sil, ale také aktivity související s péčí o tělo. Poslední složkou je vlastní volný čas, tedy doba, se kterou mohou libovolně nakládat, dle vlastní svobodné volby. Z tohoto členění vychází také následné vymezení volného času na zbytkovou kategorii času – tedy den po odečtení produkčního a reprodukčního času, dále dvoudenní víkend a v neposlední řadě placenou dovolenou.

Protože voják v misi nemá možnost placené dovolené, ani dvoudenního víkendu, využijeme pro účely této práce dělení rozsahu volného času dle Pácla (1978, s.67-74) a Duffkové (2008, s. 155- 156) s ohledem na pravidelné střídání volna a času práce. První kategorií je volný čas. Ten vzniká každý pracovní den, s typicky menším rozsahem, obvykle vyplněný relaxační náplní a doplněný o aktivity spadající do času vázaného, jako například péče o domácnost či příprava na další den. Druhá kategorie volného času zahrnuje časový úsek víkendu, obvykle dvoudenního a v týdenním rytmu. Jedná se o celistvý čas, jehož náplň zahrnuje časově i výkonově náročnější činnosti, ale i dohánění určitých restů, které nebylo možné splnit v předchozí každodenní zbytkové kategorii. V minulosti byl kladen důraz na to, aby zbylé povinnosti byly sobotní náplní volného času a neděle měla obsahovou náplň zcela volného času. Do třetí kategorie spadá dovolená, pro kterou je zásadní vícedenní rozsah volna. Jedná se o vymezení pomocí ročního rytmu delších časových úseků. V rámci dovolené se obvykle jedinec dostává mimo svůj pravidelný režim a typickým rysem dovolené je pestrost prostředí a široké spektrum využívání volnočasových aktivit, dle jedinečných preferencí každého z nás.

Pokud vezmeme v potaz tato členění rozsahu volného času, je pro jeho určení v rámci výkonu práce na základně, vhodné uvědomit si, jak vypadá režim týdne vojáka. Toto úkolové uskupení má na jedné straně pevně danou pracovní dobu (od pondělí do soboty). Na straně druhé mají pohyblivou složku pracovní doby, což v podstatě znamená, že pokud je to nutné, zasahují pracovní povinnosti i do času, který je v pevně stanovené pracovní době označován jako volný. V rámci pevně dané dvanáctihodinové pracovní doby úkolového uskupení, od osmi hodin ráno do osmi hodin večer, mají vojáci denně dvě hodiny vymezené na tělesná cvičení. Tyto dvě hodiny nemají v denním řádu pevné umístění, jsou pohyblivé a každý voják si denně „vybírám“ tak, aby nezasahovaly do povinností a nenarušovaly běh práce. Zde je důležité zamyslet se nad tím, zda využívání posilovny v této době, patří do náplně volného času, nebo je vhodnější jej zařadit do času, který označujeme jako polo-volný, protože posilování či běh je zde pro mnohé zábavou a uspokojením, ale zároveň je součástí povinností. Velmi podobně je to i s něčím, co bychom v našich podmínkách nazvali pauzou na snídani, oběd či večeři. I zde jsou ve společné jídelně určené časové úseky v nichž je možné zajít na vybrané jídlo a není pevně určeno, kdy se na něj má příslušník úkolového uskupení dostavit. Vše se přizpůsobuje povinnostem. Z tohoto pevného členění pracovní doby vyplývá, že neděle by měla být dnem volna, nicméně tato pevná pracovní doba je zcela orientační.

Pokud pohotovost přijde v čase volna, nikdo nemůže hledět na to, že měla být doba volna. Toto je jeden z důležitých důvodů, proč jsou členové úkolového uskupení vystaveni tlaku z pohledu střídání pracovní rutiny a dlouhodobé zátěže, v níž je omezena či ovliveněna i možnost základního odpočinku, natož možnost využívání ostatních funkcí volného času.

## Funkce volného času

Můžeme se setkat i s tvrzením, že volný čas žádné funkce mít nemusí, neboť volný čas sám o sobě je cílem a jeho funkce jsou pouze jakousi přidanou hodnotou, vedlejším produktem (Goodale, 1998, s. 239). Přesto mnoho odborníků definuje ve svých publikacích funkce volného času. Definují je obvykle odlišně, což mimo jiné vychází i z aspektů, dle kterých volný čas hodnotí. Jinak bude funkce volného času hodnotit specialista z oboru ekonomie, sociologie, politiky, zdravotník i pedagog, nicméně u většiny můžeme pozorovat shodné či velmi blízké obsahy těchto funkcí, pod různými názvy, či zahrnuté do různých okruhů.

Funkce volného času lze tedy v podstatě rozdělit do tří kategorií dle oblastí, které uvádějí například autoři Nekonečný (1997), Žumárová (2001), Hodaň (2008), Švamberská Šauerová (2008), či Faltýsková (1995) a tyto kategorie bychom mohli shrnout do kategorie odpočinkové/kompenzační, kam se řadí činnosti oddechové od pracovních činností, vedoucí k celkové psychické i fyzické relaxaci organismu a znovunabytí sil k výkonu práce a znovu nabytí fyzických i duševních sil za účelem udržení si celkového zdraví a duševní pohody. Druhou je kategorie rozptýlení (zábavy), která má účel odvedení pozornosti od běžných každodenních těžkostí či povinností. Z části, dle většiny autorů, zahrnuje i sebevzdělávací oblast, která je však na pomezí s kategorií rozvoje osobnosti. Kategorie rozvoje osobnosti, a to nejen po stránce sociální, ale také kulturní a fyzické. Faltýsková (1995) v této kategorii zdůrazňuje její přesah, zahrnující prožitek z přítomnosti jiných osob či sounáležitosti s vybranou skupinou, který může být pro určitou skupinu jedinců hlavním či rozhodujícím důvodem pro zvolení této činnosti. Žumárová (2001, s.159) dodává, že tato socializační funkce, je velmi důležitá pro osobní spokojenost a subjektivní prospěch pro jedince. Tyto funkce doplňuje Filipcová (1967, s. 18,55,107) o aspekt dobrovolnosti, který je dle jejího tvrzení důležitou kategorií volného času a souvisí s jeho definováním. Sociolog Roger Sue připojuje k těmto třem oblastem ještě funkci ekonomickou, ovšem v souvislosti s vymezením k profesi, ale také s hlediskem ekonomické náročnosti volnočasových aktivit (Hofbauer, 2004, s.14).

Ještě rozsáhleji definuje cílové funkce volného času Horst Opaschowski, nejprve ve své literatuře uvádí mnoho funkcí, které je však možné opět rozdělit do výše zmíněných kategorií. Opaschowski zmiňuje funkci rekreační, určenou ke znovunabytí sil pro další činnosti nimi zvolené. Funkci kompenzační, v jejímž rámci si vynahrazujeme

to, čeho se nám v běžném životě nedostává, například pokud nedochází k seberealizaci v rámci pracovního procesu a vnímáme jej pouze jako obživu. Volný čas se potom stává prostorem k naplnění toho, po čem toužíme a co potřebujeme ke spokojenosti a psychické rovnováze. Funkci katarze, umožňující jedinci odpoutat se od tlaku vycházejícího z napětí a nezpracovaných emocí. Funkci ventilu, jako prostředek k vybití přebytečné energie a nastolení rovnováhy organismu, a to nejen ve smyslu psychologickém, ale taktéž zdravotním. Funkci konzumu, ve níž vnímáme volný čas jako most k prožitkům z věcí, produktům či prožitkům, zejména na poli průmyslu volného času, který je v současnosti v intenzivním rozvoji. Dále funkci kontrastu, kdy je volný čas možné vnímat jako protipól k práci a jiným povinnostem. V poslední řadě také funkci kongruence, zahrnující oblast, v níž se naše hobby propojují s našimi pracovními schopnostmi a dovednostmi, pro které se jedinec svobodně rozhoduje i ve volném čase, případně není schopen se od nich oprostit, a proto je náplň volného času obsahově podobná náplni práce. Později funkce volného času doplňuje o edukaci, nejen z pohledu výchovy k volnému času, ale i o složku sebevzdělání a seberozvoje ve volném čase. Kontemplaci, v níž se volný čas stává časem hledání smyslu života. Enkulturu zahrnující do volného času sžívání se s kulturou, ve které žijeme v celé její rozsáhlosti od umění až po zvyky a tradice. Komunikaci související s udržováním či navazováním sociálních kontaktů, ale i médií. Participaci, která nám umožňuje se podílet na aktivitách v komunitě například formou dobrovolnictví nebo členstvím v klubech či spolcích. Integraci, díky které se pomocí uskutečnění aktivit jedinec realizuje ve skupině a zároveň pomáhá podporovat rozvoj vztahů ve skupině. Pro účel této práce je tento výpis podstatný, zejména pro uvědomění si rozsahu funkcí volného času, který by se mohl vytratit vlivem souhrnu do více oblastí zahrnujících kategorií. Obvykle však postačí sedmibodové členění, které v české odborné literatuře zmiňují autoři (Vážanský, Smékal, 1995, Hofbauer, 2004) vycházející z dělení dle Opaschowského, často shrnuté ve spojení s potřebami. Jako první je uváděna rekreace jako prostor pro potřebu odpočinku, spánku nebo uvolnění. Tato funkce je jedna z mála často zdůrazňována vojákům v rámci přípravy. Vzhledem ke střídání období zátěže a pracovní rutiny je vojákům doporučováno odpočinout si do zásoby, což v praxi není dost dobře možné. Poté velmi důležitá funkce kompenzace, jež uspokojuje potřebu po rozptýlení se, umožňuje upustit pozornost od starostí. Třetí zmiňovanou funkcí je edukace čili výchova a vzdělávání, a to i ve smyslu sociálního učení a získávání nových neotřelých zkušeností a prožitků. Další v pořadí



jmenují kontemplaci, udávající za cíl dosažení vnitřního klidu a odpoutání se od stresu, dosažení určité duchovní pohody ve smyslu hledání a nacházení smyslu života. Páté místo obsadila komunikace, tedy funkce sloužící k uspokojení potřeby po společnosti, partnerství a přátelství, vytváření sociálních vazeb a vzájemném emočním působení. Další bod, zahrnující potřebu vlastní aktivity na utváření společnosti a spolupodílení se na dosažení cílů vlastní komunity, ve které žijí, se nazývá participací. Poslední zmiňovanou kategorií je enkulturace, vycházející z potřeby kulturního a kreativního rozvoje vlastního já, sebevyjádření pomocí kulturního života, tvůrčí činnost a potřeba růstu schopností a dovedností, například pomocí sportu, umění nebo jiných vhodných aktivit.

## Volnočasové aktivity na základnách

Volnočasové aktivity jsou velmi důležité nejen z pohledu přínosu pro jedince, ale také pro soudržnost skupiny. Dvořáček (in Kalina, 2008 s. 118) říká, že volnočasové aktivity by měly v ideálním případě zahrnovat obě dvě části – individuální i skupinovou, a to z důvodu podpory vztahů ve skupině a vytváření vhodného prostředí pro jejich další rozvoj. Individuální volnočasové aktivity hodnotí jako ty méně organizované a strukturované, ale přesto zahrnující více než odpočinek, například i trávení volného času ve smyslu aktivním.

*„Volnočasové aktivity nejsou pouhým vyplňováním volného času nebo jen nahodilým doplňkem lidského života, nýbrž významnou, integrální součástí, jež dobrovolnou činností významně spoluvytváří aktivní vztah jedince ke společnosti, k druhým lidem i k sobě samému“* (Hofbauer, 2010, s. 32).

Aktivní trávení volného času pomáhá posilovat a vytvářet nové vztahy mezi lidmi a zároveň pomáhá překlenout chvíle pocitů osamění (Švamberk- Šauerová, 2008, s. 7). Společné trávení volného času, zejména tedy aktivity skupinové, zvyšují sociální status vojáka a posilují jeho schopnost přijetí nových sociálních rolí. Naopak u pasivnějších jedinců dochází k pocitům osamění, většímu soustředění se na své problémy, zejména v oblasti zdraví a ztížení duševního prožívání celé zátěže (Šimíčková, Čížková a kol., 2008, s. 147).

Aktivity ve volném čase by měly být typické svou uvolněností, dobrovolností, chutí se sám a iniciativně zapojit do aktivity a být spontánní. Jedinec by v jejich rámci měl zapojovat fantazii a využívat svou kreativitu, zbavovat se stresu, starostí a užívat si radost a zábavu. Aktivity ve volném čase často souvisejí se společenským chováním, tedy dobrovolným zapojováním přátel a kolegů, jejich vlastní iniciativou a k tomuto jednání by měl být vytvářen prostor (Vážanský, 1992, s. 21).

V moderní společnosti je možné se setkat s velkou škálou volnočasových aktivit, které můžeme zařadit do kategorií (Veselá, 1999, s. 26, Duffková 2008, s. 156-157): manuální aktivity (kutilství), fyzické aktivity (sport), kulturně-umělecké aktivity (hra na hudební nástroj), kulturně-rationální aktivity (četba a sebevzdělávání), společenské aktivity (oslavy, návštěva mše, veřejné aktivity, sociální sítě), hry, pasivní odpočinek, rekreace či chovatelské aktivity.

Kulturní aktivity jsou rozdělené podle vytváření vlastní aktivity jedince na receptivní, do kterých se jedinec zapojuje pouze pasivní formou jako určitý odběratel, a perceptivní, kdy je součástí realizace samotné aktivity a na jejím vzniku a průběhu participuje. Nabídka receptivních je v rámci mise omezena, proto hrozí jednostrannost aktivit receptivních, v doplnění o výše zmíněné aktivity sportovní. Toto není způsobeno jen omezením z pohledu výkonu mise, ale tato nerovnoměrnost se objevuje i v běžné populaci, a to z důvodu, že se obvykle jedná o aktivity oddechové, vázané na domácí prostředí a nejsou natolik specifické a založené na vlastním výběru a zájmu jedince, tak jako aktivity perceptivní. Naopak sportovní aktivity budou zastoupeny v tomto vzorku více, zejména z důvodu vytváření podmínek k jejich realizaci. V běžné populaci se naopak jedinci v pracovním procesu věnují sportu v menším měřítku, než děti či mladí dospělí (vysokoškoláci) (Proměny české společnosti, 2016, s. 3, 14). Stejně dostupné jsou ve volném čase i vzdělávací aktivity, podporována je zejména výuka cizích jazyků. Veřejné aktivity a zapojování se do různých spolků a hnutí je vzhledem k okolnostem téměř nemožné, stejně jako cestovatelské aktivity, které nicméně mohou být uspokojovány poznáváním nové kultury a zeměpisných specifik, zejména u vojáků, kteří jsou na zahraniční misi v této lokaci poprvé. Manuální činnosti či hry jsou poměrně dostupnou náplní volného času, zejména pokud se jedná o hry virtuální.

Také Pávková (2008, s.93-97) rozděluje volnočasové aktivity na produktivní, při nichž se jedinec aktivně zapojuje a receptivní, kdy pouze vnímá, co mu je předkládáno a je ohrožen konzumem a pasivitou. Připojuje i další faktory, jakými je intenzita zájmu od hluboké, jejichž cílem je dlouhodobé uspokojení, až po povrchní, fungující jako časová vata, u kterého nelze vydržet dlouhodobě. Dále zmiňuje hledisko časového trvání od krátkodobých, přes přechodné, dočasné až k dlouhodobým. Neméně důležité je členění podle stupně koncentrace na jednostranné a mnohostranné. Dle společenských norem na žádoucí, tedy pro společnost přínosné a nežádoucí, které mohou dosáhnout až patologické úrovně. Poslední kategorizace se řídí obsahem a dělí se na společensko- vědní, přírodovědně-ekologické, esteticko-výchovné, sportovně-turistické.

Forró (2014, s. 36) uvádí, že nejčastější aktivitou vojáků při výkonu zahraniční mise je sport v závěsu s komunikací s rodinou. Další aktivity jsou sledování filmů, četba, internet, spánek či studium. Pouze v minimálním procentu případů se dle jeho výzkumu

věnují vojáci kategorii volnočasových aktivit, které označuje jako jiné, tedy ty, které jsou pro ně jedinečné, a tedy čas vyplňují pouze tím, co jim je dopředu umožněno, což více než polovina dotazovaných ve výzkumu pana Forró, uvádí jako věc, která jim nevádí. Zajímavým zjištěním je také to, že dle názoru 99 % dotazovaných moderních veteránů má volný čas vliv na bojové úkoly a stejné procento se shoduje i na vlivu volného času na oprostění se od svých problémů. Dle tvrzení nadpoloviční většiny tráví volnočasové aktivity odlišně, avšak podmínky obvykle považují za dostatečné. Zároveň si téměř tři čtvrtiny dotazovaných myslí, že ostatní armády věnují volnému času a volnočasovým aktivitám více pozornosti, ale i přes toto tvrzení si volný čas většinou nepřejí organizovat a pokud ano, spíše od vrchního praporčíka než od velitele.

Řehulka, Spousta (1994, s.31) upozorňují na rizika, která mohou vzniknout při přílišné organizaci volného času, nebo lhostejnosti k jeho obsahu. V našem případě ze strany velitele jednotky, případně ve spolupráci s psychologem, kaplanem nebo vrchním praporčíkem. Jako zcela nepřijatelné hodnotí ve volném čase oba extrémní, týkající se plánování volného času. Lhostejnost a neorganizovanost může vést až ke vzniku sociálně patologických jevů, naopak přílišná organizovanost může vytvářet další fyzický a psychický tlak.

Těchto dopadů si je armáda vědoma, a proto upravuje volný čas vojáka a jeho možnosti v dokumentu koncepcie prevence sociálně nežádoucích jevů, které vydalo Ministerstvo obrany ČR již v roce 2009. Tento předpis upravuje volný čas vojáka při výkonu práce v ČR, ale nespecifikuje blíže situaci ve výkonu mise.

Vojáci AČR využívají organizaci volného času „Military Morale, Welfare and Recreation Program“ v jejímž rámci na volnočasových aktivitách participují účastníci všech armád pracujících na základně. Zpravidla nejaktivnější ve zřizování prostor a vhodných podmínek pro volný čas jsou příslušníci jednotek USA, kteří vybudují prostory a poté je zpřístupní všem příslušníkům armád. (Forró, 2014, s.16)

Dziaková (2009, s. 400-401) přitom upozorňuje na nevhodnost přenosu amerických zkušeností na českou armádu, ani v rámci natolik jedinečného prostředí základny, díky osobnostním specifikům Čechů, kteří jsou zvyklí na větší porci autoritativního vedení a mnohem méně na možnosti participace a s notnou dávkou vlastní iniciativy nebo zodpovědnosti, což lze vztáhnout i na volný čas.

## Hodnota volného času na základně

Hodnotné je pro nás to, co je pro nás důležité, čeho si ceníme a považujeme a pro co jsme ochotni něco vytrpět, něco si odříci nebo investovat. Život a životní přesvědčení vojáka jsou často postaveny na pevných hodnotových pilířích, jakými je čest, rodina, láska k vlasti, smysl pro spravedlnost nebo pomoc a ochrana slabších a podpora znevýhodněných. Ale jaké postavení má volný čas mezi těmito velikány? Hodnota není jen to, co člověk považuje za důležité či stěžejní.

Hodnota může být také tím, co koresponduje s našimi potřebami, zálibami, anebo to, čemu jsme vnitřně nakloněni (Kučerová, 1994, s. 10). Hodnotová orientace je ovlivněna mnoha faktory, nicméně v posledních desetiletích lze sledovat růst touhy po seberealizaci a kreativitě, díky čemuž dochází k posunu volného času v kontextu hodnot do popředí (Spousta, 1994, s. 10).

V rámci dostupných výzkumů v České republice je volný čas ceněnou hodnotou. Skoro 70 % dospělých občanů České republiky uvedlo v rámci šetření Target Group Index, že žádoucí stav je ten, v němž mají dostatečný volnočasový rozsah k nakládání dle vlastního uvážení a k realizaci svých zájmů a hobby. Zajímavostí je, že umístění vzdělávacích aktivit ve volném čase koreluje s úrovní vzdělání respondentů. Vysokoškolsky vzdělaní respondenti je řadí do popředí, na rozdíl od osob s nižším vzděláním (Tuček, 2003, s. 174-193).

Patrně je volný čas významnou hodnotou a jako hodnotu si jej uvědomujeme nejvíce, pokud není automatický. Volný čas by měl být dobře využíván, aby došlo k naplnění pocitu dosažení této hodnoty. Nutné je také zmínit souvislost kontrastu struktury volného času, v němž se střídá režim povinností a odpočinku. Volný čas by měl být doplněný i oblastí zábavy a zájmů tak, aby plnil funkci psychohygieny. U vojáků v nasazení totiž na rozdíl od běžných podmínek problémem zejména to, zda vůbec získají prostor k volnému času a otázka jeho využití se tedy může jevit jako druhotná. Řehulka (1994, s. 36) však podotýká, že relaxace a psychohygienu jsou náplní zejména ve volném čase. Je nutné, nehledět jen na jeho rozsah, ale i na to, jak je volný čas koncipován.

## Determinanty volného času

*„Diferenciace v pestrosti prožívání volného času jsou ovlivňovány věkem, pohlavím, vzděláním, rodinným stavem, tělesnou a duševní kondicí, zaměstnáním jedince a tradicemi daného prostředí“ (Faltýsková, in Spousta et al., 1998a, s. 16).*

V oblasti volného času se můžeme setkat s faktory, které determinují volný čas a člověka v jeho rámci, a to i v běžném životě mimo základnu. Mezi nejčastěji zmiňované patří vliv prostředí, faktor umístění jedince na společenském žebříčku, jeho charakteristické rysy osobnosti, věk či zdravotní omezení, vzdělání či ekonomický status, dokonce i pohlaví, ačkoliv je v dnešní době trendem genderové rozdíly stírat i na poli armády. Filipcová (1967, s. 56) dodává, že determinantem volného času je i fyzická kondice.

Protože podmínky na zahraničních misích jsou natolik specifické, je potřeba si uvědomit, že ačkoliv nám mohou vznikat determinanty volného času neobvyklé pro běžné podmínky, zejména determinant bezpečnosti, některé se naopak zcela stírají. Hodnotit socioekonomickou úroveň jedince je v těchto podmínkách složité, protože všichni jsou oblečeni ve stejnokroji, tráví volný čas na základě nabídky a nevytvářejí svou poptávku po aktivitách, které běžně využívají v místě svého domova. Také je odlišná intenzita jejich vlivu. Pravděpodobně největší vliv má bezpečnost a prostředí, a to ať ve smyslu materiálních možností, geografických a kulturních specifík, tak i jeho jasně danému územnímu vymezení. Naopak faktor fyzické kondice ustupuje do pozadí, protože jedince se špatnou fyzickou kondicí, případně zdravotním omezením na základně patrně prozatím nepotkáme. Jak již výše zaznělo, důležité dopady na volný čas v zahraniční operaci má bezpečí. Jednotlivé mise se mohou lišit v úrovni nebezpečí, a to s ohledem na zemi, ve které probíhají i jejich politických podmínkách, ale také na zaměření – větší prostor pro volnočasové aktivity nalézáme v rámci mírových operací ve srovnání s operacemi bojovými. Rozdílné možnosti jsou také dle úrovně a velikosti jednotlivých základů.

Forró (2014, s. 20) hovoří o rozdílech mezi Open Base, Forward Operation Base a Combat Outpost. Největší volnočasové možnosti umožňují Open Base, kde se můžeme setkat s komplexní volnočasovou infrastrukturou, včetně sportovních hřišť, kina či knihovny s připojením k internetu, kaple či rozsáhle vybavenému fitness, a to vše s neomezenou otevírací dobou. V případě Combat Outpost jsou již možnosti silně

omezené, v některých případech je možné vybudovat provizorní posilovnu a poskytnout přístup k internetu, ale ne vždy a za každých podmínek. V případě Forward Operation Base již není bezpečné umožňovat členům jednotky sdružovat se ke společnému trávení volného času. AČR v současnosti neužívá žádný předpis, který by určoval aktivity vhodné či nevhodné s ohledem k jednotlivým základnám. Často se tedy vychází z předpisů konkrétní základny. Až na místě se vytvářejí standardní operační postupy.

Dalším faktorem k trávení volného času, který není v domácích podmínkách běžný, lze zařadit silné emocionální vypětí, vzniklé steskem po domově. Dle Mackey (2008, s. 172) je možné poskytnout vojákům v tomto ohledu plnou podporu, pokud zajistí komplexnější péči o rodinu, například na poli volnočasových aktivit pro děti vojáků či podpůrné skupiny pro manželky/manžely a rodiny vojáků, či pomoci s nároky v zaměstnání, které partner vojáka ve výkonu mise má. V České republice se může jednat o pomoc s vyřízením žádosti na úpravu pracovní doby, na kterou má partner vojáka ze zákona nárok, podpora a pomoc s umístěním dítěte v zařízení předškolní výchovy dětí či pomoc se zprostředkováním odlehčovací péče.

## Prostředí, jeho typologie a specifika na základně

*„Konkrétní využívání volného času a všechny aktivity s ním související jsou podmíněné okolnostmi, které nepřímo dotvářejí možnosti jeho skutečného trávení. Jeden z významných faktorů v tomto směru představují životní podmínky v místě bydliště.“* (Mišovič, 2013, s. 3).

Prostředí, které vojáka na misi obklopuje na poměrně podstatnou dobu, ovlivňuje jeho každodenní fungování včetně volného času tím, že se v podstatě stává jeho velmi specifickým domovem. Voják musí na tuto změnu reagovat a přizpůsobit se jí. Odborná literatura uvádí různé typologie prostředí. Nejčastěji se lze setkat se základními děleními, buďto na přírodní a sociální, vnější a vnitřní anebo s dělením dle kritérií, například podle velikosti, na makro, mezo a mikroprostředí.

Například Prádka (1978, s. 69) uvádí, že prostředí vnímáme jako podmínku, která spoluutváří společně s ostatními faktory vývoj osobnosti člověka. Dále dělí prostředí do pěti kategorií, a to dle kritéria velikosti a rozsahu na mikro, makro a mezoprostředí. Dále podle aktivit jedince na prostředí pracovní, mimopracovní, vzdělávací a sportovní. Třetí typ dělení je vymezen podle organizovanosti na organizované institucionalizované a naopak na neorganizované či nezařazené. Následující skupina má územní kritérium dle teritoria a obvykle se kombinuje s jinými kritérii, jedná se tedy o doplňující faktor. Poslední dělení dle znaků charakteristické pro určitou skupinu, která se shoduje například v profesi, sociální skupině, věku apod.

Vliv prostředí na to, jak se jedinec chová, lze mimo jiné sledovat i na míře pracovní výkonnosti. Výkonnost je formována prostředím, v němž činnost probíhá (Bendl, 2015, s. 70). Vnější prostředí ve spojení s ostatními faktory determinují svým působením psychické stavy vojáka. Tyto psychické stavy mohou na pracovní výkonnost působit nejen negativně, ale také pozitivně tím, že vyvolávají nadšení či odhodlání (Pavlica, 1985, s. 165-169).

Ve vnějším prostředí práce lze nalézt velkou část objektivních příčin zátěže, jakými jsou například hluk vycházející z elektrocentrál, nedostatek světla, teplota, vlhkost vzduchu nebo stísněné prostory (Dziaková, 2009, s. 93).

Velmi významný vliv prostředí v Afghánistánu lze přisoudit také klimatickému podnebí. Tyto podmínky lze zařadit dle typologie do makroprostředí, protože jsou



to vlivy, které nemůžeme ovlivnit, pouze se jim přizpůsobit. Již v okamžiku, kdy voják vystoupí z letadla, všimne si suššího a řidšího vzduchu vlivem vyšší nadmořské výšky. V Afghánistánu se můžeme setkat s tuhými zimami a parnými léty. Tyto klimatické podmínky mají vliv na kognitivní procesy. Nižší či vyšší teploty, než je pro člověka běžné, mohou způsobit oslabení pozornosti a zvyšují únavu, zhoršují obratnost a mohou vyvolávat nepohodu při výkonu pracovních činností (Dziaková, 2009, s. 93). Podmínky na základně, které lze ovlivnit, se snaží vojáci přizpůsobit pro sebe co nejefektivněji. Vzhledem ke své ovlivnitelnosti patří tento typ vlivu do mikroprostředí. Jejich úprava je podstatná, protože práce v izolovaném prostředí může vést k psychickému přesycení, které pokud se s ním nepracuje nebo není možné je ventilovat, může přerůst až k pocitům nespokojenosti a po čase vést k neshášenlivosti ve skupině (Pavlica, 1985, s. 371). Za zmínku stojí i drobné úpravy, jakými může být úprava světel tak, aby docházelo k co nejnižšímu poklesu intenzity osvětlení a přizpůsobení světel v reakci na prokazatelné negativní vlivy umělého osvětlení. Častý pobyt pod umělým osvětlením prokazatelně způsobuje hormonální disharmonii, souvisí se vznikem depresí, může způsobovat letargii, melancholii, jsou ovlivněny nálady i chování. Zvyšuje se hladina stresových hormonů, čímž je ovlivněna nálada, spánek i celkové fungování organismu (Köster, 2010, s. 278).

Na prostředí však nelze pohlížet jen z úhlu materiálního a prostorového, ale také jako na místo, ve kterém jedinec sociálně funguje. Z tohoto úhlu pohledu je nutné podotknout, že prostory základny nejsou zrovna vhodné k dlouhodobému pěstování sociálních vztahů. Jedná se o jednotvárné, uzavřené prostory, s nulovým soukromím – na některých jsou vojáci ubytováni až po devíti mužích na jednom pokoji a vrcholem jejich soukromí je vyrobená zástěna z prostěradla. Dle Kunčové (2018, s. 144-148) tento stav velmi podporuje vznik určitého sociálního podráždění a v mnohých případech až k tzv. „ponorkové nemoci“, díky níž jedince začínají dráždit například i běžné činnosti denní potřeby, které kolegové ubytovaní ve vašem společném pokoji pravidelně vykonávají a na počátku zahraniční operace by se nad nimi nikdo nepozastavil. Postupně se však stávají nesnesitelnými, narušují spánek i chvíle odpočinku. Těmto stavům příliš neprospívá ani neustále se opakující denní režim: z pracoviště do tělocvičny, od jídelny k posteli.

V této fázi se projeví, jakým způsobem proběhla adaptace na takto specifické prostředí. Tématu adaptace se budeme hlouběji věnovat v samostatné kapitole adaptace. Nedostatečná adaptace na nově a uměle vzniklé sociální prostředí může vést k agresivitě. Což se dle výpovědí veteránů, ve spojitosti s jinými faktory působícími na vojáka na misi, také stává. Na základně na vojáka působí sociální prostředí v širším slova smyslu – jako společnost, i v užším slova smyslu – menších skupinách, například těch pracovních (Výrost, 2019, s. 299).

Formování kolektivní soudržnosti a pocitu jednoty se vytváří při společném plnění úkolů i každodenních činnostech. Největší živnou půdou pro jeho fungování nejsou vnější akce vojáků, ale v rámci společenského života a společenských akcí. Za velmi podstatný můžeme považovat zvyk žít a jednat podle společného plánu a podporovat skupinu (Lukow, 1961, s. 304).

### Materiální možnosti základny

Na základně je poměrně kvalitně rozvinutá infrastruktura služeb. Setkat se zde můžeme s knihovnou, ale také prádelnou. Stravování zde probíhá ve dvou hlavních budovách, které jsou otevřeny tak, aby umožňovaly čtyři jídla denně. Na základně je také možnost navštívit restaurace, například specializující se na hamburgery, pizzu, mexické speciality či dokonce libanonskou kuchyni. V nabídce lze zde také nalézt několik fitness tělocvičen, některé jsou přístupné i dvacet čtyři hodin denně. Základna HKIA má vlastní expediční část, v níž je možné na příděl získat toaletní potřeby. Dále se zde nachází afghánské tržiště, kde je možné zakoupit šperky, šátky, nášivky, elektroniku nebo dokonce koberce. Místní prodejci respektují platbu v dolarech. Na základně se nalézají dva bankomaty. Dostupné wifi připojení v ubytovacích prostorách umožňuje kontakt s rodinou v době mimo pracovní povinnosti. K tomuto účelu může posloužit také pošta, což je v podstatě dobrovolnický počín. Má otevřeno denně pouze na hodinu mezi půl šestou a půl sedmou večerní. V případě výjimečných případů jako je narození dítěte, nebo vážné nemoci člena rodiny, jsou udržovány pohotovostní komunikační služby za pomoci a podpory Červeného kříže. V obytné části jsou dvě palandy, psací stůl, skříň. Občas může na pokoji po předchozích obyvatelích zůstat například police, ale jinak cokoliv nad výše uvedený základ, musíte pořídit vlastními silami a s ohledem na limity dané tím, že se o pokoj dělíte. (Newcomers -U. S. Airforces central command)

## Příprava vojáka a nejčastější obtíže vojáka v zahraniční operaci

Voják, zejména pokud se jedná o jeho první nasazení v zahraničí, se stýká s novými situacemi, na které byl do této doby pouze připravován a jak se někteří zkušení veteráni shodují, dokonce se náhle setkává i s některými situacemi, na něž se ani při největší snaze připravit nelze, ačkoliv na jejich existenci byl opakovaně upozorňován. Z tohoto důvodu je důležité, aby příprava měla přesah do péče o fyzické i psychické záležitosti vojáka, a to nejen před, ale i v průběhu mise a prokazatelně je tato péče nutná i po jejím ukončení.

Tak jak v novodobých konfliktech vzrůstají nároky na vojáka, je nezbytné, aby příprava byla všestranná a zahrnovala nejen vojenskou a technickou připravenost, ale také přípravu morální a psychologickou.

V tomto ohledu jsou stále se zvyšující nároky, zejména na osobnost velitele jednotky, který musí být schopný nejen bojovat, ale také vést a řídit své podřízené. Mezi nezbytné vlastnosti velitele patří také pedagogické a organizační vlastnosti (Naše vojsko, 1977, s. 14-15). Respektive by měl ovládat vojenskou pedagogiku a způsoby její aplikace. Na základě této své pracovní náplně má velitel, a to nejen v případě zahraniční mise, jako jeden z úkolů, podněcovat ve své jednotce aktivity, které budou nadále rozvíjet jejich osobnost, zejména v rámci dostupného volného času a tím předcházet obtížím nejen v oblasti „human relations“, tedy mezilidských vztahů. Vojákům, kteří se účastní mise, by mělo být v rámci možností umožněno rozvíjet své zájmy, zejména v oblasti kultury či sportu (Piffl, 1993, s. 43).

Problémy vojáka v misi lze zařadit do několika oblastí. Za první oblast lze považovat oblast týkající se zdraví. Vzhledem k podmínkám, nimž je voják po dobu několika měsíců vystavený, je nutné zmínit kategorii fyzického zdraví. Do této kategorie je možné zařadit různé typy úrazů, které hrozí z podstaty života v konfliktu, jako je postřelení, zranění výbuchem nebo poměrně častými sesuvy půdy, které jsou v této oblasti známým, a přesto složitě předvídatelným rizikem, ale také ohrožení bakteriálního či virového původu nebo riziko poškození zdraví chemickými látkami a jinými exogenními vlivy. Mezi stěžejní oblasti, ve kterých dochází k poškození zdraví, patří vyčerpání organismu a psychosomatické dopady psychické zátěže v misi.

Mezi psychickou zátěž způsobující zdravotní problémy v průběhu mise řadíme především stres (bojový i každodenní), frustraci, skupinové napětí, vliv

stereotypu/monotonie, adaptační obtíže, následky traumat, duševní překážky narušující soustředění, vliv únavy, strachu či dlouhodobou pracovní zátěž (Dziaková, 2009, s. 226).

Poměrně silně prožívanou překážkou z pohledu vojáka se stává otázka motivace, se kterou do výkonu mise vyjížděl. Pokud jedinec jde do podobného rizika s touhou přinést něco dobrého světu, účelně pomáhat a podporovat mír, může být v kontrastu s realitou v těchto zemích jeho úmysl pokoušen. Důvodem k tomu může být přístup občanů dané země. Místní obyvatelstvo může mít často k vojákům zahraniční armády ambivalentní pocity a postoje. Z výpovědí jednotlivých veteránů plyne, že se lze v misi také setkat s neúčelným využíváním pomoci, jejím zneužíváním nebo dokonce plýtváním poskytnutými zdroji, což může být výsledkem kulturních odlišností a zvyků. Pohledem naší kulturní optiky je toto jen těžce pochopitelným jevem. V případě, že práce, kterou vojáci AČR odvádějí při výkonu mise, vyvolává rozpaky z pozice místních nebo je viditelně neúčelná či zneužívaná, může dojít k pochybám o patřičnosti jejich vlastního konání a pochybám o správnosti či smysluplnosti vojenské síly.

Již velmi známý myslitel Carl Von Clausewitz ve své knize ON WAR tvrdí, že válka je oblast tělesné námahy a svízelná, ale především oblast nejistoty – ze tří čtvrtin se válka odehrává v mlze nejistoty, která je ještě prohloubená, pokud se jedná o primitivní, výbojný národ, jehož válečný duch je hnán úplně odlišnými pohnutkami, ne nutností, ale určitým vnitřním nutkáním a proto je ze strany vojáka vyžadováno vnitřní přesvědčení a odvaha pramenící z vnitřních pohnutek jako je láska k vlasti či nadšení pro věc (Clausewitz, 1993, s. 23).

Tyto pochybnosti a pocity mohou vést až k frustraci, která zásadně ovlivňuje působení v konfliktu a úspěšnost mise (Litz, King, 1997, s. 1001-1010). Smysluplnost konání jednotlivce v rámci zahraniční operace by ideálně měla být podpořena nejen vnitřní názorovou shodou vojáka, ale i smysluplností jeho konání v očích rodiny a ocenění ze strany kolegů a veřejnosti (Segal, 1993, s. 612-620).

Druhou stranou mince může být právě i schopnost vojáka adaptovat se na nové prostředí, kulturu, zvyklosti a přijmout to, že v nich bude muset poměrně dlouhou dobu fungovat a respektovat je. Ve výkonu mise je to o to těžší, že se zde nestřetává pouze kultura česká a v našem konkrétním případě afgánská, ale v rámci základny i kultury zemí dalších zúčastněných členských států NATO či zúčastněných nečlenských států NATO.

Pokud voják není schopný přijmout rozdílnost ve smýšlení jednotlivých kultur, může na základě bezmocnosti projevovat znaky traumatizace, xenofobního chování či prvky nacionalismu (Kennedy, Zillmer 2006).

## Adaptace

Adaptace je proces vyrovnávání se s kladenými nároky v návaznosti na prostředí (Paulík, 2017, s. 13).

V našem případě se objevují dva základní druhy adaptace: pracovní a sociální. Oba tyto druhy adaptace musí voják AČR v rámci mise zvládnout, navíc oba současně, a i když se vzájemně prolínají a doplňují, mohou se vyvíjet zcela odlišně.

Pracovní adaptace se odvíjí od pracovního zařazení jedince a předpokladů, jimiž je pro tuto pracovní pozici vybaven. Dále také dovednostmi, schopnostmi a z části také zkušenostmi jimiž voják disponuje. V širším pojetí jej lze vnímat jako osvojení profesních schopností a zvládnutí nároků prostředí, pracovních směn a přizpůsobení se organizaci jako funkčnímu celku (Slaměník, 2008, s. 206).

V ideálním případě by měla pracovní adaptace ve spojení se sociální adaptací v pracovní skupině, vést k pracovní spokojenosti. Ta spolu s ostatními složkami života ovlivňuje spokojenost vojáka a vede k úspěšnému zvládnutí všech překážek hrozící při životě na základně.

Pracovní spokojenost ovlivňují činitelé, jakými jsou například náplň vykonávané práce, podmínky, ve kterých pracovník činnost provádí (fyzikální podmínky), odměna za odvedenou práci, pracovní postupy a jejich zvnitřnění, přístup velitele, spolupracovníci a v menší míře i faktory jakými jsou organizace práce, informovanost nebo komunikace (Slaměník, 2008, s. 242).

I když se může voják v prvních fázích mise na pracovní požadavky adaptovat celkem snadno, a dokonce v sobě nacházet určité nadšení z toho, že konečně se jeho teoretické znalosti mohou prolínat do reálné praxe, je třeba myslet na to, že pracovní adaptace je proces, který se jen blíží k ideálnímu stavu, a že podmínky se v průběhu mise mění a je třeba na ně pružně reagovat. Nadšení totiž obvykle vlivem monotonie práce i života na základně uvažá a může dojít k hlubokému propadu nejen výkonnosti, ale také pozornosti, což vzhledem k okolnostem může mít katastrofické následky.

## Délka zahraniční mise a její fáze

Zahraníční mise trva zpravidla šest měsíců, může však být pod tíhou okolností prodloužena až na období jednoho roku, čehož si je každý voják vědom. Období mezi jednotlivými misemi, je minimálně 18 měsíců dle nařízení AČR. Ve zvláštních případech může být udělena výjimka a tato pauza může být zkrácena.

Doporučená pauza, ve které by neměl voják znovu nastoupit do výkonu mise je nejméně jeden rok (Nový, 2012).

V současné době se však, nejen v AČR projevuje trend spíše prodloužení této lhůty pro klidové období a naopak zkracování doby jednotlivých misí na čtyři měsíce.

Dziaková (2009, s. 370) definovala čtyři fáze mírové mise na fázi adaptace, normalizace, stereotypie a nakonec na fázi závěrečnou. První fáze trvá přibližně první měsíc a půl. Voják je ve fázi poznávání, a to nejen života na základně se všemi jejími specifiky, ale především s kulturou, která je výrazně odlišná od naší střeoevropské, nejen na úrovni mezilidských vztahů, ale i v maličkostech jako jsou pravidla silničního provozu, apod. Právě v tomto období je velmi důležité soustředit pozornost na to, zda není adaptace něčím narušena a pokud ano, včas zasáhnout, jinak mohou být následky destruktivní pro jedince i skupinu. V této fázi je také důležité vytvoření si určitého relaxačního stereotypu, seznámení se s možnostmi trávení volného času na základně, s jejichž pomocí se dokáží vyrovnat se zátěží, která se na misi kumuluje. Dále, téměř do poloviny období mise, hovoříme o fázi normalizace. Pro tuto fázi je typické vysoké pracovní tempo, minimum konfliktů jak mezi vojáky na základně, tak vztahů s rodinou. V kontrastu k fázi normalizace je fáze stereotypie. V tomto období se objevuje ponorková nemoc.

Nejlepší prevencí proti ponorkové nemoci je vhodné trávení volného času, díky kterému je pozornost odváděna jinam (Deckerová, 2010).

Pokud není umožněno tento tlak odfiltrvat, může ve skupině docházet ke konfliktům, vzájemné nesnášenlivosti a ve vyhrocených situacích až k šikaně (Svobodová, 2008, s. 18).

V této fázi se mohou již objevovat i problémy v domácím prostředí vojáků. Komunikace s rodinou již není tak plynulá, témata rozhovorů se neustále opakují, může se objevovat žárlivost.

Dle Dziakové (2009) se v závěrečné fázi objevuje také vysoký podíl nehodovosti. Pozornost vojáků klesá, protože se stáčí k záležitostem v domovině a také k povinnostem i radostem v blízké době po návratu domů. I když se nálada stává veskrze pozitivní, objevuje se i riziko fatálních chyb vlivem snížené pozornosti. Zde je opět velmi důležitý postoj velitele úkolového uskupení, který je zodpovědný za to, aby své podřízené zaměstnal a to buďto, někdy i uměle vytvořenou, prací, anebo rozšířenou nabídkou volnočasových aktivit, například formou slavení.



## Frustrace a přesycení

Frustrace je termín, označující negativní emoční stav jedince, jemuž je okolnostmi bráněno v dosahování stanovených cílů, anebo uspokojování jeho objektivních i subjektivních potřeb (Machač, 1988, s. 82).

Frustrace může být endogenního charakteru, tedy reakcí na vnější faktory či exogenního, vnitřní faktory (Paulík, 2017, s. 79).

Z dostupných zdrojů lze v současnosti říci, že mezi nejčastější reakce na frustraci můžeme zařadit agresi. Mezi další reakce patří například fixace, rezignace, zvýšení úsilí za účelem dosažení požadovaných výsledků, upadnutí do stavů deprese, racionalizace neúspěchu nebo únik do vlastní fantazie a představ. Pokud je frustrace patologicky dlouhotrvající stav, vede k psychickému stavu nesoucí název deprivace.

Na zahraničních misích se můžeme setkat i s druhým velmi zajímavým jevem a to přesycením. Přesycení je v podstatě opakem deprivace/frustrace. Přesycení vzniká, pokud člověka zahrnují stále stejnými podněty, které dlouhodobě vedou ke zhoršení pozornosti a výraznému snížení zájmu o práci.

Deprivace i přetížení díky jednostrannému přesycení vede vždy ke stresu s následnými závažnými důsledky. Jedinec pod jejich vlivem pocítuje touhu utéci, což není v dané situaci možné, protože základnu už v podstatě zná z paměti a dokáže pojmenovat každý flek na stropě v ubikaci. Zde může přijít zlom a překlopení do agrese. Člověk se podvědomě chrání před těmito důsledky tím, že se spojuje do sociálních skupin, které si vytváření normy a pravidla jednání, jejichž respektování brání každému jednotlivci upadat do deprivace z neuspokojených potřeb. Navíc, je prokázáno, že pokud je větší počet lidí ve stejné situaci, mohou ji společně probírat, pomáhat si navzájem nést její tíhu anebo toto břemeno nadlehčovat, například díky humoru. Bohužel, nevhodné reakce na frustraci a přesycení, mohou vztahy ve skupině výrazně narušovat. Může docházet k vyčlenění – zpočátku „zdravého jádra“ a jeho postupným odtažení od ostatních a jejich vyčlenění.

## Vztahy v misi a zvládání konfliktů

Dobré vztahy v kolektivu jsou nejlepším bojem se zátěží a stresem, tedy copingovou taktikou, ale také prevencí ponorkové nemoci, a proto je důležité vytvářet k rozvoji vztahů živnou půdu a dopřávat vojákům prostor pro jejich upevňování a rozvoj. V tomto případě lze hovořit o nutnosti organizovaného volného času a zábavy. V případě, že není využíváno této copingové strategie, mohou se objevit i negativní způsoby zvládání stresu, například přejídání se nebo nadměrné kouření.

Pro některé lidi mohou být podstatnou oporou bohoslužby a možnost popovídat si s vojenským kaplanem (Roušar, 2002, s. 59). A to nejen v případě věřících, ale zejména v případě, že si například lidsky nerozumí s vojenským psychologem. V případě nedůvěry k psychologii, nebo psychologovi jako osobě, či jeho zkušenostem, může dojít k ohrožení pozitivních sociálních vazeb nejen u jedince, ale u celé skupiny. Pozitivní sociální vazby nejsou důležité jen z důvodu klima ve skupině, podporují také pozitivním způsobem celkovou adaptaci vojáka. Naopak špatné mezilidské vztahy mohou způsobovat stres.

Mezilidské konflikty jsou nejčastějším důvodem dysfunkcí ve vztazích v organizaci, nejčastěji se objevují u lidí v častém kontaktu s ostatními (Vašina, 1999). Na zahraničních misích dochází v podstatě k úplné ztrátě soukromí a kontakt s ostatními je v podstatě nepřetržitý. V podmínkách na zahraniční operaci hrozí, že tato rizika budou vyhnána k maximu a dopady se mohou projevit i v kolektivu, ve kterém by se v běžných pracovních podmínkách vůbec neprojevil.

Mezi další důvody napjatých vztahů na základně můžeme zařadit například působení poplašných zpráv, přecházení problémů mezi vojáky bez ochoty hledat kompromisy, nevhodně zvolený/nedostatečně schopný velitel nebo závist. Všechny tyto faktory mohou vést ke snížení pracovních schopností jednotky a přivodit destruktivní propad morálky. Pokud velitel či psycholog (případně kaplan) včas a vhodně nezakročí, dochází k emocionální a sociální zátěži, ve vyhocených situacích až k šikaně.

Jako ukazatel dobré adaptace na sociální podmínky – adjustaci – nám může posloužit schopnost vykonávat požadavky, které nám plynou ze sociálních rolí.

Adjustace ve vojenských podmínkách má svá specifika, protože vojenské prostředí je velice jedinečné a vlivy na vojáka působí v souhrnu, a ne jako jednotlivé drobné vlivy.

Silně působí odloučení a přerušování pravidelnosti doposud udržovaných vztahů, specifika ubytování na základně, přísný režim zahrnující práci, jídlo, spánek i jasně vymezený čas na hygienu (Dziaková, 2009, s. 504).

Pokud se jedinci toto nedaří, jedná se o maladjustaci. Pokud hovoříme o maladjustaci, můžeme na ni hledět buďto ve vztahu k sobě samému – tedy jak sám sebe hodnotím, jak se dokáži kontrolovat a jakým způsobem sám sebe hodnotím. Druhý pohled na maladjustaci je ve vztahu k mému bezprostřednímu okolí, ale i tomu vzdálenějšímu, jako je například rodina. Tento pohled zahrnuje také respektování specifických norem, kulturní specifika a zásady prostředí, jimž by se měl voják podřídit, respektive přizpůsobit.

*„Maladjustovaný voják projevuje výraznou emocionální instabilitu, psychickou nevyrovnanost, jeho chování a postoje odrážejí nedostatek uspokojení a ve svém okolí působí rušivě. Je zdrojem konfliktů, výchovných problémů a těžkostí“* (Dziaková, str. 507, 2009).

Aby se maladjustovanost vojáka nedostavila, je nutné soustředit pozornost na systematickou organizaci adaptace vojáka od první chvíle, tedy ještě před příletem na základnu. Podporovat vznik prosociálních návyků a následně je ve skupině vhodně utužovat, aby došlo k jejich zvnitřnění. Významná je také složka psychologické prevence v oblasti sledování individuálních projevů v rámci úkolového uskupení, případné maladjustační projevy ve skupině nezlehčovat a upozornit na ně vojenského psychologa nebo velitele.

## Stres, trauma a zvládání náročných životních situací

Stresory, tedy podněty výrazně narušující rovnováhu organismu a jeho běžnou adaptační kapacitu, které na účastníky misí působí, jsou jedinečné v tom, že zahrnují jak bojově-traumatické stresory, tak chronický stres, vycházející ze zátěže, konfliktů rolí, odloučení od rodiny a jiných intenzivně působících vlivů prostředí (Lamerson, 1996, s. 195-204).

Příslušník AČR se pohybuje v půlročním napětí a stresu, kterému předchází ještě několikaměsíční napětí, stres a strach z neznámého či odloučení před odjezdem. Navíc zažívá ohromné stresové období i po návratu, kdy sice odpadá výše zmíněný bojový stres, nicméně chronické stresory zůstávají a přidává se ještě tlak ze strany rodiny, běžných pracovních záležitostí a povinností, které půl roku „čekaly na vyřízení“. Z tohoto důvodu je podstatná také práce s rodinou, která by na návrat vojáka zpět měla být připravována ve stejné, ne-li větší míře, aby věděla, jakým způsobem s vojákem jednat. Co z jeho strany mohou očekávat, k jakým změnám v chování či jednání může dojít.

Je velmi důležité zprostředkovávat informace o stresu a zátěži vojákům, připravovat příslušníky AČR v rámci prevence na rozpoznávání negativních vlivů stresu na vlastní organismus, umožnit o jejich dopadech hovořit s odborníkem a zprostředkovat jim dostatek prostoru pro jejich zpracování v době odpočinku a volného času. V rámci mise jinak hrozí narušení „well-being“, tedy stavu celkové pohody. Při dlouhodobém vlivu bojových i chronických stresorů dochází v první řadě k bezprostředním projevům zátěže a stresu a v řadě druhé k účinkům trvalého rázu. Lze také rozlišovat aktivní a pasivní reakce na stres. Mezinárodní klasifikace nemocí shrnuje onemocnění související se stresem do oddílu F43 nesoucího název – „Reakce na závažný stres a poruchy přizpůsobení“, kam spadá i posttraumatická stresová porucha nebo akutní reakce na stres, které se u vojáka mohou projevit zejména pod tlakem bojově traumatických stresorů.

Při silně stresující situaci nebo katastrofické události, hrozí psychické zranění. Na tento tlak nemůže jedinec smysluplně reagovat, ať už útokem či únikem, následkem čehož vzniká trauma. Pokud je mu na něj znemožněna reakce, dojde k hlubokým a trvalým změnám v psychice, které mohou přetrvávat velmi dlouho, ať už očividně či skrytě. Tyto změny mohou být hluboké a trvalé. Nemožnost úniku z dané situace koresponduje s nemožností jejího uchopení a pochopení.

Takovou znalost z pohledu životních zkušeností lze označit za neobvyklou. Neexistují na ni kognitivní schémata. Člověk není schopný jednat vlivem extrémní situace a hlubokého rozrušení (Vizinová, 1999, s. 17).

Psychotrauma vzniká po prožití intenzivního negativního zážitku souvisejícím se smyslovým vnímáním. U armády je vysoce pravděpodobné, že k traumatizujícím zkušenostem dojde, protože náplň práce s takovými zážitky často úzce souvisí, a to nejen v rámci zahraničních operací, ale také v běžné pracovní době a v průběhu cvičení v ČR i mimo ni. Tato traumatizující zkušenost nemusí příslušníka armády potkat pouze jednou v životě a může se stát, že voják bude na každou takovou situaci reagovat jinak a bude ji rozdílně zpracovávat. Neplatí, že pokud se jedná o zkušeného vojenského veterána, je možné upustit od práce na prevenci a následné péči. Vlivem jakékoliv negativní intenzivní zkušenosti tohoto charakteru se u vojáků může kdykoliv rozvinout posttraumatická stresová porucha nebo posttraumatický stresový syndrom- bez ohledu na předchozí zkušenosti.

## Posttraumatická stresová porucha (PTSD)

Pokud hovoříme o PTSD je důležité se uvědomit, že se jedná o onemocnění – duševní poruchu. Okolnosti jejího vzniku jsou jedinečné, tak jako každý jednotlivec, který se s touto poruchou léčí. Ano, prozatím lze tuto poruchu pouze léčit a naučit jedince trpícího jejími projevy, aby s nimi fungoval v běžném životě a naučil se s nimi pracovat, ačkoliv život každého jedince s touto nemocí může být jako v mlze, beze smyslu a jedinci, kteří po různorodých traumatech prožívají PTSD mají velké problémy se soustředěním a koncentrací pozornosti, což samo o sobě ztěžuje léčbu. PTSD může být akutní nebo chronická, která má pozdější nástup, například v okamžiku, kdy se voják vrací domů. (Kulíšek, 2011, s. 1-7)

Z dostupných pramenů vyplývá, že ne u každého, kdo si extrémně stresující zátěžovou situaci prošel, se rozvíjí PTSD.

Diagnostická kritéria pro PTSD dle MKN- 10(11) v sekci pro poruchy spojené se stresem jsou:

- 1) prožití situace mimo běžné lidské chápání
- 2) opakované prožívání situace – ve snech, halucinacích nebo formou vtíravých myšlenek a následně pociťované úzkosti nebo naopak neschopnost si situaci vybavit a popsat
- 3) vyhýbání se tématu, neochota se k stresujícími prožitku znovu vracet nebo jej řešit s odborníkem
- 4) negativní psychické stavy, přehnané a nepřiměřené reakce a zvýšená dráždivost nebo naopak útlum

Posttraumatická stresová porucha a posttraumatický stresový syndrom jsou dle tvrzení vojenského psychiatra pplk. Jana Vevery, PhD., vedoucího 7. polní nemocnice a v současnosti hlavního psychiatra AČR, naštěstí doposud u příslušníků AČR spíše neobvyklým jevem, jedná se přibližně o jedno procento (Vevera v rozhovoru pro Český radiožurnál, 2018).

Důvodů, proč se vojákům AČR daří se těmto trvalým následkům vyhýbat, může být několik. Z dostupné literatury (Mareš, 2012, Vevera 2018, Parker, Call, Dunkle a Vaitkus, 2002, Adler a Castro, 2007, Burrell, 2006) vyplývá, že faktorů je mnoho, mezi nejčastěji zmiňované patří: kvalitní příprava a psychologická prevence, dostupná

psychologická péče a poradenství ze strany vojenských psychologů a kaplanů, pečlivý výběr při výběru účastníků zahraničních misí, komunikace s rodinou v průběhu mise, vyspělost a pracovní zkušenost daná věkem a délkou pracovních závazků v AČR, služebním obdobím, které bývá obvykle půlroční a se zákonem danou pauzou mezi jednotlivými výjezdy do mise (na rozdíl například od příslušníků USA Army, kteří mají obvyklý úvazek na šest až osmnáct měsíců a pauzy mezi jednotlivými rotacemi nejsou časově omezeny zákonem jako v případě ČR – pokud se tedy projeví dopady na psychiku s typickým odstupem, hrozí, že bude voják již znovu nasazen), sociální zázemí základny umožňující využívat volný čas.

Pokud už se následky distresu u příslušníků AČR projevují, častěji se objevují u osob, které jsou v misi zařazeni na pozici zdravotníka. Tyto osoby jsou zařazeny do periferních oblastí základen, častěji zažívají raketové i sebevražedné útoky a vzhledem k ošetřování zraněných vojáků jsou vystaveni vyšší míře chronického distresu (Krutíš, Mareš, 2011, s. 245-256).

Tento negativní jev ustupuje v případě, že se jedná o opakovanou službu vojenského zdravotního personálu na zahraniční misi. (Mareš, 2012, s. 157)

Neméně podstatný vliv na psychiku vojáka má vliv chronického stresu, kterému je vystaven a vzniká na základě každodenního zvládání drobných těžkostí.

Vymětal (2009) dělí stresory na: tělesné – například námaha či bolest, emocionální – stesk, obavy, strach, kognitivní – vliv negativních myšlenek, starostí a neustálého očekávání, fyzikální – chlad/horko či hluk, biochemické – nikotin, kofein, psychotropní látky, komplexní – konflikt, časový nátlak, změny.

Voják v rámci mise bojuje se zátěží spadající do všech zmíněných kategorií. Spadá sem například boj s pocitů osamělosti, únava, potíže se spánkem, proměnlivost mezilidských vztahů, stesk po rodině, problémy s komunikací či sociálním zařazením nebo dokonce nudou způsobenou dlouhodobou izolací na základně, což jsou hlavní příčiny psychického a fyzického vypětí. Ačkoliv tyto podněty nejsou extrémně silné, jako u traumatických situací, může díky jejich nakumulování a dlouhodobosti dojít k překročení únosné meze. Proto je nutné optimalizovat způsoby vyrovnávání se se zátěží, včetně využívání sociální opory ve skupině, společně tráveného volného času a všech zbylých možností boje se stresem a zátěží.

Z tohoto důvodu je součástí týmu i vojenský psycholog, jehož náplní práce je mimo jiné i psychická pomoc a podpora na takové úrovni, aby se z traumatizující zkušenosti nezrodila posttraumatická porucha či syndrom, ale i jednání na preventivní úrovni, kdy na základě práce s lidmi vyhodnocuje rizika a předchází rizikovým situacím a konfliktům ve skupině, nebo provádí přednáškovou činnost před návratem. Neméně důležitou pozici má i vojenský kaplan. Je případným zájemcům z řad příslušníků AČR v Afghánistánu k dispozici. Zajímavostí je, že v současné době, na rozdíl od psychologů, je k dispozici jeden vojenský kaplan pro více základen, které navštěvuje. Tento trend nepovažují za nejšťastnější z vícera hledisek. Pokud voják jako individuum například osobnostně nesympatizuje s druhým vojákem, který je na pozici vojenského psychologa, je tím připraven o druhou možnost pravidelné pomoci a podpory. Druhým hlediskem může být i určitý spirituální přesah, psychická podpora pro příslušníka AČR hlásícího se svým vyznáním k církvi.

A. A. Stone společně s J. M. Nealem (1984) vytvořili nástroj k měření zvládnání každodenních příkoří. Dle autorů mají tyto drobné, ale dlouhotrvající problémy větší dopady, než náhlé a silné podněty. Zajímavé je, že soustředili svou pozornost na oblasti, které se částečně překrývají s volným časem, jakými je například – relaxace, katarze, hledání sociální opory, otázky víry, přijetí problémů, přímá akce, změna definování volného času nebo odvedení pozornosti.



## Česká republika pomáhá

Českou republiku lze na poli účastníků zahraničních misí označit v podstatě za zkušenějšího nováčka, protože se Česká republika v oblasti zahraničního působení připojila k ostatním zemím až v roce 1989. Lze říci, že období od roku 1989 až do roku 1999 můžeme označit za období získávání prvních cenných zkušeností. Od této doby byla Česká republika zapojena do více než 30 zahraničních misí různorodého charakteru.

Ke změně pojetí zahraničních misí pro Českou republiku došlo, když v březnu 1999 vstoupila Česká republika mezi členy Severoatlantické aliance. Od této chvíle se nejednalo o pár desítek mužů získávajících zkušenosti, ale již v plném rozsahu začal působit v Bosně český kontingent téměř šesti set mužů a Češi začali být aktivní i na území Iráku, Sierry Leone, Chorvatska, Makedonie, Gruzie, Tádžikistánu, Albánie, Bosny a Hercegoviny, Gruzie, Náhorního Karabachu, Čečenska či Kosova (Ministerstvo obrany, 2012).

V současnosti se účast České republiky na zahraničních misích řídí Obrannou strategií státu. Obranná strategie státu především ukládá zajišťování ochrany státu a plnění hlavních úkolů obrany státu. Vychází z právních předpisů, jakými je zejména Ústava České republiky (především ústavním zákonem č. 1/1993 Sb., Ústava České republiky; ústavním zákonem č. 110/1998 Sb., o bezpečnosti České republiky), mezinárodními úmluvami a dalšími zákonnými dokumenty jakými jsou například zákon č. 219/1999 Sb., o ozbrojených silách České republiky; zákon č. 221/1999 Sb., o vojácích z povolání; zákon č. 222/1999 Sb., o zajišťování obrany České republiky a jiné.

Obranná strategie státu navazuje na Bezpečnostní strategii ČR, Strategickou koncepci NATO a Globální strategii ČR. Nejdůležitějším úkolem Armády České republiky je obrana státu proti vnějšímu napadení a na základě Severoatlantické smlouvy také pomoc s kolektivní obranou území členských států NATO, kam spadá i účast na zahraničních operacích, nebo také cvičení či alianční obranné plánování. AČR se taktéž podílí na činnostech vedoucích k udržení míru, bezpečnosti, záchranných a humanitárních akcích. (Ministerstvo obrany, 2017)

Za vojenskou misi lze považovat plnění bojového úkolu v jasně vymezeném čase, prostoru i podmínkách (Litz, Gray, 2004, s. 909-913). V současné době se tedy Česká republika neúčastní žádné bojové mise. Poslední bojovou misí byla mise Enduring

Freedom v Afghánistánu mezi lety 2002 a 2003. Ostatní mise v současnosti lze označit za mise mírové (Peacekeeping) – tedy operace vedoucí k udržení míru.

Čeští vojáci jsou v jednotlivých misích zařazováni na základě požadavků mezinárodních organizací a jejich úkoly vyplývají z mandátů jednotlivých misí. Vojáci AČR se aktivně podílejí na řízení misí, mohou ale také monitorovat politickou, vojenskou a bezpečnostní situaci, či aktivně spolupracovat s nevládními organizacemi humanitárního charakteru nebo poskytovat podporu při řešení sporů mírovou cestou. Dle oficiálních internetových stránek ministerstva obrany v současnosti na základě spolupráce v NATO, EU a OSN probíhají zahraniční mise Resolute Support v Afghánistánu, Baltic Air policing v Lotyšsku a Litvě, KFOR v Kosovu, EU NAVFOR SOMALIA v Somálsku, BIH – eufor and althea v Bosně a Hercegovině, Eunafor med Sophia – problém migrace z Afrického kontinentu do Evropy, MINUSMA v Mali, Írák, Sinaj na území Egypta/Izraelem, UNDOF v Izraeli a další mise, které lze nazvat jako pozorovatelské – MONUSCO v Kongu, UNMIK v Kosovu a nakonec MINUSKA ve Středoafričské republice (Ministerstvo obrany, 2019).

### Resolute Support – mise rozhodné podpory

Misi Resolute Support předcházela mise International Security Assistance Force – ISAF již od roku 2001 na základě dohody mezi Afganistánem a OSN A od 11. srpna 2003 v područí NATO. Jejím úkolem byla především podpora afgánské vlády s udržováním bezpečnosti v místě působení aliančních jednotek, podpora úřadů v nabývání a rozšiřování pravomocí ve všech koutech země, vytvoření a udržení podmínek pro realizaci demokratických voleb a obnovu právního státu po svržení Talibanu. ISAF se zúčastnili členské státy NATO, ale také mnoho států nečlenských. Česká republika působí v Afghánistánu již od roku 2002, kdy byla vyslána do Afghánistánu- 6. polní nemocnice. (Natoaktual, 2010) Souběžně s misí ISAF proběhla i operace bojového charakteru Enduring Freedom – trvalá svoboda, a to v letech 2008 a 2009 ve třech rotacích. Jejím úkolem byl průzkum, úderné akce a eliminace nepřítele, čímž se výrazně lišila od nadcházejícího trendu podpory samostatnosti Afgánské vlády a bezpečnostních složek. Mezi vojáky se pro tuto část působení Armády ČR vžil poněkud otevřený pojem „čištění“.

První čistě český rekonstrukční tým byl do Afghánistánu vyslán v březnu roku 2008 do provincie Lógar nedaleko Kábulu. Při jeho působení byl již přikládán větší důraz

na budování míru, který by měl následovat po předchozí vojenské stabilizaci. Za cíl působení tohoto týmu v Afghánistánu byly určeny tři projekty rekonstrukční povahy nesoucí název PRT. Český PRT byl aktivní v bezpečnostním sektoru jako podpora ve výcviku afgánské národní armády a afgánské národní policie, pomoci ekonomickému a sociálnímu rozvoji z hlediska sociálních a technických projektů zaměřených na vzdělávání, rozvoj infrastruktury a zemědělských projektů (De Graaf, 2015, s. 10-15).

Český PRT je z ohledu ustálení situace v dané provincii velmi důležitý. Do sféry jeho působení spadá armádní i civilní složka – MZH a rozvojové agentury na pozici expertů. Bez ochranné armády by se však její účastníci nikdy neobešli, protože se jedná o velmi nebezpečnou práci, tito lidé jsou denně vystavováni kontaktu s místní komunitou, jejich základna byla již několikrát terčem útoků, které se bohužel neobešly bez ztrát.

V roce 2010 řekl guvernér provincie Lógar: „*Doufám, že s Čechy budeme moci spolupracovat i nadále, a že nám budete i v budoucnu pomáhat. Máme velké plány na rekonstrukci hospodářství provincie. Chtěli bychom se zaměřit zejména na opravy silnic, mostů a obnovu zemědělství, hlavně včelařství. Věřím, že až odtud budete jednou odcházet, budou si zdejší lidé říkat, že Češi jsou dobří lidé...*“ (Ministerstvo obrany, 2012, s. 121). V roce 2010 se v Afghánistánu zdařilo za podpory ISAF realizovat politicky významné volby do dolní komory afgánského parlamentu za dohledu především afgánské bezpečnostní síly a to i přes zhoršenou bezpečnostní situaci. Ze zprávy MZV – Report on the Foreign Policy of the Czech Republic z roku 2011 vyplývá, že byla uskutečněna nejen pomoc s realizací voleb, ale účastníci mise ISAF poskytovali podporu Afgánským regionálním partnerům v tíživých situacích – například při povodních v Pákistánu, čímž podpořili partnerství mezi zmíněnými vládami a podpořili vytváření půdy pro budoucí suverenitu Afghánistánu. Český PRT působil v Afghánistánu až do roku 2013.

Ke konci roku 2013 byla mise ISAF ukončena, lépe řečeno transformována do nové podoby – Mission Resolute Support (RSM). Dohoda o činnosti RSM má v současnosti trvání do roku 2024. Odpovědnost za bezpečnostní situaci v Afghánistánu, převzaly afgánské bezpečnostní složky. Ještě po dobu jednoho roku byla jejich činnost v případě potřeby podporována.

Hlavními cíli RSM se stalo vyškolení ANSF pro tvorbu rozpočtů a dlouhodobého plánování, transparentnost, právní stát, budování sil ve smyslu výcviku, náboru a přípravě

profesionální armády, výstavba kapacit pro logistiku a údržbu, strategické a politické plánování, příprava zpravodajských služeb a strategická komunikace. AČR se zapojuje v rámci úkolového uskupení AČR RS, a to jednotkou NSE, strážní rotou BAF (konec působení 3/20), zastoupením na velitelstvích RS a od 2/20 jako polní chirurgický tým v americké vojenské nemocnici. Práce vojáků AČR v podstatě přímo navázala na předchozí práci v rámci ISAF (Informační centrum o NATO, 2015).

## Volný čas na zahraniční operaci v Afghánistánu ve světle výzkumů a odborné literatury

Otázkám hodnot u vojáků i volnému času v zahraniční operaci jako takovému, byla pozornost věnována například v práci Profesionální voják ve volném čase-přání, potřeby, rizika a přínosy v zahraničním nasazení (Forró, 2014) nebo v práci Hodnotový žebříček českého vojáka a jeho změny v souvislosti s působením na misích v Afghánistánu (Němec, 2019), popisující subjektivní prožitek z misí v Afghánistánu a jeho vliv na hodnotový systém jako celek. Nicméně výzkum, hovořící o sedimentované subjektivní zkušenosti s volným časem a jeho významem pro příslušníka AČR chybí. A to i přestože například Forró sám ve své práci další rozšiřující výzkum tohoto tématu doporučuje, především protože soustředil svou pozornost na moderní veterány, kteří sloužili na různých základnách a zjištění jsou tedy všeobecnějšího rázu. Tato práce se tedy snaží o hlubší prozkoumání pomocí kvalitativního formátu, umožňujícímu zpracovat jasnější představu o volném čase pro konkrétní skupinu v jednom konkrétním čase, respektive konkrétním úkolovém uskupení. Svou pozornost věnuje konkrétně základně HKIA, zejména protože život vojáka v Afghánistánu byl již přiblížen a popsán ve více odborných i v podstatě životopisných publikacích, a zároveň se jedná o jednu z nejlépe vybavených základen ve smyslu volnočasových možností, obzvláště pro její rozsáhlost a účel (viz popis prostředí v přehledové části).

Odborná literatura naznačuje určitou složitost při jasném definování volného času, což může souviset i s komplikovaným definováním či vymezením volného času a jeho rozsahu v rámci základny, proto se výzkum zaměřuje na subjektivní vnímání volného času a jeho rozsahu, ale i jeho funkcí z pohledu vojáka při výkonu mise. V přehledové části se můžeme setkat s kategorizací funkcí volného času do třech nejzákladnějších kategorií a to na odpočinkově-kompenzační, kategorii rozptýlení/zábavy a kategorii rozvoje osobnosti. Z tohoto důvodu tento výzkum směřuje svou pozornost i k funkcím volného času a tomu, zda jsou subjektivně naplňovány, jakým způsobem anebo zda jsou více či méně omezeny či znemožněny. Zajímavostí je také naznačování korelace mezi volnočasovými aktivitami a zátěží či celkovým zdravím jedince, a to nejen vlivem intenzity zájmu volnočasových aktivit umožněných na základně, ale i jejich rozložení na perceptivní a receptivní část, která je na zahraničních operacích výrazně omezena, díky specifickým determinantům prostředí i určité diverzitě v sociální oblasti a uniformnímu

způsobu života v rámci zahraniční operace. S tímto tématem úzce souvisí také působení organizovanosti či neorganizovanosti volného času, na což upozorňuje například Řehulka (1994) a jeho výzkum skupinového trávení volného času či individualizace ve volném čase, kdy je volný čas uměle formován a ovlivňován jako prostředek k naplnění hodnot jedince. Ačkoliv například Forró (2014) uvádí, že více než dvě třetiny příslušníků AČR na zahraničních misích tráví čas jak individuálně, tak skupinově, považují za důležité tato zjištění rozšířit. Zodpovědět čím jsou tyto volby způsobeny a proč se pro jednotlivé formy volného času rozhodují, co jim tyto volnočasové aktivity subjektivně vnášejí do života, nejen osobního, ale i pracovního či společenského. Dle Dziakové (2009) se v mírových zahraničních operacích setkáváme se čtyřmi fázemi adaptace. Za nejvíce náročnou z hlediska přínosů volného času můžeme považovat fázi třetí, kdy jsou vojáci dle této kategorizace vystaveni různým rizikům a psychickým i fyzickým tlakům: ponorkové nemoci, stresu, frustraci či přesycení. V ohrožení je také komunikace, nejen mezi jednotlivými kolegy, ale například i komunikace s rodinou, což může sekundárně ovlivňovat celou existenci na zahraniční operaci i její hladký průběh. Dle Deckerové (2010) můžeme právě volný čas vnímat jako prostředek ke zvládnutí této zátěže pro jeho preventivní funkci. Což potvrzuje výše zmíněný výzkum (Forró, 2014), který naznačuje, že i samotní moderní veteráni tuto funkci volného času vnímají, uvědomují si vliv volného času a možnosti osvobodit se alespoň částečně od tíhy problémů, které je v rámci zahraničních operací tíží. Aktivity ve volném čase v běžném životě se od těch v zahraniční operaci liší, které vlivy jsou toho příčinou? A jakým způsobem se volný čas proměňuje, nejen v čase, ale také pod tlakem každodenních těžkostí nebo dokonce silně traumatickém prožitku? Ztrácejí v rámci PTSD své funkce?

## Cíl výzkumu a formulace výzkumných okruhů

Tato diplomová práce si klade za cíl zodpovědět, jaký význam má volný čas pro příslušníka AČR v rámci zahraniční mise Resolute Support na základně HKIA v Kábulu, konkrétně v rámci 20. úkolového uskupení. Důraz je kladen zejména na tři oblasti, a to na zodpovězení významu volného času na misi, tedy jak jej voják subjektivně vnímá, včetně jeho omezení, rozsahu, funkcí, přínosů a hodnot. Poté oblasti dostupných aktivit ve volném čase a jejich rozsahu či využívání s ohledem na česká kulturní specifika a subjektivní postoje jedince, jednotlivé odlišnosti a omezení, se jimiž se voják v rámci volnočasových aktivit potýká a jak je subjektivně vnímá. A nakonec vlivu volného času na práci a celkový život na základně i mimo ni v rámci výkonu mise. Pro naplnění těchto cílů byla definována hlavní výzkumná otázka, doplněná o dílčí výzkumné otázky, které mají za účel přesnější specifikaci, rozšíření a doplnění v kontextu hlavní výzkumné otázky.

Hlavní výzkumná otázka:

**Jaký význam má volný čas na základně HKIA v Kábulu pro vojáky AČR a jak jej subjektivně vnímají?**

Dílejší výzkumná otázka č.1:

**Jaká jsou specifika a omezení volného času na základně?**

Dílejší výzkumná otázka č. 2:

**Dochází v průběhu mise k vývoji vnímání významu volného času?**

Dílejší výzkumná otázka č. 3:

**Jakým způsobem ovlivňuje volný čas práci a život na základně?**

Dílejší výzkumná otázka č. 4:

**Které funkce volného času si ve volném čase vojáci uvědomují?**

Dílejší výzkumná otázka č. 5:

**Jak se proměňuje volný čas na základně po zkušenosti s traumatickou událostí?**

Dílejší výzkumná otázka č. 6:

**Jak působí volný čas na stres, kterému je příslušník AČR v rámci mise vystaven?**



## Výzkumná strategie

Vzhledem k povaze výzkumného problému, který se zaměřuje na subjektivní názory participantů výzkumu, jsem zvolila cestu kvalitativního šetření. Tato metoda je dle Hendla (2005, s. 47–53) přínosná zejména díky umožnění se v problému zorientovat. Cílem kvalitativního výzkumu je úsilí o probádání určitého a široce definovaného jevu dostatečně do hloubky a následné podání největšího možného množství informací o zvoleném jevu (Švaříček, Šedřová, 2007, s. 24). Zaměřuje se na konkrétní sociální jednotku a procesy, v ní probíhající a nalézá jednotlivé determinanty a vztahy mezi nimi, které tuto konkrétní sociální jednotku v daném kontextu ovlivňují. Jedná se tedy o případovou studii komunity.

Dle Hendla (2016, str. 105-106) můžeme hovořit o explorační a intrinsitní studii, protože se věnujeme konkrétnímu případu kvůli němu samotnému a jde nám o pochopení tohoto specifického případu. Zároveň je naším cílem prozkoumat strukturu výzkumné oblasti, která není známá, a vztahy, které v ní působí. Pokouší se o navržení teorie pro další výzkum, zodpovězení otázek či definici hypotéz. Tato studie se používá u méně prozkoumaných fenoménů.

Z důvodu bezpečnostních a místních omezení byla zvolena jako hlavní metoda metoda polostrukturovaného hloubkového rozhovoru.

Tematické okruhy byly konzultovány s moderními veterány: mjr. Mgr. Petrem Forró, prap. Bc. Mirkou Benešovou, Dis. a dalšími, kteří si nepřáli být jmenováni. Poté co byly, na základě ochotné podpory těchto konzultantů mého výzkumu, okruhy a možné otázky vhodně upraveny, proběhlo kontaktování participantů a hlavní výzkumné rozhovory.

V rámci polostrukturovaného rozhovoru měli všichni participanté položené významově stejné otázky, k nimž byly v případě potřeby v průběhu rozhovoru přidávány otázky dodatečné, které jsou alternativní k základním, pokud dotazovaný nevyčerpal téma zcela, případně v rámci rozhovoru sklouzl tematicky do jiného okruhu. Pokud se od tématu odloučil tím způsobem, že svou výpověď vyčerpával obsah jiné otázky, nebyl přerušován, pokud se obsahově zcela odtrhl od výzkumných otázek, byl rozhovor opět stočen k původnímu tématu, pomocí výhybkové otázky. Výhybkové otázky mají za úkol zmírnit dopady předchozí otázky, z nich vycházející nepříjemné pocity

informanta a emoční dopady na odpovědi na následující otázky, zejména pokud otázka uvedla dotazovaného do rozpaků nebo v něm vyvolala podezřívavé pocity (Disman, 1993, s. 158).

Okruhy, které mohou vyžadovat použití následně výhybkové otázky se obvykle pohybují v oblastech, které se mohou informanta dotknout, nějakým způsobem jej rozladit, či změnit jeho náladu v průběhu rozhovoru. Tyto otázky mají dle Pelikána (2011, s. 117-125) své místo, předem určené tak, aby se v případě potřeby dala odvést pozornost a otázka položit jiným, méně rušivým způsobem. Stejně tak i otázky sloužící k představení se, které je vhodné řadit do posledních fází rozhovoru, případně, jako v případě tohoto výzkumu, po úvodní fázi tak, aby došlo k navození atmosféry vhodné k vedení rozhovoru v příjemném a uvolněném duchu.

V první řadě proběhl předvýzkum u veteránů se zkušeností se zahraniční operací. Jednalo se o dva muže a jednu ženu, kteří mi pomohli projít otázky v rámci přípravné výzkumné fáze a také konzultovali jejich srozumitelnost a později provedli rozhovor nanečisto, abych si ověřila schopnost zvolené metodiky výzkumu zaměřit se na otázky, které si tento výzkum udílí jako cílové, případně upravila délku rozhovoru a otestovala schopnost jeho vedení a sofistikované kladení otázek z předem určených okruhů. Data z předvýzkumu nebyla zahrnuta do vyhodnocení výzkumu. Hlavním smyslem předvýzkumu bylo ověření bezpečnosti a vhodnosti jednotlivých otázek tak, aby v rámci dotazování byla dodržena etická hlediska výzkumu, aby dopady na participanty výzkumu byly minimální i v případech, kdy se dotýkáme citlivých a osobních témat a především, aby nebyly otázky pokládány nevhodně tak, aby neohrozily bezpečný běh zahraniční mise nebo její účastníky.

Rozhovor obsahoval tři základní oblasti a 15 základních otázek, přičemž některé tyto otázky se dále doplňovaly o podotázky, které mají za účel upřesnění, rozvedení nebo ověření odpovědí. Gesta, mimické a jiné nonverbální projevy byly v průběhu rozhovoru zaznamenávány do předem připraveného archu, který usnadnil rychlost záznamu a nebyla tak příliš omezena pozornost na výpovědi participantů výzkumu.

Zvukově zaznamenané rozhovory byly pomocí transkripce převedené do textového materiálu bez omezení či redukce. Poté doplněny při opakované kontrole pomocí zvukového poslechu nahrávek, označené poznámkami o verbálních a nonverbálních

projevech v průběhu rozhovoru. Tento transkripovaný text posloužil jako základní data pro kvalitativní analýzu.

Pro nasycení jednotlivých okruhů výzkumu je do více kategorií zařazeno několik otázek. První okruh se soustředí na vnímání významu volného času nejprve bez specifického zaměření na volný čas během zahraniční operace. Později je rozhovor veden tak, aby byly popsány rozdíly mezi vnímáním a trávením volného času v běžných podmínkách, v kontrastu s nasazením v zahraniční operaci, včetně obsahu pojmu volný čas a subjektivních očekávání, proměnami volného času a jeho specifík či funkcí včetně uvědomovaného rozsahu omezení ve volném čase. Druhý okruh se zabývá volným časem, jeho subjektivním působením na vztahy, život i práci na základně. Ve třetím okruhu je pozornost věnována otázkám stresu a traumatickým událostem a jejich vzájemnému oboustrannému působení na volný čas v rámci základny. Odpovědi na tyto otázky jsou podrobeny drobné redukci, zejména o vatová slova. Následně jsou jednotlivé významové jednotky rozděleny do kategorií tvořících významové trsy. Poté zařazeny do bloků na základě společných významových znaků. Později byla užita metoda zachycení gestaltů v přímých výpovědích, které byly mapovány za pomoci všech získaných dat a vztáhnuty k výzkumným otázkám.

### Charakteristika výzkumného souboru

Výzkumný soubor činí výběrový vzorek šesti participantů výzkumu účastnících se zahraniční mise Resolute Support v Afgánistánu, 20. úkolového uskupení na základně HKIA, nedaleko letiště v Kábulu. V tomto úkolovém uskupení se na výše zmíněné základně nachází 70 příslušníků AČR. Výzkumu se účastnilo pět mužů a jedna žena, kteří byli vybráni pomocí záměrného nepravděpodobnostního výběru, kombinací metody „snowball“ a metody záměrného výběru. Metoda Snowball sampling je vhodná v případě, že je těžké se s participanty výzkumu spojit nebo je lokalizovat. Nejprve shromažďuje údaje o menším počtu participantů, kteří pomáhají najít či kontaktovat další jedince spadající do cílové skupiny (Babbie, 2007, s. 205, 522). Tato metoda je doplněna o metodu záměrného výběru kvůli omezujícím kritériím. Záměrný výběr dle Miovského (2006, s. 127-139) vychází z předem daných kritérií, která si výzkumník nastavuje za účelem co nejvyšší platnosti výzkumu. Dále bylo nutné tyto metody kombinovat kvůli komplikovanému zkontaktování potencionálních participantů výzkumu, ale také nutnosti některé možné účastníky vyřadit. Například velitele, který byl o okruhu otázek výzkumu

z bezpečnostního hlediska nejprve informován, což by v průběhu výzkumu mohlo ovlivnit jeho odpovědi. Dále také z důvodu, že jeho názory lze zobecňovat složitěji na celou skupinu, mimo jiné kvůli odlišným vlivům působícím na jeho osobnost i život na základně, například větší míra zodpovědnosti, specifická pracovní náplň nebo i způsob ubytování – jediný velitel má soukromé ubytování, nesdílí svůj pokoj s jiným kolegou/kolegy. Těmito vlivy jsou ovlivněny dopady ztráty soukromí a jiné.

Celý výzkumný soubor je vystaven shodným podmínkám na základně. Zejména stejnému časovému období trvání mise, úrovni bezpečnosti, dennímu režimu a narušení soukromí ve volném čase. Jejich výpovědi lze pravděpodobně poměrně lehce vztáhnout ke zbytku úkolového uskupení, především při vyjádřeních, které zahrnují skupinové aktivity, například formou oslav či sportovních klání.

Účastníci výzkumu byli předem v rámci prvotního navázání kontaktu vyzváni k volbě přezdivek tak, aby byla zachována bezpečnost a jejich úplná anonymita.

Každý z participantů výzkumů spadá do věkové kategorie mezi 30 až 45 rokem, jedná se tedy o raný střední věk, nazývaný také období zralosti nebo střední dospělost, která je typická maximální produktivitou, schopností využívat zkušenosti. Kolem 40 roku také dosažením určitého intelektuálního vrcholu. V tomto období dochází k období celkové stabilizace člověka (Langmeier, Krejčíková, 2006). Již v přehledové části je zmíněný účel volby tohoto věkového rozmezí, jako prevence psychologických dopadů traumatických vlivů, při nichž je vyspělost a pracovní zkušenost daná věkem, jedním z faktorů, ovlivňujících psychickou odolnost vojáků AČR. Jeden z participantů výzkumu má vyšší odborné vzdělání, zbytek minimálně jednu vysokou školu. Zároveň žijí v současnosti ve vztazích, které považují za harmonické a pevné. Jejich pracovní zkušenosti jsou nejméně desetileté. Dva nejdelší pracovní úvazky participantů trvají již dvacet tři let. Někteří si v rámci své praxe prošli syndromem vyhoření, jiní uvažují o odchodu nebo se na něj připravují v souladu s vypršením pracovního úvazku. Jsou mezi nimi i ti, které jejich práce naplňuje a baví. Čtyři z oslovených participantů mají zkušenosti ze zahraničních operací, dva mají pouze zkušenost ze zahraničních cvičení, kterou považují za přínosnou, ale zcela odlišnou od zahraniční mise, ta dle jejich názoru není pouhým cvičením, ale skutečnou a nosnou zkušeností.

## Přehled participantů výzkumu

Přezdívka	věk	praxe u AČR	zkušenost se ZO	Vzdělání	rodinný stav
<b>Batman</b>	30	10 let	První	VŠ	Ženatý
<b>Spiderman</b>	44	15 let	Třetí	VŠ x 2	Ženatý
<b>Hulk</b>	32	14 let	Druhá	VŠ	Ženatý
<b>Capitan Amerika</b>	37	23 let	Čtvrtá	VŠ	Svobodný- zasnoubený
<b>Flash</b>	40	18 let	Druhá	VOŠ	Ženatý
<b>Gamora</b>	40	23 let	První	VŠ	Rozvedená

Zdroj: tabulka vlastní tvorby

## Charakteristika sběru dat

Sběr dat proběhl pomocí polostrukturovaných rozhovorů vedených po předchozí domluvě přes platformu Skype, což je „peer-to-peer“ program umožňující telefonní videohovory. Tyto rozhovory byly nasmlouvané v rámci prvotního kontaktu v průběhu ledna 2020 a realizovány v průběhu února 2020. Každý rozhovor měl přibližný časový rozsah kolem 30 minut. Před realizací byl otestován v rámci předvýzkumu, který ověřoval nejen srozumitelnost a vhodnost pokládaných otázek, ale také přibližný časový rozsah, o němž museli být účastníci výzkumu informováni, aby přizpůsobili co nejvíce své časové možnosti, ačkoliv se i přes tuto přípravu mohlo kdykoliv stát, že rozhovor bude přerušeno. Například z důvodu poplachu nebo nestabilního internetového připojení.

Jak již bylo zmíněno, umožnil předvýzkum také formulovat otázky tak, aby nebyly v konfliktu s bezpečnostními otázkami výkonu mise a ani v rozporu se slibem o omezení informací, kterým jsou jednotliví vojáci vázáni. Taktéž došlo ke zkrácení většiny otázek a některé byly přeformulovány tak, aby byly srozumitelné i v případě účastníků, kteří nemají zkušenost s výzkumem. Tento krok také ověřil, zda takto položené výzkumné otázky v rámci polostrukturovaného rozhovoru, mohou pomoci zodpovědět vytyčené základní otázky a naplnit tím obsah jednotlivých výzkumných okruhů výzkumu. Odpovědi získané v tomto předvýzkumu nebyly žádným způsobem zahrnuty do výsledných podkladů, které byly kvalitativně zpracovány a sloužily pouze k účelům, pro které byl realizován tento předvýzkum.

Tyto rozhovory probíhaly záměrně v období na přelomu druhé a třetí fáze, tedy v průběhu února 2020, kdy dle Dziakové (2009) ustupuje typické vysoké pracovní nasazení a zároveň se již mohou objevovat problémy, konflikty, a to nejen mezi kolegy, ale i s rodinou. Ve chvílích, kdy se fáze normalizace překlenuje do fáze stereotypie, si taktéž dle odborné literatury mohou vojáci uvědomovat vliv tzv. ponorkové nemoci a jiných dopadů, které se mohou objevit na základě dlouhodobého působení každodenních těžkostí a omezení typických pro život na základně. V této fázi jsou již vojáci schopni dobře zpětně reflektovat svůj volný čas v průběhu mise, na rozdíl od první fáze adaptace, kdy volný čas ustupuje do pozadí na základě vysokého pracovního nasazení, nových podnětů a změny prostředí, pracovní náplně i poznávání nové pracovní skupiny a její dynamiky.

Všichni účastníci výzkumu byli kontaktováni dvakrát. První kontakt proběhl přes emailovou komunikaci na základě předchozího návrhu či doporučení předchozího účastníka výzkumu – tedy již zmíněnou metodou snowball. V rámci prvního spojení došlo k nabídce možnosti zapojení se do výzkumu, představení postupů a vysvětlení jakým způsobem rozhovor probíhá, ale také osvětlení toho, co pro potenciálního účastníka výzkumu znamená se tohoto výzkumu účastnit, kolik zabere účastníkovi času a v jakém časovém rozmezí je pro ně důležité data získávat. Dále byli informováni o anonymitě výzkumu a potřebě jeho zvukového záznamu, také o možnostech odmítnutí se dále na výzkumu podílet, respektive možnosti kdykoliv rozhovor přerušit, případně odmítnout odpovídat na konkrétní otázku, pokud by byla účastníkům nepříjemná či byla v rozporu s bezpečnostními nařízeními, k nimž je každý z nich vázán. Pokud potenciální účastník souhlasil s těmito okolnostmi a účastí na výzkumu, bylo vybráno několik možných termínů spojení – to pro případ, že vzhledem k neočekávatelným okolnostem může nastat, že první nebo další termín nebude realizován. Samotné rozhovory probíhaly přes komunikační sociální síť Skype, která přenáší audiovizuální obraz a je tedy možné sledovat reakce účastníků výzkumu, nahrávat náš rozhovor pomocí diktafonu a zároveň si do připraveného archu poznamenávat nejdůležitější poznámky o nonverbálních a jiných podvědomých projevech účastníků. Pro tyto účely byl vytvořen anonymní účet Skype, aby si toto spojení zachovalo co nejvyšší bezpečnost, a to i přes to, že předchozí domluvě probíhal rozhovor přes šifrované internetové připojení. Z bezpečnostních důvodů nebylo možné zaznamenávat celý videohovor, pouze jeho zvukový záznam. Tento autentický zvukový záznam byl později podkladem k důslednému doslovnému přepisu rozhovorů na základě opakovaného poslechu tohoto záznamu.

## Etické aspekty v kvalitativním výzkumu

Etické principy výzkumu, zejména toho pedagogického, se dle Průchy (2009, s. 99-110) dotýkají třech základních okruhů, a to důvěrnosti a anonymity, získání souhlasu s výzkumem, který je poučený a zpřístupnění závěrů výzkumu všem jeho účastníkům. Zároveň podotýká, že s touto oblastí úzce souvisí také etické principy spadající do publikační činnosti, případně výkonu konkrétní profese. Ačkoliv jsou obvykle zdůrazňována etická hlediska týkající se aktérů, je nutné si uvědomit, že se vztahují na celý proces výzkumu, od přípravy až po prezentaci dat, a zároveň se nevztahují jen na vztah výzkumník a participant, ale také na spolupracovníky či další uživatele (Mišovič, 2019, s. 78). Výzkum od fáze přípravy, přes průběh sběru dat, jejich vyhodnocení a následné prezentace se snaží o dodržení veškerých etických aspektů pedagogického výzkumu dle etického kodexu AREA (1992, in Průcha, 2009, s. 94). Výzkum byl tedy prováděn s respektem k těm, kteří se výzkumu účastní a realizován tak, aby nedošlo k jakémukoliv jejich poškození či narušení jejich práv. Účastníci byli dostatečně a pravdivě informováni o výzkumu, jeho zaměření i o výzkumných cílech, k čemuž byl z jejich strany získán poučený souhlas, který byl zaznamenán na diktafonu společně s informacemi týkajícími se anonymity a důvěrnosti, ale také informací o tom, že je možné vzít informovaný souhlas kdykoliv zpět a z výzkumu vystoupit. Po celou dobu výzkumu byl brán ohled na autorská práva a bezpečnost, a tedy i po zveřejnění výsledků bude s daty nakládáno tak, aby nemohlo dojít k jejich zneužití. Zároveň se snaží o prezentaci výsledků výzkumu tak, aby bylo možné je zprostředkovat vhodným a srozumitelným způsobem jeho účastníkům, s odpovědností o správném a přesném výkladu výzkumu a respektem k pravidlům vědeckých prací.

Již ve fázi plánování výzkumu bylo podstatné seznámení se i s jiným hlediskem etiky. Toto hledisko nazývá Guillemin (2004, s. 265) etikou v praxi nebo také druhým rozměrem etiky. Do této kategorie můžeme zahrnout etické otázky, které na nás vplynou až během výzkumu, leckdy nemusí s obsahem výzkumu vůbec souviset a může výzkumníka postavit na hranu rozhodování se v etickém dilematu, například s možností ztráty důvěry participanta výzkumu. Toto jsou otázky etiky, která je spíše proceduální – tedy výše zmíněné nutnosti, jako získání informovaného souhlasu, ani vzdáleně nedotýkají a spíše se soustředí na to, jak důvěrnost informací zachovat. Může se však stát, že bude nutné důvěru porušit, například ze zákona daných důvodů a na tuto situaci by měl



být výzkumník připraven. Z tohoto důvodu byli účastníci rozhovorů před jeho začátkem – jako součást průvodních informací nutných k získání informovaného souhlasu, také informováni o omezeních důvěrnosti, zejména v rozsahu, jenž mi uděluje zákon. V případě, že by se v rámci výzkumu odkrylo jiné, eticky závažné téma, je možné po předchozí konzultaci odkázat účastníka výzkumu na předem informovaného armádního psychologa, případně předání kontaktu na vojenského kaplana, či na pracovníky Vlčích máků, což je spolek pro podporu veteránů. Případně nabídnout, v rámci mezí vlastních schopností, pomocnou ruku a pokusit se jednat co nejvíce ohleduplně.

Data byla získávána přes audiovizuální telefonické spojení pomocí služby Skype. I přes tyto podmínky byl kladen velký důraz na dodržování etických aspektů výzkumu na všech jeho úrovních. Na počátku veškerých rozhovorů byli jejich účastníci informováni o anonymitě a také jim bylo sděleno, že nemusí uvádět žádné jméno a zároveň nebude porušeno pravidlo důvěrnosti, tedy nebudou zveřejněny žádné informace, které by mohly konkrétní osobu spojit s výpovědí v rámci tohoto výzkumu. Uvedení skutečných jmen se nedoporučuje ani v jiných případech, a to ani za předpokladu, že s jejich zveřejněním účastníci souhlasí. Uvedení jmen totiž může vést k ovlivnění výzkumníka, který by se pod tlakem mohl rozhodnout nezveřejnit sporné, ale pro výzkum zásadní informace a zároveň může být ovlivněna věrohodnost dat (Průcha, 2009, s. 100-110).

V případě tohoto výzkumu by mohly být dopady zneužití informací velmi rozsáhlé. Z tohoto důvodu bude také diplomová práce publikována pro veřejnost až v roce 2021, tedy po uplynutí dostatečného časového období od realizace výzkumu, a tím i znemožnění zneužití publikovaných informací. I tato informace je participantům sdělena při prvním oslovení, společně se základními informacemi o výzkumu a ujištěním, že participant má kdykoliv právo a možnost kdykoliv výzkum přerušit a nepokračovat v něm. Všichni účastníci výzkumu mají právo na seznámení se s výsledným materiálem i celým zněním práce a jejích závěrů, o čemž byli taktéž informováni.

### Způsob analýzy dat

Polostrukturovaný rozhovor má pevně dané tematické okruhy, jasně dané schéma, ale je možné otázky pokládat různorodě, což se také stalo v případě, že jinak tematicky navazovaly, anebo byly i zcela vyřazeny, pokud na ně participant výzkumu odpověděl

sám, v rámci jiné otázky položené dříve. Důležité je také ujasnění a upřesnění významu otázky. Je vhodné mít připravený příklad, na kterém je možné pochopit obsah dotazu. (Kutnohorská, 2009, s. 40). Miovský (2006, s. 169) upozorňuje na podstatný význam závěrečné části rozhovoru, který má být prostředkem důstojného ukončení rozhovoru a prezentací jeho odborné úrovně. V našem případě je velmi důležité zachovat rozhovor na příjemné úrovni a nevádět dotazovaného do rozpaků a zcela se vyhnout možnosti jeho traumatizace, zejména kvůli možným fatálním dopadům na psychiku jedince v průběhu mise a životě ve válečném konfliktu.

Rozhovor byl rozdělen na části dle předem určeného schéma. Pro členění našich otázek vycházíme z Reichla (2009, s. 106-107) dle něhož úvodní fáze slouží k navázání kontaktu, představení výzkumníka i výzkumu. Je důležitá zejména kvůli určitému rozehrání, navození atmosféry a odbourání trémy, která může některé jedince ovlivňovat v jejich odpovědích. Je dobré participanta upozornit, že některé otázky se mohou opakovat, což nevychází z jeho nevědomosti a je dokonce nutné, upozornit jej na to, že je rozhovor nahrávaný. K této kategorii se, až do přibližné čtvrtiny rozhovoru, přiřazují otázky snadné a nekonfliktní. Druhá čtvrtina stáčí svou pozornost k jádru, klíčovým otázkám, které si výzkum klade za cíl zodpovědět. Třetí čtvrtina je doplněna o otázky, které mají rozšířit, či potvrdit platnost odpovědí na základní otázky tím, že se tazatel zeptá alternativní formou otázky. Jednoduše řečeno položí otázku jinak proto, aby si ověřil, že jí dotazovaný pochopil a zcela vyčerpал, nebo aby tím výzkumník potvrdil platnost předchozího tvrzení. Zároveň je vhodné pokusit se pokládat otázky způsobem, který působí jako zpestření, zejména pro to, aby zabránil nudě a ztrátě soustředění. V poslední čtvrtině je žádoucí umožnění určitého zchladnutí, rozvolnění atmosféry. V této fázi se hodí zařadit lehce zodpověditelné otázky, kupříkladu doplnit sociografické informace, které nebyly vyčerpány hned na začátku rozhovoru. Sběr sociometrických dat jsme v rámci tohoto výzkumu omezili na nezbytné minimum pro dosažení účelu výzkumu, zachování jeho bezpečnosti i etických aspektů, které jsme si vytyčili. V rámci rozhovoru byly pokládány otázky od méně závažných směrem k závažnějším a opět rozvolněny. Závěr rozhovoru poskytuje prostor pro to, co by rád participant dodal nebo doplnil. V případě potřeby je rozšířen o dotaz na to, zda vše probíhalo v pořádku a zda nedošlo k nějakému překročení hranic. V případě vzniku této situace je na místě omluva a vyjasnění si případných nedorozumění. Participant by za žádných okolností neměl odcházet s nepříjemným pocitem. Důležitou roli hraje také vyjádření vděku a díky.

V průběhu analýzy dat byly rozhovory fixované pomocí audiozáznamu, poté pečlivě zapsány doslovnou transkripcí, bez zásahů do transkribovaného textu s účelem udržení autentičnosti. Dle Mišoviče (2019, str. 123) se jedná o nejnáročnější ze čtyř možných způsobů přepisů, který je zároveň vhodný, pokud se soustředíme na tematickou a obsahovou rovinu. Dále byl text zredukován prostřednictvím redukce prvního řádu, která byla provedena barvením textu pro větší přehlednost a texty seřazeny tak, aby byla umožněna jejich nadcházející kvalitativní analýza formou kódování. Fáze otevřeného kódování, v níž jsou jednotlivé segmenty textu seřazeny a přiřazeny k jednotlivým výzkumným a dílčím otázkám. V rámci následné analýzy bylo využito více metod, případy byly posuzovány jednotlivě a poté metodou zachycení gestaltů, při nichž byly vyhledávány opakující se vzorce. Následující metoda se nazývá vytváření trsů a umožňuje seskupit a konceptualizovat data. (Miovský, 2006)

Výzkum si pokládá jednu hlavní výzkumnou otázku a šest otázek rozšiřujících. Každá otázka má vlastní vyhodnocení doplněné o autentické výňatky původních rozhovorů a je uzavřena vlastním závěrem, který je konkretizován ve shrnutí a následně podroben diskuzi. Z každého transkribovaného rozhovoru byl vytvořen kompletní seznam kódů, v němž byly jednotlivé kódy označovány úvodním písmenem přezdívky participanta výzkumu, tak, aby byl později v případě potřeby dohledatelný v úplném přepisu rozhovorů. Současně s vytvářením souhrnného seznamu kódů probíhala kategorizace, tedy roztrídění jednotlivých kódů do kategorií včetně jejich přeskupování. Poté byly jednotlivé kategorie spojeny do významových subkategorií, které jsou přehledně prezentovány v následující tabulce.

## Seznam kategorií a subkategorií

SUBKATEGORIE	KATEGORIE
1. MINULOST	1a- studia 1b- osobní historie v AČR 1c- zkušenosti se zahraničními operacemi 1d- osobní příběh
2. VZTAHY	2a- partnerské vztahy 2b- potomkové 2c- předkové 2d- kolegové 2e- nadřízení 2f- komunikace 2g- já individuum 2h- přátelé
3. VOLNÝ ČAS	3a- zájmy 3b- hodnota a význam VČ 3c- volnočasové možnosti na misi 3d- očekávání od VČ 3e- omezení ve VČ 3f- odpočinek ve VČ 3g- rozdíl mezi doma a na základně 3h- působení VČ na pracovní výkon 3i- působení VČ na vztahy 3j- působení VČ na soužití na základně 3k- funkce VČ 3l- rozsah VČ
4. EMOCE	4a- stres 4b- trauma 4c- negativní pocity 4e- pozitivní pocity 4f- osobnost 4g- konflikt 4h- nuda

5. BUDOUCNOST	5a- vývoj volného času 5b- plány 5c- plány po misi
6. PRÁCE	6a- práce 6b- povinnosti 6c- organizace 6d- prostředí 6e- řád/ stereotyp 6f- pozornost

Zdroj: vytvořeno autorkou

## Prezentace výsledků výzkumu

### Význam volného času na základně HKIA v Kábulu

Oslovená komunita vojáků AČR se poměrně hladce shoduje na významné roli volného času i volnočasových aktivit, kterými jej naplňují. V případě, že se o významu volného času zmiňují v rámci polostrukturovaných rozhovorů, hovoří o volném čase jako komoditě, která poskytuje prostor pro sebe samotného, ale také jako čas, ve kterém mohou být jen sami se sebou a očekávají od něj svobodu, možnost volby a pozitivní přínos. Na tomto tvrzení se všichni shodují, a to názorem jasným a stručným. Někteří svá tvrzení podpořili nejen poměrně výmluvnou hlasovou intonací, ale také častým opakováním a tematickým provazováním v rámci obsahu zbylých témat rozhovoru, nebo emocionálně silně zbarveným spojením, například označením volného času jako daru či bonusu.

*....pro mne znamená svobodu....je to svoboda... řadím ho na žebříčku hodnot vysoko....můžu ho uzmout sám pro sebe.....naložím s ním podle sebe..... (S)*

*....volnej čas je pro mě důležitěj....bez něj si vlastně neumím představit život, nevím zda by měl život smysl.....(G)*

Participantů výzkumu se nadále shodují ve vymezení volného času v rámci pobytu na základně HKIA v Kábulu jako zbytkové kategorie, jejímž hlavním cílem je příprava na práci a odpočinek. Participant G dokonce uvádí odpočinek jako jedinou hodnotu, kterou v případě zahraniční operace od volného času a jeho náplně očekává. Ačkoliv je v běžném životě pro participanta G volný čas nejvýznamnější částí života, je vlivem omezení (kterým se budeme věnovat hlouběji v další kapitole) jeho význam na zahraniční operaci zcela upozaděn. Jak později v rozhovoru uvádí, jde zejména o interní bezpečnou osobní zónu, protože rozvoj ve volném čase v rámci působení na zahraniční misi s sebou nese i určitá rizika a může jít tedy o postoj vytvořený na základě vlastní hluboké introspekce.

*....Nechci od volného času na zahraniční operaci něco víc, než jen odpočinek...kdo nic nedělá, nic nezkazí.....(G)*

Takto významný posun ve vnímání významu volného času se u zbylých oslovených participantů subjektivně neobjevuje, nicméně je možné u některých vnímat drobné změny ve volném čase na základně ve srovnání s běžnými podmínkami. U mnohých se objevuje

volnočasová aktivita, kterou by mimo výkon zahraniční operace vůbec nerealizovali, například zahradničení nebo psaní deníků. Dále aktivity, které by realizovali, ale v omezeném rozsahu a jimž se zde, díky různorodým volnočasovým dotacím dostává prostoru, například čtení. Poslední kategorií jsou aktivity, které by běžně participanta nenapadlo realizovat, ale když mu v těchto podmínkách byly nabídnuty, využil této šance a nyní plánuje tyto aktivity zapojit i v běžném životě, například jízdu na spinningovém kole. Setkáváme se zde také s jedincem u kterého, je rozsah volnočasových aktivit oproti domovu pouze omezen, ale chybějící aktivity nejsou kompenzovány novou volnočasovou náplní, spíše rozšířením rozsahu aktivit, které může participant realizovat nejen v domácím prostředí, ale s ohledem na omezení na zahraniční operaci také v rámci základny.

*...běžně doma nezahradničím, ale tady je to něco....co vás odvede od všedních povinností.... (H)*

V souvislosti s uvědoměním si změn ve volném čase v tomto diametrálně odlišném prostředí, se objevují také předpokládané dopady na volný čas u jedinců, kteří prožívají život v této naprosto specifické situaci poprvé.

*...předpokládám, že doma si toho svého rytí v hlíně budu vážit opět o trochu více...(G)*

*.....po návratu do ČR se budu rozhodovat ve kterých budu pokračovat dál...k některým věcem jsem prostě změnil postoj.....když jsem se do nich... z nouze pustil...(F)*

Dále vyplouvají na povrch také dopady předchozích zahraničních operací u těch participantů, kteří mají tuto zkušenost a jeví se – nejen z pohledu volného času a jeho významu na zahraniční operaci, jako veskrze pozitivní. Participant uvádějí příznivé dopady této zkušenosti. Druhé či vícere působení označují za přínosné nejen, v boji s nervozitou, ale například i jako skvělý podklad k psychologické přípravě, nýbrž také jako prostředek k pojmenování a následné lehčímu uspokojování vlastních volnočasových potřeb v rámci mise, nebo k jasnému definování hrozeb v případě, že by tyto potřeby byly dlouhodobě odkládány. Lze tedy pojmenovat přínos zjednodušení detekování a uchopení možných rizik vznikajících na základě okleštění rozsahu či obsahu volného času.

*.....podruhé už víte co čekat.....jak se budete cítit.....je to ...snažší...dokonce...  
si to i více užijete... (H)*

*...už vím co potřebuju a co hrozí, když to nedostanu... (C)*

Pro hlubší pochopení subjektivního významu volného času v širších souvislostech je nutné blíže popsat vnímání omezení a dalších specifik, které volný čas příslušníků AČR na základně HKIA ovlivňují.



## Specifika a omezení ve volném čase na základně HKIA

*....to je to...co si pořád nosíte vzadu v hlavě...ve svém nevědomí. To ten volnej čas tady hodně deformuje....z jedný strany ho máme habaděj, ale vlastně ho nemáme vůbec...*  
(S)

Dopady omezení na volný čas jsou z výpovědí participantů patrné. Z jedné strany přinášejí negativní pocity, ze strany druhé jsou tato omezení i jejich dopady ze strany příslušníků AČR očekávané a v běžném rozsahu také tolerované. Určité jejich přijetí ovšem neznamená, že tyto překážky ve volném čase, nepřinášejí osloveným participantům pocity frustrace nebo dokonce intenzivní pocity jakými je smutek nebo vztek. V kontextu s psychickými dopady, které přináší náhlé narušení volného času, ale i to, že toto riziko participantům neustále hrozí, je velmi často zmiňována potřeba kvalitní psychické přípravy a schopnost něčím toto kompenzovat či ventilovat. Toto je ovšem náročné, protože kompenzujete a ventilujete volný čas, který má sám být prostředkem k dosažení těchto cílů, tedy nejen k ventilaci či kompenzaci nakumulovaných nepříjemných pocitů či stresu. Humor, komunikace s kolegy nebo naučené mechanismy jsou dle výpovědí nejčastější volbou k dosažení odbourání dopadů omezení ve volném čase v průběhu zahraniční operace. Pokud se nedaří od těchto negativních pocitů odpoutat nebo je jedinec vystavován omezením příliš často, může docházet ke konfliktům, a to nejen mezi jednotlivými kolegy, ale také ke konfliktům vnitřním. Zároveň s tímto tvrzením se objevuje podmínka psychické způsobilosti a základních osobnostních předpokladů, které umožňují příslušníkům AČR v rámci zahraniční operace bilancovat mezi jednotlivými situacemi a zároveň si zachovávat určitou míru psychické pohody a rovnováhy.

*...já ty omezení moc nevnímám....ostatní to tak cítit můžou....já jsem v tomhle pružnej, přizpůsobím se situaci.....* (S)

V této kategorii sehrává velkou roli i předchozí zkušenost se zahraničními operacemi, nebo alespoň efektivně zprostředkovaná zkušenost kolegů. V případě předchozích zkušeností, nebo vhodné psychické přípravy na tyto situace, snášejí participanté tyto zátěžové situace lépe nežli v případech, kdy „nevěděli do čeho jdou“ nebo měli srovnání jen s přípravou na úrovni cvičení.

Dalším faktorem, ovlivňujícím úspěšnost v tomto procesu, je úroveň rozdílů v trávení volného času v domácích podmínkách a na základně. Osoby, které mají v běžném životě koníčky stejné, nebo blízké těm, jež je možné realizovat v rámci základny, se dle svých vyjádření lépe vyrovnávají s tlakem v rámci volného času, zejména z dlouhodobějšího hlediska, protože okamžité reakce jsou různorodé a v každé situaci jedinečné.

*..na mne mise nemá ani takové dopady.. nejsem nějak víc omezen, než třeba doma.....(C)*

Tato kategorie také poodhaluje sporná, či dokonce protichůdná tvrzení objevující se v kódu zahrnujícím rozsah volného času, kdy na opravdu širokém spektru zaznamenáváme konstatování, dle kterých je volného času přebytek až po prohlášení, že ho mají nedostatek a jeho navýšení by vůbec neškodilo. Tento protiklad se objevuje nejen u jednotlivých participantů, ale mnohdy i v rámci jednoho rozhovoru s jedním participantem a je tedy jasné, že postoj k rozsahu volného času není stabilní. Transformuje se na základě proměnných, jakými je například počet absolvovaných zahraničních misí, doba, kterou již participant na misi strávil, nebo jeho pracovní pozice. Viditelné je také působení větší časové dotace určené pro volný čas ve chvílích, kdy není potřebné stoprocentní pracovní nasazení, ve které však není možné hlouběji plánovat, nebo nějakým způsobem realizovat aktivity dlouhodobějšího rázu. Všechny aktivity ve volném čase se přizpůsobují možnosti přerušeni varovným signálem či pracovní záležitostí. V dané chvíli není brán zřetel na to, kde se voják nachází či jeho aktuální činnost. Emoční reakce na tento jev jsou různorodé, od flegmatického přístupu až po vztek.

*...Každou chvíli něco. Jsem na cestě do posilovny a spustí poplach....hodně typický....ani nevím, jestli to vnímám nějak negativně.....tohle se prostě stává....(S)*

*...tak jasně, že jsem z toho měl negativní pocity, jelikož když si svůj trénink naplánuji a něco mi ho přeruší, necítím se vůbec komfortně....(C)*

Participantů uvádějí, že vhodné rozvržení celého dne a organizace volného času je důležitá. Zároveň se však shodují, že nelze dlouhodobě plánovat v rámci volného času. Z tohoto důvodu může dojít k negativním dopadům, které způsobují uměle zvolené volnočasové aktivity, sloužící jako pouhá výplň, navíc se velmi často opakují pro jejich

omezenou nabídku a jsou poněkud jednostranné či stereotypní. Z tohoto důvodu je důležité hledět také na kvalitu volnočasových aktivit a úroveň prožitku, kterou jedinci tyto aktivity poskytují.

*...připadá mi to takový jednotvárný....rád bych viděl větší pestrost... (S)*

*...když mám jen malý úsek volna, tak docela často nakupuju.....myslím si, že nakupováním přes internet tu čas zabíjí i dost mých kolegů..... (G)*

V souvislosti s tímto tvrzením odhalujeme vztah s kódem zahrnujícím organizaci volnočasových aktivit.

*.....ty aktivity jsou zapotřebí. Jen nesmí být, jak bych to řekl....vynucený, ale na bázi dobrovolnosti...jinak ztrácí svůj účel... (F)*

Organizace volnočasových aktivit je tím, co nám umožňuje poodhalit další omezení, a to omezení informační. Někteří dotazovaní byli schopni jmenovat velký počet volnočasových nabídek, které jsou organizovány a je možné jich využít jednorázově, případně pravidelně. Také těchto nabídek v různé míře a s různou spokojeností využívali. Zbylí dotazovaní je nejen nedokázali vyjmenovat nebo uvést příklad, ale mnohdy o jejich existenci neměli tušení, což je jistě prostor ke zlepšení. Překvapivé je, že nehrálo roli, zda se jedná o jejich první misi, nebo jsou již zkušenými veterány.

*...řízenou mezinárodní aktivitu jsme ještě neměli, nebo jsem ji nepostřehl.... (B)*

*...na základně funguje komunitní centrum, který vyhlašuje program a můžete přijít a třeba být v kontaktu s jinými příslušníky....hodiny sálových sportů....ochutnávky cizí kuchyně...je jich opravdu hodně a je fajn, že je někdo organizuje.... (H)*

Důležitou roli hrají také individuální očekávání směrem k volnému času a to, jak jsou tyto nároky a požadavky naplňovány, případně nenaplňovány. S těmito očekáváními úzce souvisí nejzřejmější omezení, která jsou dána specifickým, v podstatě zcela nepřírozeným prostředím, omezenými prostory a také bezpečnostními otázkami, což tedy naznačuje, že právě omezení jsou jedním z faktorů, formujících význam volného času na základně.

*...záleží, co kdo od toho očekává.... (S)*

*...já si uvědomuju, že ty omezení jsou jako logický... základna nabízí trávení volného času v maximální míře vzhledem k místním podmínkám....volný čas mi přináší uspokojení ... a tento pocit na základně nemám (G)*

*...největší omezení je, že se můžete pohybovat pouze na základně...máte omezený počet sportovišť...je potřeba se specializovat...nemůžete se rozhodnout....(H)*

Bezpečnostní omezení zasahují restriktivně také do oblasti komunikace, a to nejen pracovní, ale také mezi kolegy či s rodinou. Komunikace je dále mimo jiné omezena jazykovou bariérou při komunikaci s příslušníky okolních armád.

*...omezení zde samozřejmě jsou, v komunikaci nejen v kolektivu, ale třeba i teď s vámi musíte přemýšlet...aby to byla ...bezpečná pravda.....tady jsou dobré aspoň slušný základy angličtiny, bez toho by se člověk tady vůbec nedokázal hnout.... (F)*

Z výčtu jednotlivých omezení a jejich dopadů vyplývá, že omezení při výkonu pracovních povinností i ve volném čase, ovlivňují charakter volného času v rámci výkonu zahraniční operace. Všichni účastníci se shodují, že volný čas je pro ně určitá forma svobody, které se jim však v rámci výkonu mise nedostává. Navíc vlivem dalších omezení je volný čas, ale i všechny jeho funkce a přínosy, odsouván do pozadí. Reakce na tyto dopady se různí a jejich příčiny by bylo vhodné podrobit dalšímu zkoumání.

*...vlastně se nikdy nemůžu sebrat a jít si dělat to svoje. Pořád to nedávám, pořád to nade mnou visí. I když si to svoje dělám...tady je to jinak, protože tady ten volnej čas není volnej....vlastně nikdy. Ne v pravém slova smyslu svobodný řečeno...charakter týhle mise mi umožňuje docela dost volného času, ale je to jen volný čas takzvaný....pfff...v uvozovkách „volnej čas“ (S)*

*...nedokážu si vůbec představit...jak by se tady vlastně cítil člověk, kterej by se nedokázal....volnočasově přeorientovat?... (F)*

## Vývoj vnímání volného času v průběhu mise

Participantů výzkumu se ve svých výpovědích shodují v určitých bodech, kdy dochází ke změně ve vnímání významu volného času, jeho využívání nebo jeho transformaci. Zejména se jedná o časové rozmezí, které koreluje s první adaptační fází. Během této je charakteristické velké pracovní nasazení, nutnost rychlé orientace v prostředí i pracovních záležitostech a zároveň nutnost o odložení volnočasových potřeb, a to z pohledu nezanedbatelného časového období, na jehož konci obvykle přichází doba porovnávání rozdílů mezi volným časem v domácích podmínkách a na základně.

*...ze začátku mise...na volnej čas nezbylo moc času. Člověk pak byl přetaženej a hodně unavenej... (B)*

*...volnej čas je pro mě důležitější doma, tady jde stranou...(G)*

V tomto volnočasovém bilancování může nejprve volný čas během zahraniční operace vycházet jako pomyslný vítěz. Nejprve je vnímán jeho čistý rozsah navýšený o čas, který obvykle pohltí běžné denní záležitosti, jenž v běžném životě z tohoto volnočasového rozpočtu ubírají významnou část.

*...mění, jelikož volného času je v průběhu působení na misi víc...(C)*

V další fázi se však začíná projevovat fenomén nudy a stereotypie související s potřebou se ve volném čase nějakým způsobem vymezit, najít a naučit se vytěžit z volného času to, co od něj individuálně očekávají či potřebují.

*...lze říci, že si o aklimatizační fázi...každý najde ten svůj režim a způsob trávení volného času... (H)*

I zde je, dle tvrzení participantů, přínosná předchozí zkušenost se zahraniční operací, protože schopnost efektivního nakládání se specifickým volným časem na základnách je dle názorů participantů přenosná z operace na operaci. Nicméně každý jedinec musí tuto svou volnočasovou taktiku odhalit a nastavit samostatně.

*...šest měsíců, za tu dobu vám některý věci zevšední...nebo se jich přejíte... pak je potřeba trávení toho volného času změnit... (H)*

*...nemám potřebu na svém stereotypu nic měnit (4 zahraniční mise)... dostávám z něj to co potřebuji...(C)*

*...v tomto ohledu jsem měl již hranice nastavené. Přeci jen nejsem zde poprvé a vím co můžu očekávat... čeho se vyvarovat... od začátku jsem se snažil najít si dost to své, to co mi přinese to, co od volného času očekávám... (F)*

V souvislosti se zvolenou volnočasovou strategií se u některých objevují tendence k individualizaci volného času.

*...s kolegy trávím čas pouze v pracovní době, v mimopracovní době jsem rád sám a nemám potřebu se s někým stýkat či bavit se... (C)*

Tento jev však nekoreluje s počtem odsloužených zahraničních operací a zároveň je rozsáhlejší, než by se dalo očekávat na základě dat předchozích výzkumů v této oblasti.

Participant	Hulk	Superman	C. Amerika	Batman	Flash	Gamora
Mise	2	3	4	1	2	1
Individuální	ANO	ANO	VÝHRADNĚ	ANO	ANO	ANO
Skupinové	MÁLO	ANO	NIKDY	ANO	ANO	MÁLO

Zdroj: vlastní tvorba autorky

Oslovení participanti trávící volný čas i skupinově, se také vyjadřují v tom smyslu, že tyto skupinové aktivity jsou přínosné, obohacující, avšak neřadí je mezi stěžejní. Tyto aktivity tedy pravděpodobně můžeme vnímat jako prostor k získávání nových podmětů, předávání zkušeností a upevňování kolektivu v případě, že tuto potřebu jedinec pociťuje.

*...společná setkání...beru jako takový bonus...zvládnul bych to i bez nich...ale mám je rád (F)*

Posledním časovým obdobím, ve kterém lze v některých případech vnímat vývoj ve významu volného času, je období před návratem do vlasti, v němž hrozí riziko ztráty soustředění, mění se stereotypní pracovní náplň a pracovní záležitosti se připravují na předávání práce dalšímu úkolovému uskupení.

*...ke konci mise... jste nervózní i z toho volného času a vůbec to neutíká a zároveň se musíte nutit, jako udržet tu pozornost..“ (H)*

Vývoj vnímání volného času na zahraniční operaci na základně HKIA však stěží zcela kategorizovat, protože se jedná o velmi individuální záležitost, kterou ovlivňuje více proměnných nežli jen aktuální pobyt na základně. Například participant ukrývající se pod pseudonymem Gamora, se zcela vymyká tvrzením kolegů, která se vzájemně

doplňují a překrývají. Participant Gamora si žádné proměny ve volném čase nepřipouští, svůj volný čas vnímá bez přidané hodnoty, převážně jako čas k odpočinku k dalšímu pracovnímu nasazení s tím, že k duševnímu sebezvoji by volila spíše dovolenou. Další vývoj ani změny také neočekává. Tento participant se však v rámci rozhovoru otevřeně přiznává k profesnímu syndromu vyhoření, kterému nepomohla ani tato zkušenost se zahraniční operací a po návratu do domoviny neplánuje prodloužit svůj mnohaletý závazek u AČR. Souvislost mezi syndromem vyhoření a jeho prevencí pomocí právě i volného času a zmírňování stresu, je všeobecně znám. Je tedy možné, že odpovědi participanta byly tímto syndromem vyhoření ovlivněny.

## Volný čas, práce a život na základně

Působení volného času na kategorii práce i kategorii života a společného soužití na základně subjektivně popisovali oslovení participanti buď pozitivně, nebo neutrálně, v případě, že si nebyli vědomi konkrétního působení na tyto jevy. Názory participantů se tedy obvykle odlišovaly spíše v intenzitě, případně rozsahu působnosti volného času na toto odvětví. Participanti, kteří preferují individuální trávení volného času, vztahovali pozitivní vliv primárně k individuálním volnočasovým aktivitám, ačkoliv si obvykle byli vědomi i pozitivním působením skupinově tráveného volného času na ostatní kolegy, kteří od volného času vyžadují i určitou funkci společenskou, sociální.

*... pro někoho jsou hromadné aktivity možná přínos...pro mě rozhodně ne... nepreferuji, nemám je rád...jsem vděčnej, že tam takovýhle věci jsou, podle mě je to pro nějaký kluky důležitý... (C)*

Subjektivní přínosy v oblasti života z pohledu jednotlivce souvisí s osobností každého jedince. Někteří jsou schopni se zcela seberealizovat v oblasti práce a volný čas je pro ně prostorem k odpočinku, rozbitím stereotypu, nových impulsů nebo předcházení stresu, k čemuž je nutné naučit se s volným časem pracovat a organizovat ho. Tedy ukotvit ho v každodenním řádu a tím odlišit od běžné rutiny. V souvislosti s řádem přináší volný čas dle výpovědí oslovených participantů také přínos v subjektivním zkrácení času. Zahánáním nudy a odvedením pozornosti od stesku, povinností a každodenních drobných těžkostí, dochází k subjektivnímu zkrácení celkové doby mise, ačkoliv objektivně je délka samozřejmě stále stejná. Neméně důležité je ve vymezeném čase ukotvit čas na odpočinek, nejen pasivní, ale také aktivní, pokud je pro jedince subjektivně důležitý k udržení psychické pohody a minimalizování psychických či fyzických dopadů vlivem vyčerpání. Nedostatek volného času je vnímán jako jednoznačně negativní záležitost s nepříznivými dopady na jedince, což si někteří participanti i zpětně uvědomují a hovoří tedy nejen o svém teoretickém názoru, ale o konkrétní zkušenosti. Tyto dopady se projevují v emoční i kognitivní rovině, zejména v oblasti soustředění.

*...přijdete na jiný myšlenky....dostanete nový impuls...je lehčí se soustředit...rozbijete ten stereotyp práce.... (H)*

Podobně lze hovořit také o benefitech v oblasti soužití na základně. Nejčastěji zmiňovaným benefitem skupinového volného času byla možnost předcházení vztahovým



problémům, díky možnostem preventivního působení, prostoru k řešení konkrétních sporů, možnosti úniku od těchto problémů nebo benefitu ve formě sbližování lidí, kteří se na společenském životě na základně podílejí. Častou uvědomovanou hrozbou se stává ponorková nemoc a její projevy. Právě volný čas je prvním zmiňovaným redukčním činitelem při procesu vzniku tohoto fenoménu. Volný čas poskytuje v rámci základny možnost vidět kolegy v jiném než pracovním světle, což podporuje přirozený vznik vztahů, nalézání sympatií i antipatií. Společný volný čas a aktivity v něm naznačují také možnost polidštění vojenské hierarchie. Z velitele nebo nadřízeného se může stát spoluhráč či protihráč, a naopak v případě podřízených. Navíc zdravá soutěživost kolektivu prospívá, vzájemné hecování zvyšuje nejen motivaci, ale promítá se i do pracovního procesu.

*...vzájemně se hecujeme... soutěžíme... zvyšujeme motivaci... my se fakt jen tak škorpíme, jinak si samozřejmě krejeme záda... (F)*

Oceňovanou možností ve volném čase, z pohledu skupinových aktivit, je příležitost potkávat nové lidi. Ti, kteří o seznamování neprojevují zájem, protože jim subjektivně nic nepřináší, alespoň oceňují tuto možnost pro případ, že by se jejich postoj nějakým způsobem změnil. Ovšem také, protože tuto potřebu po setkávání se s novými lidmi ve svém okolí vnímají včetně přínosů pro konkrétní jedince v jejich okolí. Participantům, kteří o seznamování zájem projevují, přináší jednoznačné benefity.

*...poznáte člověka jinak... naleznete další společný téma... mikrosvět základny se s každým dalším takovým rozroste... (B)*

Přínos lze také nacházet v boření jazykových bariér. V rámci volného času se participant uvolní. V zápalu pro věc se necítí být tolik svazován a je ochoten komunikovat jazykem, ve kterém se necítí tolik jistý i za doprovodu nonverbálních projevů, poznávat kulturní a společenská specifika zahraničních kolegů, což má vliv i na pozdější případnou pracovní kooperaci v rámci kontingentu.

*... když dojde k promísení družstev, tak různé zkušenosti a znalosti jsou v této skupině předávány... boří se i jazyková bariéra a lidé jsou schopni ... se dorozumět všelijak... rukama, nohama... spíš se tak vzájemně obohacujeme... (F)*

Mezi přínosy volného času na život na základně lze také zařadit to, že v jeho rámci lze v jedincích probudit touhu začít participovat nejen na svém volném čase, ale také

na omezeném společenském životě a tím i zlepšovat kvalitu života na základnách. Volný čas by se mohl stát cestou k rozvoji od pouhého odběratele zábavy a volnočasové nabídky, směrem ke spolutvorbě jeho obsahu a vlastní seberealizace. Dle vyjádření jednoho z participantů stojí v cestě tohoto rozvoje mimo jiné rozvoj a vliv komunikačních prostředků, který je jinak velmi přínosný. Z jedné strany velmi usnadňují komunikaci s rodinou, řešení problémů v domovině a také nabízejí mnoho lehce dostupných forem zábavy, avšak subjektivně se negativně promítají do vztahů v rámci úkolového uskupení i širšího okolí.

*... osobně si všímám teda vlivu těch moderních technologií.... tady ty osobní vztahy trochu uvadají... (S)*

Vliv volného času na práci a pracovní podmínky popisují participanté jako významný a jednohlasně se na něm shodují.

*...můj volný čas velmi silně ovlivňuje můj pracovní výkon... (C)*

Individuálně trávený volný čas je prostředkem k odpočinku, který má velmi významné postavení v každodenním životě vojáka na misi (více v následující kapitole). V rámci individuálně tráveného volného času na základně HKIA je také možné se poměrně efektivně vzdělávat či rozvíjet v oboru, což přeneseně ovlivňuje pracovní výkon, zejména díky možnostem kreativních řešení pracovních záležitostí na základě nově nabytých znalostí či dovedností. Volný čas tak může být také časem přemýšlení, kontemplaci a hledání vnitřní rovnováhy, což dle výpovědí participantů vede k většímu pracovnímu nasazení, a naopak nedostatek prostoru k těmto procesům má velmi negativní dopady na člověka v jeho holistickém pojetí.

*...pokud nebudu mít volný čas... utřídit svoje myšlenky...se na mě tohle všechno podepíše... narovinu říkám, to období už tu bylo...byl jsem nerudnej, podrážděnej a schopnej se rozčítit kvůli každý maličkosti... (F)*

*...pokud by...dlouhodobě nemohla...provádět svoje koníčky, tak by to určitě mělo dopad na moje duševní zdraví... (G)*

Protože volný čas může být ventilem pro nepříjemné pocity, nebo i jen pouhou nahromaděnou energii, poskytuje možnost pracovat s čistou hlavou, bez vedlejších emocí. Vhodně trávený volný čas po boku kolegů zlepšuje spolupráci i komunikaci

a zároveň předchází konfliktům, které by mohly negativně narušit běh pracovních záležitostí. Celkově, díky volnočasovým aktivitám, dochází k podpoře dynamiky skupiny, její kooperace a poskytuje možnost převzít a aplikovat zkušenosti, které bylo možné si ve volném čase osvojit od kolegů či nadřízených.

*...nedostatek volného času určitě způsobuje u mě a myslím si, že i u těch kolegů tu nesoustředěnost a určitou roztěkanost v práci a také podrážděnost při řešení problémů ...*(G)

Narušení volného času tedy vede k nižší kvalitě práce. Poněkud překvapivě je však pozitivně vnímaný vliv fyzické únavy vycházející z aktivně tráveného volného času. Setkáváme se také s tvrzením, že volný čas neovlivňuje práci jednostranně, ale práce může ovlivňovat také volný čas, a to nejen ve smyslu výše rozebíraných omezení, ale na základě charakteru vykonávané práce také ve smyslu volnočasové náplně a funkcí volného času, jejichž naplnění participanti hledají. Jednoduše řečeno, pokud v práci aktuálně dochází k velkému výdeji energie, je volný čas směřován spíše k relaxaci a odpočinku. Naopak v obdobích stereotypní kancelářské administrativy je potřeba vypustit nahromaděnou energii.

## Funkce volného času v rámci zahraniční operace

Pokud vezmeme v potaz shrnutí funkcí z přehledové části do třech významových oblastí na odpočinkovou/kompenzační, zábavu/rozptýlení a oblast seberozvoje, je možné se ve výpovědích participantů setkat se všemi oblastmi. Mimo jiné si uvědomují také funkci preventivní. V přehledové části ještě okrajově zmiňujeme funkci ekonomickou, která je však v rámci základny téměř pasé, protože volnočasové aktivity jsou poskytovány zdarma. Finance jsou vynakládány pouze při nakupování. Nejhojněji a nejvýrazněji je však zmiňována oblast odpočinku a kompenzace. Nejenže participanty napadala jako první, také měli jasně utvořenou představu o její náplni a rozsahu.

Odpočinek, oddech od práce, relaxace, znovunabytí sil se záměrem udržení zdraví a duševní pohody je dle výpovědí to nejdůležitější co od volného času lze očekávat ať jste žena či muž, na své první misi nebo na čtvrté a bez ohledu na to, zda jste zdravotník nebo psycholog. Bez odpočinku nefunguje nic správně, ani výkon práce a v podmínkách základny může být únava či nepozornost fatální. Navíc faktor strachu, že zde nejste zodpovědní jen sami za sebe, ale závisí na vás i životy ostatních, je velmi významný. Důležitou roli sehraává také odpočinek aktivní, zejména sport. Poté i odpočinek pasivnějšího charakteru, jakým je četba, sledování filmů, anebo komunikace s rodinou.

*...My tady tomu říkáme obnova sil pro práci... (S)*

V podobné frekvenci byla zmiňována oblast seberozvoje a zábavy/rozptýlení. Jedinci upřednostňující individuální volnočasovou náplň poměrně často hovořili o určitém kultu těla, které lze zařadit do fyzického seberozvoje. „Udržovat se ve formě“ někteří vnímají až jako povinnost a nemožnost tréninku v nich vyvolává nejen úzkost, ale v krajním případě i fyzické projevy.

*...jsem zvyklej pravidelně svoje tělo vystavovat zátěži a když ji nedostane...tak má takový malý absták a je cítit, že si říká o to, abych ho trochu unavil... mám pak i syndrom neklidných nohou... (C)*

Pokud individualisticky zaměřeným jedincům nepřinášel sport prožitek na takové úrovni, aby byl důvodem volby této aktivity, nahradilo jej například čtení jako způsob odvedení pozornosti od těžkostí, stereotypu a povinností, ale také jako relax či seberozvoj a proto stojí na hranici všech třech výše zmíněných oblastí.

*... na základně... se mohu... věnovat v podstatě jenom tý četbě knih... moje nejoblíbenější činnost ve volném čase... odpočinu si od práce, rozšiřuji si obzory, vlastně si oživuji angličtinu... slovní zásobu...je to i takový únik do jiný reality... (G)*

Naopak jedinci, kteří rádi tráví čas jak individuálně, tak v kolektivu, často zmiňují prožitek z přítomnosti jiných osob, a proto volí v oblasti seberozvoje nejen sport, ale také sociální a kulturní prožitky.

*... zajdu za svýma kolegama z jiných pracovišť, to přídú hned na jiný myšlenky...(S)*

Také seberozvoj, díky sebevzdělávání (učení se jako koníček), je tím, co dostává prostor ve volném čase na základně. Ačkoliv není tak časté, neobjevovalo se ve výpovědích ojediněle.

*...Mám hodně času na dokumentární filmy... (S)*

Nasyceny tedy byly všechny zmíněné okruhy funkcí volného času, nicméně poněkud překvapivě, v rozhovorech lze zachytit v různé četnosti i funkce volného času dle Opaschowského v jeho podrobné kategorizaci. Je tedy zjevné, že volný čas na základně HKIA může být prostředkem k dosažení těchto funkcí v rámci výkonu zahraniční operace příslušníkem AČR, a to i přes výše popsaná omezení volného času a za ztížených podmínek i v omezeném rozsahu.

Jednotlivé funkce dle výše zmíněné kategorizace:

Rekreační	
	„čas k odpočinku, nabrání sil pro další práci...“ (G)
Kompenzační	
	„nejčastější náhradou je komunikace s kolegama, společně si zanádáme...“ (F)
Katarze	
	„ člověk se musí za den trochu odreagovat, vypnout a přijít na jiný myšlenky“ (B)
Ventil	
	„nedokážou, najít ten svůj výpustný ventil... vlastně vypadají jak chodící sopka“ (F)
Konzum	
	„docela často nakupuju, zejména na eshopech.... Myslím si, že nakupováním tu čas zabijí i dost mých kolegů...“ (G)
Kongruence	
	„já ho většinou trávím aktivně. Jinou prací nebo sportem...“ (H)
Edukace	
	„můžete tu navštěvovat jazykové kurzy...“ (S)
Kontemplace	
	„bez něj si vlastně neumím představit život, neví, zda by bez něj měl život smysl...“ (G)
Enkulturační	
	„tady existuje tradice, že každý stát zorganizuje v rámci svého působení nějakou volnočasovou aktivitu... během vztažený k nějaký jejich národní události, třeba vznik státu. (H)
Komunikace	
	„většinou volám, nebo se snažím nějak komunikovat se svojí snoubenkou...“ (C)
Participace	
	„Ty lidé by se měli chtít sami zúčastnit... něco vymyslet a společně zrealizovat.“ (F)

Tabulka vlastní tvorby

## Traumatické události a proměnlivost volného času

Participantů výzkumu se shodují na významném vlivu traumatických událostí na podobu volného času v rámci mise. Zároveň je však nutné počítat s tím, že pokud jde o projevy PTSD, mohou a pravděpodobně budou odloženy řádově v časovém úseku týdnů, mnohdy i měsíců. Pokud jde o negativní intenzivní prožitek jako takový, promítá se na základě výpovědí do volného času velmi různorodě. Jedinec s touto zkušeností může najednou zcela přehodnotit své priority a například soustředit svůj volný čas na rodinu, nebo alespoň na komunikaci s ní, kdykoliv je mu to podmínkami umožněno. Zároveň se však může zachovat naprosto opačně a odstříhnout vše, co má rád. Nejen rodinu, ale i aktivity ve volném čase. Objevit se může také únik do nemoci nebo naopak tento zážitek potlačují a snaží se vrátit do pracovního i volnočasového procesu, jako by se nic nestalo, avšak s větší mírou intenzity. I přes to, lze považovat volný čas za možnost určitého manipulačního prostoru, který umožňuje vojákům se svými pocity pracovat, zpracovat je anebo naopak pomůže odvést pozornost od vlastních myšlenek a potlačit je.

Častým způsobem odfiltrování negativních dopadů vycházejících z této zkušenosti může být humor, mnohdy velmi černý, v podobně smýšlející společnosti kolegů. Oporu může poskytnout psycholog nebo kaplan, bohužel však z rozhovorů vyplývá, že příslušníci AČR nejsou příliš ochotní tyto své pocity řešit jinak než výše uvedeným humorem, zejména kvůli předsudkům.

*...protože se o podobných situacích nebavíme, to víte, tady je to drsnější prostředí (nadsázka), tak se to moc nerozmazává... (B)*

## Volný čas jako regulátor stresu

Lamerson (1996, s. 195-204) uvádí, že účastníci misí, jsou vystaveni jedinečné kombinaci jednotlivých stresorů, které dlouhodobě působí na psychiku každého z nich.

Forró ve své práci zjišťuje, že 99 % oslovených respondentů výzkumu souhlasí s tvrzením, že volný čas v rámci zahraniční operace pomáhá k psychickému oproštění od každodenních problémů a stresu.

Vhodné trávení volného času může být kvalitním kompenzátorem pocitů stresu a sehrává důležitou roli v jeho vyrovnávání, a to zejména u osob, které jsou v rozsahu volného času omezeni. V případě, že jsou běžně omezeni ve volném čase, je tento efekt vyšší, pokud se jeho rozsah jednorázově navýší (Qian a kol. 2014 in Kolaříková, 2017, s. 23).

Této kategorii se dotýká několik otázek a mnohdy se kód stres objevuje v překvapivých spojeních, nejčastěji se subkategorií volný čas, včetně kategorií odpočinek, volný čas a pracovní výkon, volný čas a vztahy, volný čas a soužití na základně. V subkategorii emoce, kam spadá i samostatná kategorie stres, je časté propojení s kategorií zahrnující negativní emoce. Díky tomuto rozštěpení je nutné vnímat stres nejen z pohledu stresujících faktorů v průběhu mise, ale také stresu, který vychází z domácího prostředí a subjektivně ovlivňuje psychiku jedince, zejména pokud se jedná o účastníka v pozici rodiče. V této situaci si totiž účastníci výzkumu na zahraniční operaci častěji uvědomují negativní emoce spojené se stresem vycházejícím z domácího prostředí.

*...já tu zkušenost nemám, ale nechtěl bych být v kůži kolegů, kteří musí doma řešit něco závažného, třeba rozchod.. (H)*

V oblasti stresu, který vzniká vlivem pobytu na základně a výkonu náplně zahraniční operace, se shodují všichni oslovení účastníci na tom, že volnočasové aktivity a celkově volný čas, jsou v úzkém propojení se stresem a dopady na psychiku jedince i skupiny a volný čas se může stát prostředkem k jeho regulaci nebo alespoň částečnému a dočasnému odbourání.

*„pomáhá nám (volný čas, skupinové aktivity) to zvládnout společně stres a jiné překážky.“ (F)*



Participantů výzkumu přikládají tomuto tématu pravděpodobně velký význam, protože byl jako jeden z mála často doplněn o výraznější hlasovou intonaci či změnami v nonverbálním vyjadřování. Nedostatek volného času, může být sám sebou spouštěčem určitého stresoru. O tom jsou subjektivně přesvědčeni účastníci hovořící o zjevných dopadech stresu na psychiku v rámci zahraniční operace a objevuje se i potřeba ventilovat energii, pro udržení psychické pohody, ale také vzájemných vztahů, což jsou dvě hlavní oblasti, na kterých se může kumulace stresu dle vyjádření účastníků projevit.

*„...Pokud není volný čas, dochází k takzvané kumulaci stresu.... což v podmínkách, kde jsme neustále pod tlakem a jakoby ve stresu, není dobře....“ (F)*

Zároveň je rozeznatelná určitá potřeba odbourávání stresu, zejména sportovními aktivitami, ale také odpočinkem ve volném čase, nebo ostatními aktivitami, kterým se dostává prostoru v rámci volného času.

*...tak za mě jsem přesvědčena, že ten stres....tak ze sebe potřebuju dostat tím sportem a tedy tím volným časem...(C)*

*.....Kdo neumí odpočívat, vhodně relaxovat, zorganizovat si ten volnej čas nějak vhodně, určitě se dlouhodobě dostane do stresu. (S)*

Spojení stresu a volného času lze tedy vnímat minimálně jako dvousečné – nedostatek volného času může způsobovat stres, a zároveň stres v rámci výkonu zahraniční operace, může být, vhodně zvolenou volnočasovou náplní s dostatečnou časovou dotací, naopak regulován. Současně lze negativně hodnotit opomíjení působení stresujících situací, vycházejících z odloučení od rodin, nebo situací, které je nutné řešit na dálku v omezeném režimu a věnovat podporu účastníkům zahraničních operací i jejich rodinám a tím podpořit příslušníky AČR v odbourávání stresu. Tato zjištění jsou tedy v souladu se zjištěním výše zmíněných studií a výzkumů, které volný čas vnímají jako prostředek k oproštění se od specifických stresorů během mise, včetně působení domácího prostředí. Zároveň však upozorňují na možnost, kdy se volný čas a jeho nedostatečný rozsah či nevhodně zvolená náplň nebo forma, může sám stát hrozbou.

## Shrnutí výsledků výzkumu

Z analýzy uskutečněných rozhovorů vyplynulo, že volný čas i volnočasové aktivity kterými je naplněn, hraje pro příslušníky AČR v rámci výkonu zahraniční operace v Afghánistánu na základně HKIA významnou roli. Volný čas pro ně subjektivně znamená svobodu, čas, ve kterém mohou být sami sebou a dle vlastního uvážení s ním mohou nakládat. Ačkoliv je tento význam na zahraniční operaci omezen, považují tato omezení za odůvodněná a dokáží si v omezeném režimu najít cestu k uspokojení vlastních požadavků na volný čas, nebo jsou alespoň ochotní tyto požadavky odložit, případně kreativně kompenzovat náhradní aktivitou. I přes tuto schopnost však dlouhodobá omezení ve volném čase, zejména pokud jsou silně restriktivního charakteru, přinášejí negativní pocity, podporují vznik frustrace a promítají se do pracovní i osobní sféry života na základně i mimo ni – což je možné vnímat například na komunikaci s rodinou. Volný čas příslušníků subjektivně ovlivňují omezení i v době, kdy zrovna nejsou akutně či dlouhodobě uplatňována. Působí sekundárně na psychiku tím, že neustále hrozí a je nutné s nimi neustále počítat, zejména v oblasti plánování volného času. Nedostatek volného času je vnímán jako jednoznačně negativní záležitost s nepříznivými dopady na jedince. Tyto dopady se na základě popsanych zkušeností projevují v emoční i kognitivní rovině, zejména v oblasti soustředění.

Z rozhovorů dále vyplývá spojitost mezi předchozí zkušeností se zahraniční operací nebo alespoň kvalitní přípravou (formou předávání těchto zkušeností a ukotvením volného času v režimu na základně). S větší lehkostí definují vlastní volnočasové potřeby zkušenější veteráni. Uvědomují si dopady a hrozby jejich dlouhodobého odkládání. Pokud není dlouhodobě umožněno individuálním (a pro každého originálním) způsobem provozovat volnočasové aktivity a ventilovat negativní pocity, které ve specifických podmínkách zahraniční operace kumulují, hrozí vznik konfliktů, a to nejen sociálních, ale také vnitřních. Tento proces je mimo jiné ovlivněn rozdílností volného času v domácích podmínkách versus volného času na základně HKIA, dále pak osobnostními rysy, psychickou stabilitou a schopností pružně reagovat na jedinečné situace a vyrovnávání se s tlakem krátkodobého i dlouhodobého charakteru.

Vývoj vnímání volného času na zahraniční operaci 20. úkolového uskupení tedy lze kategorizovat s obtížemi, protože se jedná o velmi individuální oblast, kterou ovlivňuje více proměnných nežli jen aktuální pobyt na základně. Nicméně lze vytyčit hlavní body,

v nichž může dojít ke změně vnímání volného času, a to zejména v první a poslední adaptační fázi, po traumatické zkušenosti nebo v době, kdy je určitým způsobem narušen pravidelný řád či dynamika sociálního kolektivu.

Subjektivní vnímání působení volného času na kategorii práce i kategorii života lze popsat jako pozitivní, případně neutrální. Postoje k volnému času ve vztahu k sociálnímu i pracovnímu životu se obvykle odlišují spíše v intenzitě, případně rozsahu působnosti volného času na tato odvětví. Z pohledu života jedince je volný čas prostorem k odpočinku, změně zaběhlých rutinních stereotypů, získávání nových impulsů, prevenci stresu a odpoutání se od negativních pocitů a nudy. Z pohledu sociální skupiny je volný čas nejčastěji vnímán jako redukční činitel při vzniku ponorkové nemoci či konfliktů v pracovních skupinách i mimo ně. Zároveň může být katalyzátorem zlepšování kvality života na základních vlivem participace ve volném čase i mimo něj. Nabízí prostor k předávání zkušeností, případně upevňování dynamiky pracovní skupiny a zlepšení komunikace v ní.

Významnou roli pro příslušníky AČR v rámci zahraniční operace hraje odpočinek ve volném čase. Prostor k obnově sil ve své aktivní i pasivní formě, má subjektivně vymezen širší rozsah, nežli oblast seberozvoje či zábavy. Žádná z funkcí volného času není zcela omezena či upozaděna, pokud to není na základě individuálního svobodného rozhodnutí.

Volný čas je i přes všechny omezení prostorem k regulaci stresu i běžných denních obtíží, které se mohou objevovat v rámci zahraniční operace Resolute Support. Zároveň se může sám stát prostředkem spouštějícím stres, zejména pokud dlouhodobě není vhodně nakládáno s jeho obsahem či rozsahem, případně není-li specifickými podmínkami dlouhodobě umožněno věnovat se volnému času.

Stres i traumatické události významně ovlivňují podobu individuální náplně volného času na základně. Reakce na traumatické události mají rozmanitou povahu zcela individuálního charakteru.

## Diskuze

Analýza získaných dat pomohla osvětlit oblasti týkající se významu volného času pro příslušníka AČR 20. úkolového uskupení na základně HKIA v Kábulu. Uvedená zjištění tohoto výzkumu jsou v částečné shodě s výzkumy, které byly realizovány v tematicky blízkých okruzích nebo jsou všeobecnějšího rázu. Potvrzuje se například tvrzení, dle něž spojují vojáci AČR volný čas na zahraničních operacích s kvalitou pracovního výkonu. Forró (2014, s. 43) však o volném čase v tomto kontextu hovoří spíše jako o čase k odpočinku – „*subjektivně vnímají souvislost mezi odpočinkem podle svých představ a připraveností na plnění služebních povinností i s kvalitou odvedené práce. A že jsou si vědomi také významu relaxace pro svou práci*“. Na základě rozšiřujícího výzkumu na konkrétním příkladu 20. úkolového uskupení v Afghánistánu se nám však toto tvrzení nejenže potvrzuje, ale také rozšiřuje o další hlediska volného času související s pozitivně ovlivněným pracovním výkonem. Vyplová na povrch, že práci i celkový život na základně ovlivňuje většina funkcí volného času, nejen ta do níž spadá odpočinek. Často zmiňovaným ovlivňujícím prvkem volného času je například jeho společenská funkce, u níž lze popsat účinek na zkvalitnění spolupráce i získávání potřebných zkušeností v jiné, než-li pracovní formě. Mezi další benefity volného času ve vztahu k plnění úkolů je vhodné zmínit například pozitivní přínos v oblasti vztahových konfliktů, kladné preventivní dopady na kolektiv jako takový, přínos volného času jako regulátoru stresu a jeho dopadů na pracovní výkon nebo například jeho pozitivní přispívání k ukotvení pracovní doby v režimu dne. Nicméně to, že relaxace, odpočinek, znovuoobnova sil k výkonu práce hraje významnou roli ve volném čase na zahraniční operaci, je bezesporu. Prostor ke zlepšení této práce však nalézá v přípravě příslušníka AČR na zahraniční operaci a volný čas v jejím průběhu. V rámci výzkumu bylo naznačeno, že jedinci, kteří nemají předchozí nebo alespoň intenzivně zprostředkovanou zkušenost, mají větší obtíže s přizpůsobením se ve volném čase v rámci výkonu mise. Z výzkumu lze odtušit, že odpočinek a relaxace jsou v rámci přípravy zmiňované a vyzdvihované oblasti volného času, ovšem volný čas má pro vojáka v Afghánistánu mnohem širší a hlubší, i když značně individuální význam v širším, než-li regeneračním kontextu. Význam volného času na základně HKIA má pro jedince hluboký subjektivní význam. Tento význam se v průběhu času může přirozeně proměňovat. Na základě vyhodnocení rozhovorů je zřejmé, že k těmto změnám dochází v souladu s adaptačními fázemi dle Dziakové (2009).

Forró (2014, s. 43) uvádí, že sport je tím, čím nejčastěji zaplňují volný čas příslušníci AČR na zahraničních operacích. Tato práce nabízí poněkud hlubší pohled. Ačkoliv participanti sport zmiňují velmi často, při hlubším uchopení tématu je patrné, že sport ne vždy vnímají jako volnočasovou aktivitu, ale spíše jako záležitost spadající do polovolného času nebo také do funkce kongruence, kdy je volný čas naplňován aktivitami podobnými práci. Volný čas i jeho náplň je ovlivněna vysoce individualizovanými potřebami ve volném čase, které úzce souvisejí s osobnostními rysy jedince a jeho životními zkušenostmi a to i přes veškerá omezení, která na základně HKIA působí. V této oblasti by pravděpodobně bylo vhodné podrobit volný čas dalšímu zkoumání, nicméně korelace volného času a sportu na základnách, patrně nebude kauzální, ale do jisté míry bude souviset s charakterem tohoto povolání, které, jak si Forró sám všímá, klade velké nároky na fyzickou zdatnost a připravenost.

Jako rozporné se jeví také tvrzení, že příslušníci AČR vnímají volný čas čistě jako soukromou záležitost a upřednostňují jeho organizaci pouze samotní. (Forró, 2014, s. 44) Na příkladu tohoto uskupení v Afghánistánu se ukazuje, že ačkoliv se někteří v souladu s tímto tvrzením vyjádřili, jiní naopak organizovaný čas oceňují a je důležitý pro jejich pracovní výkon i duševní pohodu a mnohdy i ti, kteří organizovaný volný čas sami pro sebe nepožadují, v něm spatřují definovatelné přínosy pro ostatní ve skupině. Důležité je však hledisko dobrovolnosti. Organizovaný volný čas by na základě zjištění této práce měl zůstat jako nabízená, dobrovolná možnost. Zlepšit by se však mohla informovanost o této nabídce, protože informovanost participantů výzkumu byla velmi rozmanitá – od minimální až po opravdu široký přehled a to bez ohledu na to, zda projevovali o tuto formu trávení volného času intenzivní zájem nebo ji striktně odmítali.

*„To, že výzkumy nejsou v absolutní shodě, není překvapivé, protože každá ze zahraničních operací probíhá v jiných podmínkách. Pokud chceme srovnávat jednotlivé mise navzájem, narážíme na značná metodologická omezení výzkumu.“* (Brit, Adler, 2003, str. 245).

Oproti tomu v plné míře se shodují zjištění týkající se vztahu volného času a jeho preventivní funkce PTSD, ale i stresu, stejně jako poskytnutí manipulačního prostoru k vyrovnávání se s každodenními drobnými obtížemi, které dlouhodobě mohou mít velmi negativní dopady na celkovou psychosomatickou stránku člověka i přesto, že je velmi houževnatý a odolný. Tato práce nejenže na zvoleném příkladu potvrzuje zjištění pana

Forró, ale zároveň doplňuje vztah volného času a dopadů traumatických událostí i z druhé strany, když se pokouší o ucelení dopadů těchto zkušeností na podobu volného času v rámci mise. Z názorů a zkušeností respondentů, i dostupné literatury (Dziakova, 2009) vyplývá, že PTSD jako takové volný čas příslušníka AČR v rámci výkonu mise neovlivňuje, protože díky zákonem dané lhůtě mezi jednotlivými běhy zahraničních operací, se PTSD jako takové projeví obvykle v období mimo zahraniční operaci. To ovšem neznamená, že traumatická událost jako taková, neovlivňuje podobu volného času, jeho obsah či formu. Konkrétní změny je však velmi obtížné definovat, protože škála reakcí na tyto události, stejně jako na dlouhodobý stres, jsou velmi různorodé – od pasivity, přes nelogické jednání až po neopodstatněnou intenzivní aktivitu, zejména pracovní. Tyto reakce jsou však v souladu s akutními reakcemi na stres definovanými v MKF dle WHO, které se však dle Smolíka (1996, s. 268) objevují bezprostředně po události a během několika dní vymizí.

*„Podstata a frekvence potencionálně traumatických událostí se v každé operaci liší „(Brit, Adler, 2003, str. 245). Z čehož je zřejmé, že i dopady těchto událostí v rámci zahraniční operace budou mít jinou formu, intenzitu i rozsah.*

## Závěr

Význam volného času je u příslušníků AČR v rámci zahraniční operace posunut pod vlivem uvědomovaných a respektovaných omezení specifických pro prostředí základny. Úroveň přípravy na tato specifika souvisí s adaptací nejen na volný čas, ale také s adaptací na práci a život na základně jako takový. Dostupnost funkcí volného času je těmito faktory taktéž ovlivněna, ne však plně znemožněna. V případě potřeby je možné tyto funkce individuálně naplňovat, ovšem mnohdy obdobným či zcela alternativním způsobem, oproti životu v běžném prostředí. Toto se odvíjí zejména od osobnostních požadavků ve volném čase a rozdílností možností v domácím prostředí a v rámci zahraniční operace.

Významnou roli v rámci pobytu na základně, hraje zejména funkce volného času umožňující odpočinek a regeneraci. Tato funkce je naplňována aktivním i pasivním odpočinkem a je úzce propojena s ostatními funkcemi volného času, které ačkoliv v hodnocení neobsazují primární příčku, nejsou pro příslušníky AČR na základně HKIA ničím druhořadým. Promítají se (v různé intenzitě), stejně jako odpočinek, do všech sfér života na základně, jakými je například- náplň práce, psychická odolnost, soužití a spolupráce s kolegy, vztahy s rodinou a jiné.

Během půlročního života na základně, může docházet ke změnám ve vnímání významu volného času, avšak mimo situací akutních stresových reakcí, nejsou změny závažně intenzivní a pravděpodobně souvisejí s jednotlivými adaptačními fázemi tak, jak je ve svých publikacích popisuje Mgr. Olga Dziaková, Ph.D. V případě výše zmíněných akutních stresových reakcí, se význam i podoba volného času může rapidním způsobem změnit, zároveň se však může stát prostředkem k nakládání s těmito zážitky. Záměrně neuvádím pojem: zpracovávat tyto zážitky, protože jak výzkum reflektuje, volný čas a volnočasové aktivity mohou být využity na základě individuální potřeby jednatelce, kupříkladu i jako prostředek k odložení emocionální reakce či odvedení pozornosti, podobně, jako workoholické ponoření se do pracovních záležitostí a bojových úkolů. Nejčastěji využívaným volnočasovým nástrojem, souvisejícím se zpracováváním intenzivních zážitků i poněkud chronického působení každodenních drobných obtíží, je humor. Černý a nevhodný, avšak uvolňující. Emocionální manipulační prostor poskytující potřebný ventil. Podobně jako sport, komunikace s rodinou, ale také poněkud povrchní a konzumní nakupování.

Volný čas na základně HKIA je příslušníky AČR všeobecně vnímán jako výborný preventivní prostředek, ale také prostředek k regulaci již vzniklé zátěže. Volný čas a aktivity v něm jsou hodnoceny jako ideální v otázce odbourávání celkového stresu, za předpokladu, že aktuální, zejména bezpečnostní omezení, nepůsobí dlouhodobě ve své neintenzivnější podobě. Ačkoliv je volný čas ceněnou komunitou, není považován za automatický, je vnímán a přijímán jako bonus, které je nutné v případě akutní potřeby odložit, což je respektováno, argumentačně podloženo, ale i přes uvědomění si přirozenosti situace v níž je volný čas omezen, přináší další negativní emoce. Při dlouhodobých volnočasových omezeních lze předpokládat nežádoucí dopady v různorodých, individuálně daných oblastech, ale také vznik konfliktů, nejen uvnitř skupiny, ale také ukrytých v nitru.

Práce se vzhledem ke svému charakteru dá využít jako materiál podporující zlepšování kvality přípravy vojáka AČR na zahraniční operace, což je dle výsledků výzkumu prostor ve kterém by mohlo dojít ke zlepšení, protože dobrá příprava se pozitivně projevuje na adaptaci i celkový život na základně. Aktuálnost práce a možnosti pro využití v praxi se ukázaly jako příhodné ihned po jejím dokončení, kdy se díky pandemické situaci na základně rapidně změnily podmínky nejen pro volný čas a následně se negativní dopady, které tato výzkumná práce nastiňuje, začaly objevovat ve své šíři. Tyto dopady by bylo vhodné podrobit dalšímu zkoumání.



## Seznam použitých zdrojů

1. ADLER, A., CASTRO, C. (2007). *Battlemind Training System: Mental Health Training across the Deployment Cycle*. Presentation given at the annual meeting of the International Military Testing Association, Gold Coast, Australia.
2. *Armáda České republiky: symbol demokracie a státní suverenity : 1993-2012*. Praha: Ministerstvo obrany České republiky, Odbor komunikace a propagace (OKP MO), 2012. ISBN 978-80-7278-600-8.
3. BABIAKOVÁ, Simoneta. *Pedagogika volného času a školské kluby dětí*. 1. Banská Bystrica: Pedagogická fakulta Univerzita Mateja Bela, 2007. ISBN 978-80-8083-431-9.
4. BABBIE, Earl R. *The basics of social research*. 4th ed. Belmont, CA: Thomson/Wadsworth, 2007. ISBN 978-0495094685.
5. BAKALÁŘ, Eduard. *Umění odpočívát*. 1. vyd. Praha: Práce, 1978. 208, [5] s. Astra. Erb klub. Výběrová řada; Roč. 9.
6. BENDL, Stanislav. *Vychovatelství: učebnice teoretických základů oboru*. Praha: Grada, 2015. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-4248-9.
7. BRIT, T., ADLER, A. (2003). *The psychology of peacekeeper*. Lessons from the Field. Psychological Dimensions to War and Peace. Westport, Connecticut, London, Praeger.
8. BURRELL, L. M. (2006). *Moving Military Families: The Impact of Relocation on Family Well-Being, Employment, and Commitment to the Military*. In C. A. Castro, A. B. Adler, & T. W. Britt (Eds. ), *Military Life: The Psychology of Serving in Peace and Combat*, Vol. 3, pp. 39-63. Westport, CT: Praeger Security International.
9. CLAUSEWITZ, Carl von. *On war*. Michael HOWARD, Peter PARET. London: David Campbell, 1993. xli, 870 s. The Millennium Library, 121. ISBN 1-85715-121-6.
10. ČÁP, Jan a MAREŠ, Jiří. *Psychologie pro učitele*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2007. 655 s. ISBN 978-80-7367-273-7
11. DECKEROVÁ, J. *Co se šrámy na duši?* A report. 2010, (3), 44-45. ISSN 1211-801X.

12. DE GRAAF, Beatrice, George DIMITRIU a Jeans RINGSMOSSE. *Strategic Narratives, Public Opinion and War: Winning domestic support for the Afghan War -Contemporary Security Studies*. London: Routledge, 2015. ISBN 978-1138221840.
13. DISMAN, Miroslav. *Jak se vyrábí sociologická znalost: příručka pro uživatele*. Praha: Karolinum, 1998. 374 s. ISBN 80-7184-141-2.
14. DUFFKOVÁ, Jana, Lukáš URBAN a Josef DUBSKÝ. *Sociologie životního stylu*. Plzeň: Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk, 2008. Vysokoškolské učebnice (Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk). ISBN 978-80-7380-123-6.
15. DZIAKOVÁ, Olga. *Vojenská psychologie*. Praha: Triton, 2009. Psyché (Triton). ISBN 978-80-7387-156-7.
16. FALTÝSKOVÁ, Jarmila. *Sociální dimenze volného času*. Pedagogická orientace: vědecký časopis České pedagogické společnosti. Brno: Česká pedagogická společnost 1967-, 1995, , 107-108. ISSN 1211-4669.
17. FILIPCOVÁ, Blanka. *Člověk, práce, volný čas*. 2. vyd. Praha: Svoboda, 1967. 155, [3] s. Sociologická knižnice.
18. FORRÓ, Peter. *Profesionální voják ve volném čase - přání, potřeby, rizika a přínosy v zahraničním nasazení*. Č. Bud., 2014. bakalářská práce (Bc.). JIHOČESKÁ UNIVERZITA V ČESKÝCH BUDĚJOVICÍCH. Teologická fakulta
19. GOODALE, T. a GODBEY, G. *The evolution of leisure*. Venture Publishing, Inc, 1988. ISBN 0- 910251-24-X.
20. GRAY, M. J., Bolton, E. E., & Litz, B. T. (2004). *A Longitudinal Analysis of PTSD Symptom Course: Delayed-Onset PTSD in Somalia Peacekeepers*. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 72(5), 909-913.
21. GEIST, B. *Sociologický slovník*. Praha : Victoria Publishing, 1992. ISBN 80-85605- 28-7.
22. HRADEČNÁ, M. *Vybrané problémy sociální pedagogiky*. dotisk. Praha: Karolinum, 1998 ISBN:80-7184-015-7.
23. HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2005. 407 s. ISBN 80-7367-040-2. HODAŇ, B., DOHNAL, Rekreeologie, 2, vydání, Masarykova univerzita, 2008, ISBN 9788024421971

24. FILIPCOVÁ, B., *Člověk, práce, volný čas* Sociologická knižnice, 1. vydání, Svoboda, 1967, ISBN 2501967
25. JANÍŠ, Kamil a SKOPALOVÁ, Jitka. *Volný čas seniorů*. Vydání 1. Praha: Grada, 2016. 156 stran. Pedagogika. ISBN 978-80-247-5535-9.
26. JIRÁSEK, Ivo. *Zážitková pedagogika: teorie holistické výchovy (v přírodě a volném čase)*. Vydání první. Praha: Portál, 2019. 265 stran. Gymnasion; svazek 06. ISBN 978-80-262-1485-4.
27. KAPLÁNEK, Michal a kol. *Volný čas a jeho význam ve výchově*. Vydání první. Praha: Portál, 2017. 207 stran. ISBN 978-80-262-1250-8.
28. KALINA, Kamil. *Terapeutická komunita: obecný model a jeho aplikace v léčbě závislostí*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2008. 394 s. Psyché. ISBN 978-80-247-2449-2.
29. KENNEDY, C. H., & Zillmer, E. A., eds. (2006). *Military Psychology: Clinical and Operational Applications*. New York: Guilford Press. Armed Forces & Society, 34(1), 162–164
30. KOLAŘÍKOVÁ, Veronika a Jiří NĚMEC. *Volný čas ve výzkumném diskursu v konsekvencích témat sociální pedagogiky*. Sociální pedagogika: Social Education. 2017, 5(1), s. 10-28. DOI: 10.7441. ISSN 1805-8825.
31. KÖSTER, Helmut. *Dynamika denního osvětlení: principy návrhů, realizace*. Praha: Grada, 2010. Stavitel. ISBN 978-80-247-3049-3.
32. KUČEROVÁ, Stanislava. *Volný čas jako hodnota*. Pedagogická orientace: vědecký časopis České pedagogické společnosti. Brno: Česká pedagogická společnost 1967-, 1994, , 121-128. ISSN 1211-4669.
33. KULÍŠEK, Jaroslav. *Posttraumatická stresová porucha: Posttraumatic Stress Disorder*. Vojenské rozhledy, 2011, E 16059(1), 94-116. DOI: 10.3849/1210-3292. ISSN 1210-3292.
34. KUTNOHORSKÁ, Jana. *Výzkum v ošetrovatelství*. 1. vyd. Praha: Grada, 2009. 175 s. Sestra. ISBN 978-80-247-2713-4.
35. KRUTIŠ, J., MAREŠ, J., JEŽEK, B. (2011). *Post-traumatic growth in soldiers of the Army of the Czech Republic after return from foreign mission*. Československá psychologie, 55, 3, 245-256.

36. KUNČOVÁ, Adéla a Alena KAJANOVÁ. *Psychická zátěž na zahraničních operacích z pohledu českých vojáků: Mental strain of foreign operations as viewed by Czech soldiers*. *Vojenské rozhledy*. 2018, 2018(3), 141-153. DOI: 10.3849. ISSN 1210-3292.
37. LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Vývojová psychologie*. 2., aktualiz. vyd. Praha: Grada, 2006. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-1284-0.
38. LAMERSON, C., KELLOWAY, E. (1996). *Towards a model of peacekeeping stress: Traumatic and contextual influences*. *Canadian Psychology/ Psychologie canadienne*, Vol. 37(4), 195-204.
39. Litz, B. T., King, L. A., King, D. W., Orsillo, S. M., & Friedman, M. J. (1997). *Warriors as peacekeepers: Features of the Somalia experience and PTSD*. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 65(6), 1001-1010.
40. LUKOW, G. D. *Militärpsychologie: Psychologische und pädagogische Fragen bei der militärischen Bildung und Erziehung*. Berlin: Deutscher Militärverlag, 1961.
41. MACKEY, R., *The U.S. Army Study Of The Human Dimension in The Future 2015- 2024*. Fort Monroe, Virginia: 2008
42. MACHAČ, Miloš. *Emoce a výkonnost*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, n. p., 1985. ISBN 14-498-88
43. MAREŠ, Jiří. *Posttraumatický rozvoj člověka*. Praha: Grada, 2012. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-3007-3.
44. Ministerstvo zahraničních věcí ČR. *Report on the Foreign policy of the Czech republic 2010*. 1. Prague, 2011. ISBN 978-80-7441-002-4.
45. MIOVSKÝ, Michal. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2006. 332 s. Psyché. ISBN 80-247-1362-4.
46. MIŠOVIČ, J., *Dopad společenských faktorů na volný čas ve světle empirických výzkumů*. In *Aktuální problémy volného času a cestovního ruchu*. FÁZIK, A., ŠTEMBERK J. (ed.) Pelhřimov: Nová tiskárna, spol. s. r. o., 2013, ISBN 978-80-86841-41-0
47. *Morálně politická a psychologická příprava vojáků ČSLA [Československá lidová armáda]*. 1. vyd. Praha: Naše vojsko, 1977. 195 s. O válce a vojenství; sv. 57.
48. NAKONEČNÝ, M., *Encyklopedie obecné psychologie*, 2. vydání, Academia, 1997, 437 str., ISBN 80-200-0625-7

49. NOVÝ, Marek. *K otázce vojáků: nasazení vojáků v zahraniční mírové operaci*. *Vojenské rozhledy*. 2012, 21(4), 122-128. ISSN 1210-3292.
50. *Obranná strategie České republiky: The defence strategy of the Czech Republic*. Praha: Ministerstvo obrany České republiky - VHÚ Praha, 2017. ISBN 978-80-7278-702-9.
51. OPASCHOWSKI, H.: *Pädagogik der Freizeit*. Grundlagen Für Wissenschaft und Praxis. Bad Heilbrunn 1976, ISBN 3-7815-0278-3
52. PAJER, J. et al. (2014). *Armáda České republiky. Symbol demokracie a suverenity*. Praha: MO ČR – VHÚ.
53. PARKER, M. W., CALL, V. R. A., DUNKLE, R., VAITKUS, M. (2002). "Out of Sight" But Not "Out of Mind": Parent Contact and Worry Among Senior Ranking Male Officers in the Military Who Live Long Distances From Parents. *Military Psychology*, 14(4), 257-77.
54. PAVLICA, Karel a kol. *Základy vojenské psychologie*. Vyd. 1. Praha: Naše vojsko, 1985. 662 s. Knižnice vojenské teorie a praxe; sv. 57.
55. PÁČL, Pavel. *Sociální a sociologické koncepce práce a volného času*. 1. vyd. Brno: Univerzita J.E. Purkyně, 1978. 122 s.
56. PÁVKOVÁ, Jiřina a kol. *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy mimoškolní výchovy a zařízení volného času*. Vyd. 1. Praha: Portál, 1999. 229 s. ISBN 80-7178-295-5.
57. PÁVKOVÁ, J a kol. *Pedagogika volného času*. 3. aktualizované vydání. Praha: Portál, 2008. ISBN: 978-80-7367-423-6.
58. PAULÍK, Karel. *Psychologie lidské odolnosti*. 2., přepracované a doplněné vydání. Praha: Grada, 2017. 362 stran. Psyché. ISBN 978-80-247-5646-2.
59. PIFFL, Otto a VELEHRADSKÝ, Antonín. *Psychologie a pedagogika v sociálním řízení vojsk*. Praha: Magnet-Press, 1993. 142 s. ISBN 80-85469-43-X.
60. PRŮCHA, J., Švaříček, R. *Etický kodex české pedagogické vědy a výzkumu*. *Pedagogická orientace* 2009, roč. 19, č. 2, s. 89–105. ISSN 1211-4669.
61. PRŮCHA, Jan, WALTEROVÁ, Eliška a MAREŠ, Jiří. *Pedagogický slovník*. 3., aktualiz. vyd. Praha: Portál, 2003. 322 s. ISBN 80-7178-772-8.
62. PŘADKA, Milan. *Výchova a prostředí: vybrané problémy*. 1. vyd. Brno: Univerzita J.E. Purkyně, 1978. 92, [1] s.

63. ROUŠAR, J. *Čeští vojáci v Bosně a Hercegovině v mírových operacích pod vedením NATO*. Prague: Ministry of Defence of the Czech Republic – Military Information and Service Agency (AVIS), 2002. 101 s. ISBN 80-7278-156-1.
64. SEGAL, D. R. (2001). *Is a Peacekeeping Culture Emerging Among American Infantry in the Sinai MFO?* *Journal of Contemporary Ethnography*, 30(5), 607–636.
65. SMOLÍK, Petr. *Duševní a behaviorální poruchy: průvodce klasifikací, nástin nozologie, diagnostika*. Praha: Maxdorf, 1996. 504, x s. ISBN 80-85800-33-0.
66. SPOUSTA, Vladimír aj. *Teoretické základy výchovy ve volném čase: úvod do studia pedagogiky volného času*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, Pedagogická fakulta, 1994. 183 s. ISBN 80-210-1007-X.
67. STONE, A. A., & Neale, J. M. (1984). *New Measure of Daily ... and Preliminary Results*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 892-906.
68. SVOBODOVÁ, L. *Nenechte se šikanovat kolegou: mobbing – skrytá hrozba*. Praha: Grada, 2008. 108 s. ISBN 978-80-247-2474-4.
69. ŠIMÍČKOVÁ–ČÍŽKOVÁ, J. a kol. *Přehled vývojové psychologie*. 2. vydání. Olomouc: Univerzita Palackého, 2008. ISBN 978-80-244-2141-4.
70. ŠVAMBERK-ŠAUEROVÁ, M. *Vybrané kapitoly z pedagogiky volného času a sociální psychologie*. Praha: VŠTVS PALESTRA, 2008. ISBN neuv.
71. ŠVARŤÍČEK, Roman, ed. a ŠEĎOVÁ, Klára, ed. *Učební materiály pro kvalitativní výzkum v pedagogice*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2007. 175 s. ISBN 978-80-210-4359-6.
72. TUČEK, M. a kol. *Dynamika české společnosti a osudy lidí na přelomu tisíciletí*. Praha: SLON, 2003.
73. VAŠINA, Bohumil. *Psychologie zdraví*. Vyd. 1. Ostrava: Ostravská univerzita, Filozofická fakulta, 1999, 84 s. ISBN 80-7042-546-6.
74. VÁŽANSKÝ, Mojmír. *Volný čas a pedagogika zážitku*. Brno: Masarykova univerzita, 1992. ISBN 80-210-0428-2.
75. VÁŽANSKÝ, Mojmír a SMĚKAL, Vladimír. *Základy pedagogiky volného času*. Brno: Paido, 1995. 176 s. ISBN 80-901737-9-9.
76. VESELÁ, J. *Základy sociologie volného času*. 1. vydání. Pardubice: Univerzita Pardubice, 1999. ISBN 80-7194-187-5.

77. VESELÁ, Jana. *Jak ve volném čase?: projekty her pro volný čas dětí a mládeže*. Vyd. 1. Hradec Králové: Gaudeamus, 1997-. . 2 sv. ISBN 80-7041-146-5.
78. VESELÁ, Jana a KANIOKOVÁ VESELÁ, Petra. *Sociologické aspekty managementu*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2011. 200 s. Sociologie. ISBN 978-80-247-2792-9.
79. VEVERA Jan, 2018. *Psychiatr: České vojáky na misích nejvíc trápí průjem a záněty spojivek, s psychikou bojují Američané*. Český rozhlas radiožurnál, vysíláno dne 9. ledna 2018.
80. VIZINOVÁ, Daniela a PREISS, Marek. *Psychické trauma a jeho terapie (PTSD): psychologická pomoc obětem válek a katastrof*. Vyd. 1. Praha: Portál, 1999. 158 s. ISBN 80-7178-284-X.
81. VÝROST, Jozef a Ivan SLAMĚNÍK. *Sociální psychologie. 2.*, přeprac. a rozš. vyd. Praha: Grada, 2008. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-1428-8.
82. VÝROST, Jozef, Ivan SLAMĚNÍK a Eva SOLLÁROVÁ, ed. *Sociální psychologie: teorie, metody, aplikace*. Praha: Grada, 2019. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-5775-9.
83. VYMĚTAL, Štěpán. *Krizová komunikace a komunikace rizika*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2009. 176 s. Psyché. ISBN 978-80-247-2510-9.
84. ŽUMÁROVÁ, M. *Životní styl a jeho utváření*. In KRAUS, B a kol.: *Člověk, prostředí, výchova*. Brno: Paido, 2001. ISBN: 80-7315-004-2.

Online zdroje:

1. GUILLEMIN, M. / GILLAM, L. (2004): Etika, reflexivita a "eticky důležité okamžiky" ve výzkumu. *Biograf* (35): 47 odst. Dostupné na adrese <http://www.biograf.org/clanek.php?clanek=3502>
2. PROMENYCESKESPOLECNOSTI. *Jak Češi tráví volný čas? Výsledky 1. Ročníku výzkumu Proměny české společnosti 2015*. 24 s. [online]. Praha: Sociologický ústav AV ČR 2016. [cit. 7–10–2018]
3. Informační centrum o NATO. *RESOLUTE SUPPORT: Nová mise NATO v Afghánistánu*. In: NATOAKTUAL [online]. Praha: Factbox č. 1/2015, 2015, prosinec 2015 [cit. 2019-11-04]. Dostupné z: [http://data.idnes.cz/soubory/na\\_knihovna/A151208\\_M02\\_023\\_FB1501\\_RESSUP.PDF](http://data.idnes.cz/soubory/na_knihovna/A151208_M02_023_FB1501_RESSUP.PDF)
4. *International Security Assistance Force (ISAF)*. NATOAKTUAL [online]. Ostrava: JAGELLO, 2010 [cit. 2019-11-04]. Dostupné z: [http://www.natoaktual.cz/na\\_zpravy.aspx?y=na\\_zpravy/mise\\_isaf.htm](http://www.natoaktual.cz/na_zpravy.aspx?y=na_zpravy/mise_isaf.htm)
5. Ministerstvo obrany: mise AČR. [Www.army.cz](http://www.army.cz): Ministerstvo obrany ČR [online]. Praha, 2019 [cit. 2019-11-04] Dostupné z: <http://www.mise.army.cz/aktualni-mise/default.htm>
6. NEWCOMERS. U. S. Air Forces central command [online]. [cit. 2020-03-18]. Dostupné z: [https://www.afcent.af.mil/Units/438th-Air-Expeditionary-Wing/Newcomers/fbclid/IwAR3qB43-68hOFFMQDg1L58eeOsOuHGI7I9\\_v60Bi5xZnOksZ0AFmLRRRQto/](https://www.afcent.af.mil/Units/438th-Air-Expeditionary-Wing/Newcomers/fbclid/IwAR3qB43-68hOFFMQDg1L58eeOsOuHGI7I9_v60Bi5xZnOksZ0AFmLRRRQto/)



## Seznam zkratk

AČR- Armáda České Republiky

HKIA - Hamid Karzai International Airport

ISAF - International Security Assistance Force

PTSD - Posttraumatická stresová porucha – Posttraumatic Stress Disorder

## Seznam příloh

1. Rozhovor s participantem výzkumu s přezdívkou Hulk
2. Rozhovor s participantem výzkumu s přezdívkou Spiderman
3. Rozhovor s participantem výzkumu s přezdívkou Capitan Amerika
4. Rozhovor s participantem výzkumu s přezdívkou Batman
5. Rozhovor s participantem výzkumu s přezdívkou Flash
6. Rozhovor s participantkou výzkumu s přezdívkou Gamora

## Přílohy

### Příloha 1

**Dobrý den.**

*Dobrý den, ahoj (mává na kameru a usmívá se). Můžeme si tykat?*

**Jistě budu ráda, ale nejdříve Tě musím poučit, ano?**

*Jasně, promiň.*

**Nic se neděje, jsem ráda, že ses na rozhovor těšil. Jmenuji se Tereza Perná a v současnosti se věnuji studiu Pedagogiky volného času na Teologické fakultě. V souvislosti s tím se věnuji výzkumu volného času na základně HKIA z pohledu významu pro příslušníky Armády ČR. Ráda bych s Tebou realizovala rozhovor a jeho obsah použila pro studijní účely a účely výzkumu do mé diplomové práce.**

**Souhlasíš s tím, že rozhovor bude takto využíván a zároveň nahráván? Svůj souhlas můžeš bez udání důvodu kdykoliv vzít zpět.**

*To není žádný problém.*

**Tedy mi dáváš informovaný souhlas?**

*Ano, dávám Ti informovaný souhlas.*

**Nejprve se tedy zeptám, mohl bys mi svěřit pro jakou přezdívku ses rozhodl a trochu se mi představit?**

*Domluvili jsme se mezi sebou, že si vybereme názvy komiksových superhrdinů, který si navzájem připomínáme, já jsem tedy prý pro tyto účely Hulk. (smích) Jsem muž už 32 let a jsem šťastně ženatý. (lehký úsměv)*

**Jak dlouho jsi ženatý?**

*Se ženou jsme už dlouho, vzali jsme se po ročním vztahu. Ne, že bychom museli, ale jak ona ráda říká - z lásky. (opět smích, na slovo láska kladen důraz)*

**Takže už jsi byl v Armádě, když jste se brali?**

*Dávno, já jsem v Armádě už v podstatě od konce střední školy.*

**Aha, takže jaké máš nejvyšší dosažené vzdělání? A lákala Tě Armáda ČR odjakživa?**

*Univerzita obrany – vysokoškolské, vojenské –ehm,.... je pravdou, že jsem si tohle povolání původně nevybral, ale nechal jsem se strhnout na střední škole spolužákama a ono to vyšlo a už mi to tak nějak zůstalo... a tak jsem tu.*

**A máš i jinou zkušenost se zahraničními misemi nebo jsi v této situaci poprvé?**

*V současné době druhé působení – první 2016-2017 na té samé základně, na tom samém místě- (pauza) a není to o moc jiný, až na to, že doma na mě nečeká žena a dcera, ale žena a tři dcery. (rozpačitý úsměv)*

**Moc děkuji. Ted' bych se chtěla zeptat, zda mi můžeš přiblížit, jaké jsou Tvé životní koníčky?**

*V průběhu života se koníčky mění. Pokud mám zmínit opravdu ty životní .....tak to bude asi obecně sport. Dřív kolektivní, dnes spíš individuální v podobě posilovny, běhu, případně squashe a podobně. Pokud je čas, tak, rád se věnuju zimním sportům v zimním období.*

*V poslední době ....je pravda, že se moje koníčky soustředí především na práci kolem baráku, která mě hrozně baví.*

**Uvědomuješ si, zda jsou tyto koníčky, které Tě životem doprovázejí, nějakým způsobem omezeny tady, na základně?**

*Omezení na základně je. Je to na první pohled možná neviditelný, ale když tu žijete, zjistíte, že je potřeba se specializovat na .....jistý druh aktivit. K dispozici máte omezený počet, a hlavně druh sportovišť. Když už to své sportoviště najdete, tak řešíte, je-li ve vašem požadovaném termínu volno a podobně. (zamýšlí se)*

*Největší omezení je, že se můžete pohybovat pouze na základně, to znamená, že si nevezmete lyže a nemůžete jít na nejbližší kopec na půl dne lyžovat nebo se nemůžete rozhodnout, že pojedete nakupovat do nejbližšího obchodního centra. (lomí rukama)*

**Aha a je něco, co děláš ve svém volném čase tady, ale mimo misi bys to nedělal a máš představu proč?**

*Ticho...úsměv....Když se nad tím zamyslím, tak pár věcí tu je. V běžném pracovním dni trávím čas se svými kolegy, uděláme nějakou práci a v určité hodině se každý rozjede do svých domovů. (evidentní rozpaky) ... Tady to není možné, tak vymýšlíte co s „volným časem“ čas od času zajdete na kávu do kavárny, koukáte společně na film, něco jako kino (úsměv), hrajete karty. Jinými slovy, trávíte čas se svými kolegy. (pauza, participant výzkumu se napil) V čase, kdy nepracujete, se musíte také postarat sám o sebe, takže vyprat si, pokud potřebujete, dojet si nakoupit do místních krámků, což tedy děláte i doma, ale tohle je prostě jiné. (rozpaky, kroutí hlavou, poposedá) Nebo se i starat o květiny.*

*Běžně doma nezahradničím, ale tady je to něco, ..... co vás odvede od všedních povinností. Vypnete hlavu.*

*Obecně tu není mnoho zeleného, ale pohled na zelenou kytku vás uvolní. Ten stres jakoby na vzácnou chvíli opadne. (Ticho)*

*Mohl bych jmenovat další věci, jako sledování filmů nebo čtení knih, na to nemám doma vůbec čas, ale tady si ho najdu, když nemáte tu, totiž. každodenní povinnosti typu odvézt děti do školky, vyzvednout je, navštívit rodinu, jet nakupovat a další. (podvědomě přikyvuje)*

**Mohl bys mi, prosím, přiblížit, co si vlastně představíš, pod pojmem volný čas?**

*Volný čas v rámci nasazení je de facto veškerý čas, který nemusíte pracovat.*

*Máme v rámci denního řádu stanoven čas, kdy nemusíme pracovat, ale mnohdy to neodpovídá realitě.*

*Takže, jednoduše si na základě pracovních povinností stanovíte, kdy musíte být v práci a kdy máte čas na sportování, na odpočinek nebo na další, různé, aktivity. Ale zase jako.....I když některé to sportování částečně spadá do práce, to cvičení v té pracovní době. Může se ale stát, že se dva dny nezastavíte a jste v pracovním záprahu, ale potom máte třeba tři dny volna a máte čas jen pro sebe. Někomu to přijde moc, ale já to mám rád, a to protože jsem v kontaktu s rodinou. (Odmlčel se a dodává).....Jedna věc je ale plánovat a druhá je být si neustále vědom, že jste v oblasti se zvýšeným rizikem, takže je možné, že vaše představy o volném čase Vám naruší vyhlášení bezpečnostního signálu, na který musíte reagovat. (hlas zhrubl, participant se narovnal, doslova napřímil a znovu nabyl ostražitost, kterou v průběhu rozhovoru postupně upouštěl a uvolňoval se.)*

**Co tedy zejména očekáváš od volného času?**

*Odpočinek, zejména ten psychický. Přeci jen jste odloučení od těch svých blízkých. Občas se práce nahromadí. I tady potřebujete vypnout, pustit film, na který se vlastně nedíváte nebo se jít vyběhat na pás a pustit si do sluchátek příjemnou hudbu. Ale úplně nevypínáte ani když spíte, extra pokud za sebou máš nějaký konflikt, nebo něco emočně silného, nejen tady, ale i doma. Já tu zkušenost nemám, ale nechtěl bych být v kůži kolegů, kteří musí doma řešit něco závažného, třeba rozchod, že jo. (kouše se do spodního rtu, nadechuje se a dává si na čas) ..... Pro mě bylo těžký i to, že nám praskla voda a přestala jít elektrika a já jsem to nemohl řešit a ještě jsem byl nepříjemnej na ženu... NE ŽE BYCH CHTĚL (s důrazem a nahlas řečeno, vztyčený prst)... ale člověku vadí ta bezmoc, to že odtud nemůže nic, natož nějak pomoci. (rozkládá ruce a zatíná rty) Naštěstí se to snaží*

*žena chápat a já se za odměnu snažím pochopit ji, když je protivná (lehký úsměv), protože jí děti doma tropí rotyku. (usmívá se a poposedl si, hledá si pohodlnou pozici k sezení).*

**A jakým způsobem jsou naplňovány tvé požadavky na volný čas na základně?**

*Já osobně jsem velice spokojen. Tím, že tu máme pravidelný režim a jsme odtrženi od běžných denních aktivit, mám já osobně čas na posilovnu, běh a zároveň dost času na regeneraci. To v kombinaci s pestrou a bohatou stravou uspokojuje veškeré mé požadavky.*

**Kdybys měl doplnit větu: Volného času na základně mám..... co bys řekl?**

*Akorát, jen mi chybí ten čas s rodinou, ten nelze nahrazovat donekonečna ani třeba jinak atraktivními aktivitami.*

**A vzpomínáš si na nějakou situaci, kde se to projevilo?**

*Musím se opakovat, tím že jste správce svého času, tak si upravíte pracovní povinnosti tak, aby volného času na aktivity, kterým ho chcete vyplnit, bylo dost.*

*Když to opravdu nejde, tak je to vždy otázka pár dní, který zas jsou natolik zavalený prací, že jedinej volnej čas, kterej vám chybí, je ten v posteli. (smích)*

**Aha, děkuji za zajímavou zkušenost. Chtěla bych se ještě ujistit, zda to chápu správně jak konkrétně je naplňován smysl volného času na základně v Tvých očích?**

*Pro mě je volný čas na misi prostor k regeneraci a odpočinku.*

**Vzpomeneš si prosím, zda nastala na misi situace, která Tě ve volném čase vysloveně omezila?**

*Jediný omezení, který může přijít a není možné s ním počítat je vyhlášení bezpečnostních signálů. V takovém případě musíme všeho nechat a reagovat dle jednotných postupů. Víc bohužel nemohu říci.*

**To nebude třeba, takto mi to stačí. Přesto, mohl bys mi, prosím, říci co to v Tobě vyvolalo?**

*V podstatě nic, na tyhle situace jste připravována, takže zareagujete, jak máte a když se situace uklidní, vrátíte se k činnosti, kterou jste dělala předtím.*

*Jestli ze svých zkušeností mohu soudit, tak dopady těchto zážitků se projevují až když z vás to nasazení opadne, a to není ani ve chvíli, když jste doma v posteli vedle svojí ženy. To spíš až po čase, to mozek tak nějak vypustí a začne postupně zpracovávat. A pak jsem se občas chytil, že jedním nestandardně v situacích, nad kterými bych se dříve nepozastavoval. I rok od první mise mi vyletěl adrenalin, když jsem viděl uprostřed*

*nákupního centra stát osamocenou tašku s neurčitým obsahem. Takže ten, i když omezenej volnej čas na základně obvykle stačí ke zpracování toho tlaku a zážitků, ovšem jen do té míry, který je člověk okamžitě schopen, protože všechno to na něj dopadá s odstupem. I proto se s odstupem jezdí na rehábky, aby si člověk doma vyčistil hlavu a byl schopnej vyhodnotit, zda tohle zvládne zpracovat sám- ale což se taky odvíjí od toho, co tu prožil. (Klopí hlavu, dívá se do strany, dopřává si krátkou pauzu.)*

*(Nasadí úsměv a ptá se) Popojedem? Stačí to takhle?*

**Jistě, ráda, je všechno v pořádku?**

*Jistě. (vyrovnaný úsměv, přikyvuje)*

**Můžeš mi tedy, prosím, přiblížit, jakou hodnotu má volný čas konkrétně pro Tvůj život? A proč ?**

*Volný čas vnímám jako čas jen a jen pro mě. V podstatě můžu odpočívat, načerpávat energii na činnosti, který musím. Já ho většinou trávím aktivně. Jinou prací nebo sportem. Nebaví mě moc sedět na gauči a čučet na televizi. Věřím, že tohle všechno přijde v důchodovém věku. (upřímný a jadrný smích)*

**A změní se tento význam v rámci životního období, které trávíš na misi?**

*Noo, trochu ano, ale jen tím, že vyhledáváte jiné aktivity. Na misi nemůžete pracovat okolo svého domu, nemůžete se věnovat své rodině. Můžete se věnovat sám sobě a své mysli nebo tělu. Někdo si tu i doplňuje vzdělání. Já jsem stál o titul MBA, ale žena mi to zakázala. (smích) Tak si alespoň zdokonaluju angličtinu.*

**To je velice zajímavé, ještě by mne tedy zajímalo, jestli se Tvůj postoj k těm volnočasovým aktivitám a celkově volnému času nějakým způsobem vyvinul v průběhu mise?**

*Mise trvá šest měsíců, za tu dobu Vám některý věci zevšední.... nebo se jich lidově řečeno přejíte, pak je potřeba trávení toho volného času změnit.*

*V zimě například nechcete trávit čas venku, v létě naopak ano, takže místo běhání na páse uvnitř vyběhnete ven. Místo sledování filmů si raději posedíte venku na slunci a přečtete knihu a tak podobně no.*

*Já jinak hledám u volného času asi pořád to samý, ale já jsem poměrně stabilní člověk, takže se to moc nemění ani mimo tyhle podmínky.*

**Předpokládáš, že by se ten Tvůj postoj k volnému času mohl ještě změnit?**

*Nejspíš ne..... no, možná ke konci mise, kdy už myslíte na to, jaký to bude až se vrátíte domů a chcete tam být co už nejdřív. To už jste potom jakože nervózní i z toho volného času a vůbec to neutíká a zároveň se musíte nutit, jako udržet tu pozornost a uvědomit si, že jste zatím jen skoro (dělá uvozovky rukama) doma, ale rozhodně zatím ještě nejste v bezpečí (pokyvuje hlavou).*

**Pokud budeš vycházet ze své zkušenosti, můžeš mi popsat svůj názor na to, zda volný čas ovlivňuje postoje k práci, kterou na misi vykonáváš?**

*Pokud si vhodně rozvrhnete pracovní povinnosti, je fajn si den rozdělit nějakou aktivitou. Jakoby sport, odpočinek, procházka a podobně. Dle mého názoru, tím, že si takto „narušíte den“, přijdete na jiné myšlenky, může vás napadnout ledasco nového a dostanete, ehm, nový impuls. Taky je lehčí se soustředit, protože rozbijete ten stereotyp té práce. Každý si představuje, jaké tu máme vzrušení a akci, (úsměv) ne, že bychom ji tu neměli, ale je to deset procent ze všech povinností a zbytek je neuvěřitelná rutina. Ty samé prostory, ti samí lidé, ta samá práce, pravidelné úkony, pořád dokola. (krčí rameny)*

**Můžeš mi ujasnit, jak konkrétně v rámci volného času odpočíváš?**

*Během dne, zpravidla odpoledne, odpočívám aktivně – sportováním.*

*Večer, většinou po 20té hodině odpočívám na pokoji sledováním filmů, případně komunikací s rodinou. Velmi často využívám messenger a ptám se, jak se doma mají a zajímá mě vše, abych udržel kontakt s rodinou. Komunikace s rodinou je největší relax, největší možnost zapomenout na každodenní věci co tu na nás působí. (Smích) Stokrát nic umožilo i vola.*

**Chápu správně, že vidíš ten vliv volného času i na stres, který prožíváš?**

*Rozhodně ano.*

**To je zajímavé, děkuji. Máš dojem, že ten volný čas působí nějakým způsobem i na skupinu, se kterou na základně přicházíš do úzkého kontaktu?**

*Na téhle misi je malá skupina lidí, která spolu tráví všechnen čas. Občas se vyskytnou vztahové problémy, který je třeba řešit. Jak jsem již zmiňoval, nemůžete se rozjet domů a trávit čas se svými blízkými, můžete se ale zavřít na pokoji a nechat si vše rozležet v hlavě.*

*Lze říci, že si po aklimatizační fázi, přibližně jeden měsíc, každý najde ten svůj režim a způsob trávení volného času. Někdo je radši sám se sebou, ale udržovat ty vztahy je taky to, důležité. Tak bych asi tak řekl, že i ten volný čas je tu důležitý. (otáčení dlaněmi vzhůru, jako by čekal na můj souhlas)*



**Vybaví se Ti teď vzpomínka na aktivitu, kterou jsi na základně prožil čistě v okruhu svých českých kolegů?**

*V letních měsících se pořádá grilování, kde je i snaha o vytvoření českých jídel nebo alespoň příloh. Ne vždy se to povede dovést k tomu tíženému cíli. (široký úsměv od ucha k uchu)*

**A spojuje, podle Tvého názoru a zkušeností, takto trávený volný čas na základně nějakým způsobem i svět příslušníků Armády ČR s příslušníky okolních armád?**

*No, tady existuje tradice, že každý stát zorganizuje v rámci svého působení nějakou volnočasovou aktivitu. Většina států pořádá běh vztažený k nějaký jejich národní události, třeba vznik státu, nějakým výročím a podobně. Na těchto akcích se setkávají příslušníci ze všech států. Rovněž tedy taky na základně funguje komunitní centrum, který vyhlašuje program a můžete přijít a třeba být v kontaktu s jinými příslušníky. Dál fungují hodiny sálových sportů jako je tabata, spinning, box a podobně, kam může přijít kdokoliv. V rámci předchozí mise mě tyhle akce moc nelákaly, ale při současné misi mi víc sedí kolektiv, nebo já jemu (úsměv) a tedy mám i chuť se nějak víc zapojovat, teda jako s kolegy, do nabídek aktivit, co jsou tu navíc. Nejvíc mě zatím zaujali Portugalci. Třeba tím, že dělali ochutnávku jejich kuchyně. Pak už jsem je znal, tak jsem šel i na běh, protože mě zvali, jako konkrétního člověka.*

**Vidíš v tom podle svých zkušeností nějaký přínos pro život na základně?**

*Určitě je fajn, když se s někým potkáte při aktivitě a pak zjistíte, že s tím samým člověkem máte řešit něco pracovního. Jste si tak nějak bliž a většinou vše vyřešíte snáz.*

**Jaký je Tvůj názor na tyto aktivity?**

*Vždy záleží na konkrétní aktivitě, protože jich je opravdu hodně. Musíte si vybrat, která vás zajímá a je fajn, že je někdo organizuje. Na všech panuje jakoby pohodová atmosféra a všichni mají podobný cíl – upustit ten stres a odreagovat se....(přemýšlí)... V případě vícenárodních aktivit je benefit ve formě zdokonalení jazykových dovedností, to je alespoň to, co k tomu i tak jako nalákalo mě. Teda kromě toho jídla. (Smích)*

**No a ty si uvědomuješ, zda osobně raději volíš skupinové či individuální trávení volného času?**

*Určitě individuální. Maximálně skupinové do třeba čtyř osob. Ale v případě hromadné události našeho uskupení se vždy rád účastním, jen to nějak, ehm, aktivně nevyhledávám, jako sám od sebe.... Jedině až když už jsem ze zaběhlého řádu jako nervózní. Já mám ten rád rád, ono mi to pak rychleji utíká, když je to – řa, řa, řa (hřbetem*

*ruky ťuká o dlaň)– všechno po sobě, ale po čase přijde takový ten den. Ten den. Ani jíst mi nechutná, ani spát mi nechutná. (smích)*

**Takže pokud bys sám za sebe měl nominovat královnu aktivit, kterou provozuješ ve svém volném čase na základně, kterou bys zvolil a proč?**

*Jednoznačně návštěva posilovny nebo kardiocentra. Je to aktivita, která vám zabere dvě hodiny denně, uvolníte se tam, máte čas jen pro sebe a své myšlenky a zároveň děláte něco pro své tělo.*

**Ještě se zeptám, máš zkušenost s nějakou aktivitou volného času u cizinců, která Tě zaujala?**

*Nikdy bych nevěřil, že v zahraniční operaci bude někdo skládat kapelu a dělat koncerty nebo vyučovat sálové tance – salsu.*

**Je nějaká aktivita, kterou si ve svých představách plánuješ zrealizovat jako první po návratu domů?**

*Po šesti měsících bez své ženy (mrká jedním okem) .... Jedna by tu byla (hlasitý smích) Ale vážně, rodina Vám chybí. Chybí vám běžné věci jako vzít děti, psa a jít vynést smetí. Jsou to maličkosti, které Vás doma můžou otravovat, ale ve finále jsou to ty věci, který vám chybí nejvíce.*

**Je ještě něco, co cítíš, že by bylo třeba dodat?**

*Určitě záleží na zkušenostech. Moje první působení bylo nervózní, nevíte, jak to na místě vypadá, jaké budou možnosti. Pokud jedete podruhé, už víte, co čekat, co sbalit a jak se budete cítit. Je to určitě snazší. Dokonce si myslím, že si to i více užijete.*

**Děkuji za rozhovor, bylo všechno v pořádku?**

*Já také (zvednutý palec). Všechno bylo v naprostém pořádku. Bylo to docela fajn, docela jsem musel přemýšlet. Snad to k něčemu bude.*

**Určitě, bylo to prima.**

*To je konec, už můžu jít?*

**Ano můžeš a ještě jednou díky.**

*(mává a usmívá se)*

Příloha 2

**Dobrý den.**

*Dobrý, dobrý.*

**Jmenuji se Tereza Perná a v současnosti se věnuji studiu Pedagogiky volného času-vychovatelství na Teologické fakultě a v souvislosti s tím se věnuji výzkumu volného času na základnách z pohledu významu pro příslušníky Armády ČR. Ráda bych tedy takto zjistila Vaše názory, zprostředkovaně poznala Vaše zážitky a zpracovala jejich obsah a následně použila pro studijní účely a účely výzkumu do mé diplomové práce. Prosím tedy o souhlas s jejich použitím a pokud možno rozsáhlé odpovědi na mé dotazy.**

**Udělujete informovaný souhlas s anonymním zpracováním poskytnutých informací?**

*Ano, uděluju.*

**Jakou jste si zvolil přezdívku?**

*Zvolil jsem si superhrdinu Spidermana, ale klidně mi říkej Rád'o, to mi vůbec nevadí. Na Spidermana stejně neuslyším. (smích)*

**Dobře Rád'o, prosím, pověz mi svůj věk.**

*Je mi čtyři a čtyřicet.*

**A už máš nějakou rodinu?**

*Jo, jsem táta dvou dětí.*

**A kolik jim je let, prosím?**

*Obě jsou mladšího školního věku.*

**Takže jsi ženatý a nebo?**

*Ano jsem ženatý.*

**A jak dlouho?**

*Už to bude deset let.*

**A všechno klape, jsi šťastný ve svém manželství?**

*Řekl bych, že jo, dost jsme toho spolu už prožili.*

**Aha, dobře. Takže, teď se zeptám, jaké je tvoje nejvyšší dosažené vzdělání?**

*Nejvyšší mám vysokoškolské. Celé to martýrium jsem absolvoval dvakrát (usmívá se a mrká). Nejdřív jsem vystudovat učitelství a později psychologii. Učit bylo fajn, ale pořád mi tam něco chybělo. A nemyslím tím jenom to finanční ohodnocení. ... asi potřebuji trochu toho vzrušení do života.*

**Dobře. A kdy jsi se rozhodl pro kariéru v Armádě a co Tě k tomu vedlo?**

*V armádě jsem už přes 15 let a myslím si, že to bylo moje nejlepší rozhodnutí. Jak už jsem říkal, předtím jsem byl učitel, ale práce v armádě je pestrá. Hodně mě baví a do budoucna bych jen nerad ztratil. Práce v armádě mě fakt naplňuje. Mám radost, že nepotřebuji změnu, jako jsem to cítil, dokud jsem byl učitel a jsem rád, že jsem se v životě posunul. i když jsem si původně nebyl moc jistej.*

**A nějaká zkušenost se zahraniční misí už tedy proběhla?**

*Hm, rozhodně pro mne tahle situace není nová, ale už je to fakt docela dlouho, od těch předchozích....*

*Když se zamyslím, tak od Kosova je to bude tak patnáct let a od prvního Afghánistánu zhruba deset let. Asi budeš, teda budu, nejstarší, s kým budeš mluvit. (smích)*

*Takže i když nejsem nováčkem, je to pro mne všechno takový čerstvý.*

*A hlavně mám rodinu, takže všechno vnímám jinak, už to není jen o dobrodružství, ani nevím, jestli je to tím věkem, ale rozhodně mi to připadá všechno pomalejší. Jakoby víc zautomatizované, pořád kolem dokola.*

*Taky to může být tím charakterem mise. Ty předchozí totiž byly bojový, tady a teď jsem na velitelství mise, a to je fakt dost rozdíl.*

**A jaké jsou Tvoje koníčky, který Tě provázejí běžným životem?**

*Docela rád cestuju. To mám fakt rád.*

*Nejvíce asi protože mi to přináší něco do života, nějaký ty zkušenosti.*

*Rád poznávám nové lidi, jejich kulturu a kraje. Mám rád ty zážitky. Mimo to mám rád taky historii. Obojí kombinuju. Taky mám rád hory a kopce. To se tady docela hodí, protože od rána do večera nevidím nic jinýho.*

*I když já teda na ty kopce nejradši lezu a to mi až tak zrovna tady neumožňují.*

**Takže si uvědomuješ nějaká omezení těch tvých koníčků v rámci základny tady na misi?**

*No, tak vzhledem k tomu, že rád cestuju, tak si ten koníček už vlastně plním tím, že tu vůbec jsem.*

*Vzhledem k mé náplni práce se mi daří cestovat i tady v rámci práce a vidět něco víc, než jen zdi základny, jenže ta moje práce je tím docela specifická, zbytek kluků to má jinak, někdy se podívají ven třeba jen dvakrát, třikrát za ten půl rok. To by mi asi vadilo, protože jsem tak trochu dobrodruh. (přikyvuje)*

*Jinak se snažím asi hodně číst, nejvíc asi o těch dějinách. Mám hodně času na dokumentární filmy. (otáčí ruce)*

*Taky je tu čas na sport. Zahraju si občas i fotbal. No jo, fotbal. (kouše se do spodního rtu) To je taky vlastně můj velký koníček, ten jsem asi předtím zatajil.*

*Takže, já ty omezení moc nevnímám, ale myslím si, že ostatní to tak cítit můžou. Já jsem v tomhle pružnej, přizpůsobím se situaci. (hledá v kapse kapesníček)*

*Asi to souvisí i s mou osobností. Že jsem v tomhle ohledu takovej flegmatik s vysokou frustrační tolerancí a optimisticky se snažím hledat na všem to nejlepší co z toho jde vytrískat. (usmívá se)*

**A je tedy nějaká volnočasová aktivita, kterou realizuješ tady na základně, ale doma bys jí třeba nedělal?**

*Ehm. Chodím tu do posilovny, to je určitě plus. Taky běhám na páse, to doma moc nedělám, protože upřednostňuju běhání venku. Jenže český les a místní hornatá skoropoušť je docela dost rozdíl, takže tady je ta klimatizovaná posilka strašně fajn. Navíc je opravdu dobře vybavená, najdu si tam to svý i když nejsem nějaký strongman, (smích) kterých tu pár taky máme.*

*Doma bych určitě spíš jezdil na kole.*

*Ještě mě napadlo.... Tady si píšu deník. Né teda deníček, ale takovej základní deník. Ani nevím proč, jestli nudou, nebo potřeba stříhat pomyslný metr. Ale to doma taky nedělám, ani na to nemám moc čas, kdybych náhodou chtěl. Ale asi nechtěl. Asi bych u toho doma nevydržel. (kroutí hlavou)*

**Můžeš se, prosím, zamyslet nad tím, jak bys všeobecně definoval pojem volný čas?**

*To je jednoduché. Volný čas je pro mne svoboda. (rozevívá dlaň)*

*Pro mne znamená svobodu, protože je i důležité naučit se s ním hospodařit. Jakoby umět si ho vymezit, prostě si na něj najít svůj čas.*

**Takže, pokud je pro Tebe volný čas svoboda, jak působí na tvůj život a co od něj vyžaduješ?**

*No, když to vezmu obecně, tak že má jednotlivec čas věnovat se sám sobě, určitě ve smyslu nějakýho seberozvoje. Alespoň trochu se rozvíjet. Něco udělat sám se sebou.*

*Nevím jestli mi rozumíš, chci tím říci, že aby byl volný čas pro mě fakt volný, tak si ho můžu uzmout sám pro sebe, pro svoje vlastní potřeby.....A je celkem jedno jaký zrovna v tu chvíli jsou.*

*Takže od volného času očekávám, že s ním naložím podle sebe .....a nikdo se mi do něj nebude míchat.*

**Takže, pokud bys hodnotil možnosti volného času v rámci mise s ohledem na tyto požadavky tak jak bys je hodnotil?**

*Tak charakter týhle mise mi umožňuje docela dost volného času, ale je to jen volný čas takzvaný (kroutí hlavou). Není to nějakej ,pfff, v uvozovkách „ volnej čas“. (lomí rukama).*

*Vlastně se nikdy nemůžu sebrat a jít si dělat to svoje. Pořád to nedávám, pořád to nade mnou visí. I když si to svoje dělám... Vlastně kdykoliv tu může zazvonit telefon a já dostanu úkol. A není to jen tak nějakej úkol. Protože na úkolech, který dostáváme tady závisí spousta věcí. Je to docela dost velká zodpovědnost.*

*A to je to.... co si pořád nosíte vzádu v hlavě...ve svém nevědomí. To bych řekl, že ten volnej čas tady hodně deformuje. Že z jedny strany ho máme habaděj, ale vlastně ho nemáme vůbec. Často řešíme i útěk do nemoci, když někdo ten tlak neunes. Když se k tomu přidá třeba zkušenost s nějakou zátěžovou situací (kouše se do spodního rtu, je vidět nejistota), může to mít opravdu vážný dopad. Jenže to si musíte uvědomit už v rámci výcviku, že jsou tu hlavní ty vojenský úkoly.*

*Nasazení v misi neumožňuje (řeceno s důrazem) něco plánovat.*

*Volný čas- je- bonus.*

**Takže, toho volného času na misi máš..?**

*Docela dost, ale jak už jsem naznačoval, nepřináší člověku úplně to samý co by od něj očekával kdekoliv jinde.*

**A uvědomuješ si nějakou situaci, ve které se to nějak projevilo?**

*No, když říkám, že docela dost, tak vycházím spíš ze zkušeností, z těch předchozích misí, kde se klidně stalo, že jsem na čas nějakýho osobního volna neměl ani hodinu, třeba čtrnáct dní v kuse. Proto ta odpověď, díky zkušenostem.*

**To muselo být opravdu náročné?**

*Náročné to bylo. To jako bezesporu. Ale zase to mělo úplně jinej nádech. Jinak to utíkalo a něco jiného to v člověku probouzelo.*

*Náročný to je.*

*Náročný je to svým způsobem i tady, jen zase jinak.*

**Chtěla bych se tedy ještě ujistit, zda tomu správně rozumím – jak je naplňován smysl volného času na základně v Tvých očích?**

*Tak smysl toho volného času bude pravděpodobně, že každý voják potřebuje nějak obnovit svoje síly. Obnovit svou energii. Regenerovat se?*

*Důležitý je taky přijít na jiný myšlenky, než jen na ty, co jsou nějak spojený s tou prací.*

*To je určitě hodně důležité.*

*Po čase tu cítíte, se tu cítíte, trochu jako robot. Všechno se opakuje. Takže asi záleží, co kdo od toho očekává. Prostor k tomu odpočinku se tu určitě najde, ať už pasivního nebo aktivního. Dokonce na tuto základnu jezdí občas odpočinout i vojáci z jiných, třeba předsunutých základen. Tady je to takové skoro městečko s nějakou infrastrukturou, ne všude to vypadá takhle a už vůbec ne všude jsou ty možnosti volného času jako zrovna tady.*

**Mohl bys mi nyní popsat, jak konkrétně v rámci volného času na základně odpočíváš?**

*(Poposedá, usmívá se a uvolněně odpovídá)*

*Když je možnost, tak se na chvíli natáhnou a klidně i prospím. Rád se projdu po základně, zajdu za svýma kolegama z jiných pracovišť, to přijdu hned na jiný myšlenky.*

**A vzpomeneš si prosím, zda nastala na misi nějaká situace, která Tě ve volném čase vysloveně nějak omezila?**

*(hlasitý smích).. (pauza)*

*No, to je jako každou chvíli něco. Jsem na cestě do posilovny a spustí poplach. (smích) Je to takový hodně typický. Ani nevím, jestli to vnímám nějak negativně, jedinej*

*pocit, kterej to vyvolá je, že tohle se prostě stává, že jsme na misi. (Křčí rameny a zvedá ruce, říká lehce s nadsázkou)*

**Takže, jaká je hodnota nebo chceš význam volného času pro Tebe?**

*Je to moje svoboda, takže určitě ho řadím na žebříčku hodnot docela vysoko.*

*Ale zároveň si na něj moc nezvykám. Protože ho nevímám jen jako mimopracovní, ale ani doma není vždycky volný. Třeba moje rodina, děti, starosti okolo domácnosti, to jsou všechno povinnosti, ale já jim dám přednost, dá se říct, že dobrovolně. (kýve)*

*Takže je pro mě důležitěj, to jo, ale jsem ochotný.... ho posunout do pozadí, pokud je to třeba, pokud je něco důležitějšího, jako třeba doma rodina... .. nebo tady plnění úkolů a pracovní povinnosti.*

**A proměňuje se tedy nějak tenhle význam pro tebe doma a tady na základně?**

*No, z předchozí odpovědi by se dalo asi odtušit, že ne, že je celkem fuk, jestli můj volnej čas uhýbá rodinému životu a ne ku prospěku pracovním povinnostem..... ale zas až tak to není.*

*Tady je to jinak, protože tady ten volnej čas není volnej... .. vlastně nikdy.*

**Ne v pravém slova smyslu svobodný řečeno. (Směje se....)**

*Sám si neurčím, jak ho budu trávit. Doma můžu říci, že uděláme domácí úkoly večer, jenže tady ty pracovní povinnosti prostě nepočkej. Není tu moje rodina, se kterou ho trávím rád. Je to tu uzavřený prostor, který si svévolně nemůžu opustit. Jsou na mojí osobě navázaný další lidé a povinnosti. Nemůžu si večer u knihy vypít skleničku dobrýho vína – to je pro čechy celkově velký omezení ve volném čase, že si tu nemůžete dát ani kapku alkoholu. Aspoň to dost zmiňujem (smích) a každej z nás se těší na studený pivo v létě u vody. Ale abych nám nekřivdil,asi nejen pro čechy. (úsměv, utírá si nos)*

**Uvědomuješ si, že by se tento názor, nebo přístup k tomu volnému času, se nějak vyvíjel?**

*U mojí maličkosti jsou fakt důležitý ty zkušenosti z dřívějšíka. Nehledám tu svobodu co hledám doma, ale hledám tu relaxaci, která mi je tu umožněna jak jen to v těchto podmínkách je možný. Ten čas, co tu pro sebe máme tu k tomu jednoznačně slouží. Volný čas na misi, to je snad jedinečně relax.*

*Snažím se od něj nic víc neočekávat, a to od začátku do konce. Jenže já už taky vím, že od něj nic víc nedostanu. (Nejistý pohled)*



*Jestli mám být upřímný, nevím, jak to bylo, když jsem byl na první misi. My tady tomu říkáme obnova sil pro práci.*

### **A máš pocit, že by se to v průběhu mise mohlo ještě změnit?**

*Já mám pocit, že určitě ano. Čas je totiž omezená jednotka.*

*Nedá se nějak natáhnout. Bud' je, no a nebo není. Čím více se objeví práce, která tady nemá odklad, tím víc bude vzácnější a tím víc si ho budu uvědomovat a myslet na něj a hledat ho....*

*Ted' je nějakou dobu pracovní všechno v klidu, nemůžu zabíhat do detailů, ale může se stát cokoliv a ten prostor na volný čas mizí úplně..... a budeme rádi, že se občas vyspíme nebo pošleme krátkou zprávu domů.*

*Ta komunikace..... s rodinou začne děsně chybět. Co si tak vzpomínám, tak docela rychle. Pak se najednou ta chvíle volna, kdy se můžete ozvat domů, i když nemůžete nic rozepsat, stane mnohem vzácnější, než když si píšete celý den a už člověku docházejí témata, protože o čem tady pořád má psát, když většinu nesmí zmiňovat.*

*Tam taky ten volnej čas hraje roli, protože když nemůžete mluvit o tom, co bylo v práci, můžete mluvit akorát o tom, jak se máte v tom volným čase, co jste přečetl, zda jste vyhrál v pokru nebo co jste koupil na Amazonu.*

### **Má podle Tvých zkušeností volný čas tedy nějaký vliv, dopad i na práci, kterou vykonáváte?**

*Tak to je docela dost jednoduchá otázka, protože dost souvisí s náplní mojí práce a mám k ní jednoznačný stanovisko.*

*Pokud se skupině nedostává volného času, alespoň v nějakým minimálním rozsahu, velice brzo se to začne projevovat. Když není volnej čas, tak se po určitým čase každé zhroutí. Začne docházet ke konfliktům ve skupině a jo, to se logicky projeví na kvalitě práce, pozornosti, ochotě, únava se promítne do celkového nasazení, tím nemyslím jen pracovního....tady to může být vysloveně ohrožující. Jasně, jsou situace, kdy si ten volnej čas nemůžeme dovolit, výjimečně dokonce dlouhodobě, ale stejně tak si nemůžeme dovolit konflikty ve skupině a problémy v psychické oblasti. O vojáky v tomhle ohledu prostě musí být postaráno a realizují se i mechanismy, který se snaží orientovat se v tom, (kašle, přemýšlí) v tom - zda se to daří a zda se skupině vede dobře. Jestli je ten prostor nejen k tomu, že si tráví volnej čas každé po svém, ale taky společně. Že pracovní skupina má nějakou dynamiku. Je to i otázka jednotlivců. Kdo neumí odpočívat, vhodně relaxovat, zorganizovat si ten volnej čas nějak vhodně, určitě se dlouhodobě dostane do*

stresu. Z toho volného času se nedá ubírat dlouhodobě, ten pracovní výkon za to pak stejně nestojí. Ta balance mezi volným časem a prací je strašně důležitá a hlavně hrozně křehká.

**Ve spojitosti s tímhle bych se chtěla zeptat, pokud se ti teda nebude chtít, nemusíš zacházet úplně do detailů, ale zajímá mne Tvůj názor na to, zda se ten volný čas nějak proměňuje v případě, že jedinec projde traumatickou událostí?**

*Je to možné. Moje zkušenost je taková, že když si tím někdo z nás projde, tak většinou i když možná nevhodně... (mění výslovnost, nadlehčuje) se snaží navázat tam co skončil a naskočí zpět do práce i volného času a moc to nevypouští napovrch. Alespoň dokavad se to na povrch neprodere samo a to bývá spíš až doma, kdy na něj všechno dopadne i se silou zpětného rázu. Ale jako přímo v misi to spíš vnímají tak, že to trauma prodlužuje, to nicnedělání. Takže jestli se nějak volný čas změní, tak spíš tím, že získává větší nasazení. Tohle téma je hrozně složité. (kroutí hlavou)*

**To je a proto mne zajímá. A máš pocit, že volný čas nějak ovlivňuje soužití lidí tady na základně, především u těch se kterými přicházíš do užšího kontaktu?**

*To je jasné. Pokud lidem nedáte volný čas, tak se za nějakou dobu začnou objevovat konflikty. Nejdřív tak jako sporadicky, ale časem častěji a častěji. Může se to časem vybičovat až do „ponorky“ (naznačuje uvozovky). Vliv na sociální vztahy je dobře patrný, dá se celkem snadno vyzorovat. Ty konflikty hrozí i když ten volnej čas je, ale bez něj..... je to jistota.*

**A máš tedy možnost trávit nějaké volnočasové aktivity v okruhu českých kolegů?**

*Ten prostor pro přátelský vztahy tu pořád máme. Osobně si všímám teda vlivu těch moderních technologií, které z jedny strany umožňují víc možností jak trávit ten čas s rodinou a přáteli, teda alespoň na dálku. Takže tady ty osobní vztahy trochu uvadají.*

*Jenže to je asi všeobecněj celosvětovej trend tohleto. Jako pozitivní vnímám, že to není až tak razantní.*

*Tím chci říct, že i přes to si vojáci najdou čas trávit spolu. Zahrát si karty nebo stolní hru. Dost tu táhne kulečník. Občas se společně podíváme na nějaký český film, to má taky docela úspěch. Pořádají se i řízené aktivity, ale jen bych řekl, že čechy to moc netáhne. Vlastně co tak pozoruju, tak to čechy netáhne ani na dovolených u moře, natož tady. Některé jsou ale fajn. Každá skupina, nejen vojáků je jiná, tak se nesmí uvíznout na nějaké představě. To že loňského úkolového uskupení nechtyl čtenářský kroužek, neznamená, že letos se nesejde pár fanoušků do čtení.*

**A dostává se dle Tvého názoru prostoru ve volném čase i podpoře soužití světů příslušníků AČR a příslušníků okolních armád?**

*Hm....Obecně jo. Za mě je tu ještě prostor ke zlepšení. Připadá mi to takový jednotvárný, protože jde většinou zejména o aktivity sportovní. No a když dvě hodiny denně cvičíte v rámci pracovní náplně, tak musíte být trochu nadšenec do sportu, abyste si odpoledne nebo v podvečer ještě přidal. Jenže takových tu spousta je. Takže asi špatné to není, ale já bych rád viděl větší pestrost. (kroutí hlavou)*

**A vidíš v tom podle svých zkušeností nějaký přínos pro život na základně?**

*Jistěže!*

*Ona je tady základna takovej jeden velkej, žijící organismus. Všechno tu nějak souvisí se vším, což je bomba, vzhledem k její rozlehlosti. Vojáci se setkávají v posilovně, v kavárnách, jsou tu například i kurzy tance. To lidi určitě sblíží. Můžeme tu navštěvovat jazykové kurzy – to je určitě přínosné. Jak pro jedince, tak pro skupinu. Nakonec i ta společná cvičení jsou k něčemu, protože tam můžete potkávat nové lidi.*

**Takže Tvůj názor na tyto aktivity...?**

*Dobry, (úsměv) protože člověk je společenský tvor. Myslím si, že to každý trochu potřebuje. Já třeba víc, někdo třeba míň, ale každé trochu určitě jo. Myslím, že když je někdo typický strážce majáku, tak se nedává do armády a už vůbec se nevydá na misi, (kašle, urovnává si mikrofon), protože mise je vyvrcholením toho na co se voják celou kariéru připravuje.*

**Je tedy v Tvých očích lepší trávení volného času individuálně, anebo upřednostňuješ volnočasové aktivity skupinové?**

*Pokud budu vycházet z toho co už dneska vím, tak je nejlepší kombinovat obojí. Protože příliš jednoho nebo druhého mi neprospívá. A asi ani ostatním.*

**Ještě se tě zeptám, která z aktivit, kterou naplňuješ svůj volný čas na základně, je ta Tvoje TOP, nejlepší, nejoblíbenější?**

*Asi je to ten sport, i když skoro stejně mě baví i kulturní okénka, které si tu pořádáme. Jak jsem říkal, já jsem hodně společenskej člověk a mám to setkávání rád. Takže společné koukání na film, turnaj nebo kvíz, to je něco pro mě.*

**A ještě se Tě doptám, zda Tě v průběhu mise zaujala nějaká aktivita u místních či příslušníků okolních armád, kterou jste třeba nečekal?**

*Joo, tak to určitě. Vážně mě překvapilo jak američani zorganizovali oslavu nového roku, silvestru. Bylo to děsně veselý a i to, bez kapičky alkoholu. To bylo super, podobné akce bych jistě přivítal častěji.*

*Ale je pravda, že oni jsou od nás trošičku odlišní, já to ale vnímám jako veliký obohacení.*

**Je nějaká aktivita, kterou si ve svých představách plánuješ zrealizovat hned jako první po návratu?**

*Určitě si vyrazím na nějakou cestu po horách. Ty tady mne inspirují, tak občas jen tak sednu na kafi a v představách si plánuju jak budu t'apkat někde po vrcholcích a bude to ta pravá svoboda. V těch představách jde nejčastěji asi o Balkán, ale co vám budu nalhávat, první bude čundr s dětma, manželkou?*

*Manželka si od nich na chvíli odpočine. Myslím, že se možná těší víc než já.*

**Je něco na co jsem se nezeptala a chtěl/a byste to dodat nebo nějak rozšířit některou Vaši předchozí odpověď?**

*Smích..... hele, mě to přišlo dost vyčerpávající, ne?*

**Asi ano A já Ti moc děkuji za odpovědi a Váš čas, doufám, že se čundr s dětmi povede. A omlouvám se, že jsem Tě takhle trápila v podstatě na nemocničním lůžku.**

*Rádo se stalo,*

*Já se omlouvám, že nejsem úplně v kondici. Užívám si už druhý den v posteli. Takže toho volného času, kterýho nemám dost, mám teď vlastně až moc, když mne přemohl (smích) asi nějaký afghánský virus.*

**Tak ať je brzy dobře.**

*Děkuji*

Příloha 3

**Dobrý den.**

*Dobrý den.*

**Jmenuji se Tereza Perná a v současnosti se věnuji studiu Pedagogiky volného času-vychovatelství na Teologické fakultě. V souvislosti s tím se věnuji výzkumu volného času na základnách z pohledu významu pro příslušníky Armády ČR. Ráda bych tímto zjistila Vaše názory, poznala Vaše zážitky a zpracovala jejich obsah a následně jej použila pro studijní účely a účely výzkumu do mé diplomové práce. Prosím Vás tedy o souhlas s jejich použitím a pokud možno rozsáhlé odpovědi na moje dotazy.**

**A udělujete mi tímto informovaný souhlas s anonymním zpracováním poskytnutých informací?**

*Ano.*

**Tak nejdřív, jakou jste si zvolil přezdívku?:**

*Tak, nejradši mám kapitána ameriku, takže za mne kapitán amerika.*

**Já mu také fandím.**

**Kolik je vám let?:** *Je mi 37 let.*

**Můžete mi říci něco o Vašem rodinném statusu?**

*Tak momentálně jsem ve vztahu, momentálně 8 měsíců. Jsme spolu zasnoubení a až se vrátím z mise budeme mít svatbu.*

**Ted' trošku osobní dotaz, ale měla na tento váš rodinný status nějaký vliv tahle mise?**

*Ehm, tak to určitě měla, když jsem to vlastně zjistil, že pojedu, tak jsem chtěl partnerce dát najevo, že s ní počítám, i po tom co se vrátím. A jak to říct? Tak aby, prostě nečekala zbytečně.*

**To je moc hezké gesto. Ted' se zeptám, jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?**

*Moje momentální dosažené vzdělání je vysokoškolské s dosaženým titulem magistr.*

**A kdy jste se rozhodl/a pro kariéru v Armádě?**

*No tak, pro kariéru v armádě jsem se rozhodl už v svých 15 ti letech, jelikož jsem chtěl sloužit vlasti a to mi armáda, nebo, armáda mi přišla jako skvělá budoucnost. V armádě sloužím od roku, pffff, 1998 včetně svých studií na armádní škole. A jsem tam*

*velice spokojený, práce mě rozhodně naplňuje. A rozhodně se v armádě vidím v další nejbližších letech.*

**A máte v rámci své praxe již zkušenost se zahraničními operacemi a nebo nebo jste v této situaci poprvé?**

*Jasně. Zkušenosti mám.*

*Už jsem absolvoval jsem již 3 turnusy tady v Afghánistánu. Momentálně, teda sloužím svůj čtvrtý turnus. Předchozí 3 turnusy jsem absolvoval jako velitel jednotky. A teď kon poprvý, jsem zařazen do štábní funkce.*

*První 3 mise byly diametrálně odlišný od týdletó, této, pardon (směje se), jelikož jako velitel jednotky jsem plnil patroly a v průběhu této mise pracuji, ehm, spíš, nebo teda pouze jako štábní pracovník a zpracovávám dokumentaci.*

**Já se omlouvám, ale mohl byste mi vysvětlit co jsou patroly?**

*No jasně, to jsou úkoly mimo základnu. (je překvapený)*

**A mohl byste mi teď říci něco o svých koníčcích?**

*No jasně.*

*Tak, mezi moje koníčky patří výhradně sport. Zejména se věnuji posilování, běhám a kondičně plavu.*

*Ehm, prvním dvěma uvedeným činnostem se mohu věnovat i v průběhu mise a to mi do života přináší radost a odreagování, nejen tady, ale i doma. Já jsem taková typická zelená hlava, no. (kroutí hlavou, mává rukou)*

**A vnímáte nějaké omezení mezi doma a tady v rámci těch koníčků?**

*(směje se)*

*Tak plavání samozřejmě nelze realizovat z důvodu absence bazénu.*

*Ehm, zbylým činnostem se mohu věnovat v průběhu celého týdne. Bez omezení, krom času, ale omezen prací jsem i v Čechách.*

*Sport má na mě velmi pozitivní vliv.....ehm, ať už na skvělý fyzický pocit, tak i.....ehm, takovou tu psychickou pohodu. Proto bych řekl, že na mne mise nemá ani takové dopady, tím vlastně, nejsem nějak víc omezen, než třeba doma. Je to třeba úplně něco jiného než kdybych třeba nadevšechno miloval jízdu na koni a tady koně půl roku až rok neviděl.*

**No a naopak, je nějaká volnočasová aktivita, kterou realizujete tady na základně, ale doma ji naopak neděláte?**

*Ano, ano.....jedna taková volnočasová aktivita je. Ehm, Chodím zde na lekce spinningu a této činnosti se v doma v České republice vůbec nevěnuju, jelikož ve městě, kde žiji nic jako spinningové lekce neprobíhají. Ale přemýšlím teď kons až se vrátím domů, že si koupím spinningový kolo i domů.*

**A pokud bych po vás chtěla, abyste mi definoval svými vlastními slovy volný čas, jak by tahle definice zněla?**

*Tak, ehm, pro mě volnej čas znamená, ehm, že mám čas jenom pro sebe a můžu ho trávit s kým chci a jakýmkoli způsobem. Ten rozsah je pro mě individuální, podle toho, ehm, jaký mám zrovna objem práce.*

**A jaký to pro vás ma smysl nebo přínos?**

*No.....*

*Pro mě jako samotnýho, tak určitě obrovský, jelikož při sportu myslím pouze na tuto aktivitu a mentálně si velice odpočinu od práce.*

**Mohl byste mi popsat, co vám má volný čas přinášet do života?**

*No tak od volného času očekávám, že se můžu, mohu zrelaxovat, odpočinout si, vypustit páru a po sportovním výkonu jsem vlastně opět schopen lépe odvádět, ehm, svou práci hlavou. Nebo když jsem ve slepé uličce při řešení nějakého problému, ne teda jenom v práci, ale třeba i v jakoby v osobním životě, nebo když je to problém nějakýho osobního rázu, tak mi pomůže se fyzicky unavit a při té čistě fyzické aktivitě si nad tím popřemýšlet.*

**Prosím, ohodnoťte, jak jsou z Vašeho pohledu tyto požadavky na volný čas naplňovány v rámci mise na základně?**

*No tak...*

*Volnýho času mám v průběhu mise dostatek a všechno, co si naplánuju, tak z 90% vždycky stihnu. Takže jako opravdu je ho dostatek a nemůžu si stěžovat.*

**A myslíte si, že na toto má vliv nějaká ta vaše předchozí zkušenost s misemi?**

*Tak to rozhodně. Ta příprava, hlavně psychická, ehm, je hodně důležitá a vždy, ehm, je to o něco lehčí, když víte do čeho jdete.*

*Na základě, nějakých jako mejch poznatků, kdy jsem zjistil, které dny jsem pracovně, jako vyčíženější a které dny mám takzvaně volnější.*

**A teď se zeptám, jaký má ve vašich očích a podle vašeho názoru smysl a přínos volný čas tady na základně?**

*No, tak, v mých očích je naplňován smysl volného času, řekl bych dostatečně. Někteří kolegové se věnují sportu, jiní četbě, někteří sledováním seriálů, atd. Opravdu je tu, je to u každého dost individuální. A vlastně i poskytnout jim ten prostor pro volný čas je velice důležité, přijde mi, že dopady jsou horší, jako na psychiku, když se člověk nemůže odreagovat.*

*Přínos je tedy pozitivní. Ještě se mi nikdy nestalo, že by někdo řekl- hej, fakt mne otravuje, že tu mám chvíli pro sebe. (vtipkuje)*

**Vzpomenete si teď, prosím, zda nastala na misi nějaká situace, která Vás ve volném čase nějakým způsobem vysloveně omezila?**

*Tak to rozhodně ano. (upustil prstýnek se kterým si začal hrát)*

*A nejenom jednou nastala taková situace. Když jsem dostal nějaký neočekávaný úkol a nemohl jsem tak využít svůj vyhrazený volný čas. Ale jedná se pouze o krátkodobý dopady.*

**A jaké jste z toho měl pocity?**

*Tak, ehm, jasně, že jsem z toho měl negativní pocity, jelikož když si svůj trénink naplánuji a něco mi ho přeruší, necítím se vůbec komfortně.*

*Jsem zvyklej na to pravidelně svoje tělo vystavovat zátěži a když ji nedostane v tom smyslu ve kterém, ehm, je na něj zvyklé, tak má takový malý absták a je cítit, že si říká o to, abych ho trochu unavil. (se smíchem) Mám pak i syndrom neklidných nohou.*

**Můžete mi přiblížit, jakou roli hraje ve vašem životě volný čas?**

*Pro mě v životě je volný čas pro můj život je opravdu důležitý a má velmi významnou (řeceno s důrazem) roli. Samozřejmě nejdůležitější je pro mě přítelkyně a čas věnovaný jí.*

**Mění se nějak tento význam nebo role volného času ve Vašem životě, pokud jste dlouhodobě na základně?**

*Tak určitě, aaaaa..... se tento význam mění, ehm, jelikož volného času je v průběhu působení na misi víc. Volného času mám doma např. 2 hodiny a na misi některé dny kupříkladu 4 až 6 hodin.*

**Jaký je tedy rozdíl tady a doma?**

*Eehm.....*



*Volný čas je pro mě důležitější doma, jelikož ho mohu trávit s svojí snoubenkou. Tady je pro mě volný čas pouze potřebný relax a pro odreagování od práce a udržování nějaký jako fyzický kondice.*

*Takže mým mám pocit, že tady ho pro svou psychickou pohodu potřebuju méně, než doma, (směje se tomu a naznačuje, že se do toho zamotal) ale zase se mi ho dostává více. Tak jsem se snoubenkou alespoň ve spojení na dálku.*

*(Pokládá ruku na mikrofon a směje se)*

**A zavnímal jste v průběhu mise nějak změněný postoj k volnému času?**

*Jako jestli je to pořád stejný?*

**Ano, tak.**

*Ehm, můj postoj se k volnému času se v průběhu ani jedné mise nijak nezměnil. (zadržuje smích)*

**Dobře nezměnil a máte pocit, že by tato situace ještě nějakým způsobem mohla přijít, že by se ten váš volný čas nebo jeho náplň mohla ještě nějakým směrem vyvinout nebo změnit?**

*Ehm.....Myslím si, že určitě ne.*

*Nebo, e nebo. Nemám žádnou potřebu na svém stereotypu nic měnit. Dostávám z něj to co potřebuji a krom toho, že mi chybí mi blízcí se..... necejtím nějak frustrovaný. Věřím, že je to díky tomu, že jsou tu ty podmínky a možnosti ve volném čase, nebo ten volnej čas je tu jako dobře nastavenej.*

**Pokud budete vycházet ze své zkušenosti, mohl byste mi popsat svůj názor na to, že nebo jestli vůbec volný čas nějakým způsobem ovlivňuje práci, kterou na misi vykonáváte?**

*Rozhodně .....Můj volný čas určitě velmi silně ovlivňuje můj pracovní výkon.*

**A jakým způsobem nebo proč?**

*Tak asi jako všeobecně....*

*Volnočasový aktivity mě prostě opravdu nabíjejí a pak mám větší chuť do práce a mám pocit, že i, že se i líp soustředím. Ehm...Navíc člověk je pak, nebo pak není tak otrávenej z tý práce, že jo.*

**Byl byste nyní tak hodný a ujasnil mi, jak vlastně v rámci toho volného času, který tady na základně máte, odpočíváte?**

*Hm, tak jak už jsem říkal, nejvíc se zrelaxuju sportem. A pokud na sobě cítím únavu, tak samozřejmě spánkem, ale tak to je základní potřeba, takže jídlo a spánek úplně podle mého nejde počítat jako volný čas.*

(Hledání v okruzích na co jsem se ještě nezeptala)

**Působí podle Vašeho názoru volný čas nějakým způsobem na stres a každodenní těžkosti, které na misi setkáváte?**

*Tak já si myslím, že rozhodně, trávení volného času na stres působí. Ehm, někdy, když přijdou neplánované úkoly v čase... který mám vyčleněný pro sebe.... jsem opravdu velmi rozladěnej a přidělenou práci neodvedu v takové kvalitě v jaké bych chtěl.*

*Naopak, když mám práce nad hlavu a mám možnost si dáchnout, tak mi to pak jde jedna radost. Ehm... U mě tohle funguje celkem spolehlivě, bez nějakých větších výkyvů, ehm už vím co potřebuju a co hrozí, když to nedostanu. Ehm, tak za mě jsem přesvědčenej, že ten stres, vlastně, kterej tady v Afghánistánu, nebo tady na základně mám, tak ze sebe potřebuju dostat tím sportem a tedy tím volným časem.*

**A jaký je váš subjektivní názor na to, jestli to takto mají i vaši kolegové tady?**

*Nooo... Ne všichni to tu mají takhle, jsou tu i lidi, kteří potřebují spíš jako lenořit nebo si číst nebo se nějakým způsobem prostě odreagovat a fyzicky se na tom, na tom odreagování nepodílet, ale myslím si.... Nebo alespoň co tak pozoruju, tak..... prostě jsme zelený mozky (s nadsázkou) tak to potřebujeme spíš vybit.*

**To je dobře, že to umíte brát s nadhledem a mně se to teď celkem hodí, protože bych se vás potřebovala zeptat na trošku osobnější téma, a ještě bych vás chtěla upozornit, že mi na něj nemusíte odpovídat, můžete mne zastavit a můžeme ho přejít a pokračovat dál, ale moc by mi pomohlo, kdybyste se mi svěřil s tím, jestli máte nějakou osobní zkušenost s nějakou traumatickou událostí a jejími dopady?**

*No jasně.*

*Ehm, tak já osobně jsem se s tím neseťkal, nicméně jsem měl kolegy, kteří prošli traumatickým zážitkem.*

**Dobře děkuji. Já se vás tedy nebudu ptát na úplné detaily, ale chtěla bych znát vaši zkušenost nebo i jen názor na to, zda by tyto traumatické dopady mohly mít nějaký vliv na volný čas?**

*Teď jsem vás moc nepochopil, myslíte jako, jak se to projevovalo na ten jejich volnej čas?*

**Ano, můžete mi v podstatě popsat celkově jakou máte zkušenost s tím jak se to projevuje a potom vlastně mi říci svůj názor na to, jak si myslíte, že se to promítalo i do toho volného času vlastně do konce té mise.**

*Oukej, tak vlastně s tím co jsem se setkal já, tak vesměs chtěli být pouze sami, s nikým se nebavili a např. 2 tejdny po traumatickém zážitku nebyli schopni plnit úkoly, ani se nevěnovali nějakému sportu, pouze leželi a přemýšleli a možná nějaká menší procházka po základně, ale to je vše.*

**Já vám děkuji, mě to takhle stačí, takže toto téma pokud k němu nebudete chtít sám něco dodat můžeme opustit a teď bych se zaměřila na soužití vás a kolegů na základně. máte nějakým způsobem pocit, že volný čas, který zde máte k dispozici ovlivňuje skupinu lidí se kterou zde přicházíte do užšího kontaktu a případně jakým způsobem?**

*No rozhodně. Rozhodně si myslím, že volnej čas vlastně, ovlivňuje to soužití lidí. Pokud by zde lidé neměli volný čas pro sebe a nemohli si odpočinout od práce a zrelaxovat, jistě by to negativně ovlivnilo vztahy mezi lidmi v kontingentu.*

**A vy s tím máte nějakou osobní zkušenost, že by se to negativní ovlivňování projevilo na těch vztazích mezi lidmi?**

*Ehm (přikyvuje), tak samozřejmě se občas, tu a tam, objeví ta ponorka na pracovišti mezi lidmi, ale zatím jako nic vážného.*

**Vzpomenete si jaké volnočasové aktivity prožíváte čistě v okruhu českých kolegů?**

*Ehm..... tak s kolegy trávím čas pouze v pracovní době. V mimopracovní době jsem rád sám a nemám potřebu se s někým stýkat či bavit se.*

**Takže předpokládám, že ptát se vás na to zda upřednostňujete individuální či kolektivní volnočasové aktivity asi nemá úplně smysl, že?**

*To nemá... (směje se a kýve hlavou v nesouhlasném gestu). Já rozhodně upřednostňuji trávení volného času individuálně a kolektivní sporty přímo nenávidím.*

**A když nenávidíte kolektivní sporty, zahrnuje to kolektivní trávení volného času i v tom smyslu pasivnějším? Abych vám to osvětlila, tak z předchozích rozhovorů vím, že někteří vaši kolegové se účastní promítání filmů jednou týdně, kde tráví ten čas společně, vy se jich neúčastníte?**

*Ne, ne...já vlastně ty, veškerý ty svoje, ten veškerý volnej čas se snažím vyplnit svejma tréninkama, některý jsou to dvou, tři fázový tréninky a když jdou kluci koukat jakoby na filmy, tak většinou volám, nebo se snažím nějak komunikovat se svojí snoubenkou.*

**Ano, tomu rozumím. A všinul jste si tedy , že ne u vás, ale u ostatních ten volný čas nějakým způsobem spojuje to soužití světů vašich kolegů a příslušníků okolních armád?**

*Já si myslím, že nespojuje. Ani jsem to, tuším, na žádné misi nezaznamenal.*

**A pokud by některé tyto volnočasové aktivity byly zřízené záměrně s tím účelem propojení těchto světů, viděl byste v tom vy osobně nějaký přínost pro život na základně?**

*Pro mě určitě ne, já v tom žádný přínos nevidím.*

**Takže jaký je Váš názor na tyto aktivity?**

*No, pfffffff.....Pro někoho jsou hromadné aktivity možná přínos, ale pro mě rozhodně ne, proto se jim vyhýbám.*

*Poposedá, zaklání se.*

*No teď když se tak zamyslim, tak to zní skoro až asociálně, řek bych, tak jako, neznamená, že když já tyhle věci nepreferuju a nemám je rád, nejsem vděčnej za to, že tam takovýhle věci jsou, podle mě je to pro nějaký kluky důležitý.*

**Která z aktivit, kterou naplňujete svůj volný čas na základně, je ta Vaše nejmilejší?**

*Tak jak už jsem několikrát zmiňoval, určitě je to na prvním místě posilování, jelikož po ukončení tréninku mám ze sebe dobrý pocit a cítím vnitřní uspokojení.*

**Ještě se zeptám, zda jste se v průběhu mise pozastavil nad nějakou aktivitou, třeba místních obyvatel nebo příslušníků okolních armád, která vás nějakým způsobem překvapila nebo zaujala?**

*No, mne osobně žádná aktivita u místních ani příslušníků jiných armád nezaujala. Já, jak jste si asi všimla, jsem hodně stereotypní.*

**Já tomu rozumím. Teď se tedy ještě zeptám, ve svých představách už si plánujete nějakou aktivitu, kterou uvedete v život hned jak se vrátíte?**

*Tak se svojí snoubenkou si po návratu plánujeme zkusit triatlon, takže.....ehm, tady mám hodně naběháno, spininng odšlapanej, akorát ten bazén mi chybí, takže až se vrátím, tak se vrhnu na plavání a chci hodně času trávit se svojí snoubenkou.*

**Je něco na co jsem se nezeptala a chtěl byste to dodat nebo nějak rozšířit některou Vaši předchozí odpověď nebo mi to prostě jenom říct?**

*Ne, jsem si jistý, že jsem se už dostatečně vyjádřil ve všech bodech vašeho dotazování..*

**Tak já vám děkuji za váš čas, mějte se hezky a já vám gratuluji ke svatbě.**

*Není za co a jsem, ehm, rád, že jsem mohl pomoci.*

**Děkuji**

Příloha 4

**Dobrý den.**

*Dobrý den.*

**Po naší domluvě předchozí bych Vás teď uvedla o co vlastně půjde a pak bychom se vrhli na následující otázky?**

*Jistě.*

**Jmenuji se Tereza Perná a v současnosti se věnuji studiu Pedagogiky volného času-vychovatelství na Teologické fakultě a v souvislosti s tím realizuji výzkum volného času na základnách z pohledu významu pro příslušníky Armády ČR. Ráda bych tedy zjistila Vaše názory, zprostředkovaně poznala Vaše zážitky a zpracovala jejich obsah a následně to použila pro studijní účely a účely výzkumu mé diplomové práce. Tímto vás musím požádat oficiálně o souhlas s jejich anonymním použitím a pokud možno jestli byste mi mohl odpovídat rozsáhle.**

**Udělujete informovaný souhlas s anonymním zpracováním poskytnutých informací a jste si vědom, že rozhovor můžete kdykoliv přerušit, případně doplnit svoji odpověď a že je nahráván?**

*Ano.*

**Jakou jste si zvolil přezdívku pro zachování anonymity?**

*Batman (s úsměvem)*

**A kolik je vám let? 30**

**Hned v úvodu bych se tedy chtěla zeptat jaký je Váš rodinný status?**

*No s manželkou se známe už 6 let a z toho jsme 3 roky manželé. Naše manželství, bych popsal jako harmonický se vzájemným pochopením a respektováním svých osobních potřeb, koníčků a tak podobně. Neznám důvod proč, ale náš partnerský vztah je skoro bez hádek a vyčítání nějakých blbejch zbytečností. Jako jedni z mála máme to štěstí a vybrali jsme si tu pravou polovičku. Osud se nám pořád snaží naše společný život nějak znepríjemnit a předhazuje tragický události, který ale naopak náš vztah dělají pevnější.*

**A vadilo by vám nám přiblížit ty tragické události, které vás v životě potkaly?**

*Hm... radši né.*

**Dobře. Váš vztah zní jako kdyby se jednalo o opravdu krásné pouto, můžete mi přiblížit jak jste se poznali?**

*Ano jsme, teda myslím, spolu opravdu šťastní. Seznámili jsme se přes společný známý...jako žádná velká romantika to nebyla- (uvolněně)*

**Jaké je, prosím, Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?**

*Vysokoškolský –jsem procesní inženýr.*

**A kdy jste se rozhodl pro kariéru v Armádě a co Vás k tomu vedlo?**

*Po ukončení středoškolského vzdělání a (smích s nadsázkou) neúspěšných výběrových řízeních k policii a Vězeňské službě jsem kariéru v ČR zabalil a odjel poznávat Británii. Ale po půlročním dobrodružství jsem se vrátil zpět do česka a rozhodoval se co dál. Na internetu se ke mně dostala reklama nábory k “Profesionální Armádě“. A musím se přiznat, že jsem k armádě nikdy, ale opravdu nikdy nechtěl. No, paradox se stal skutečností a nyní sloužím již 10 let.*

*...přemýšlí...*

*A jako poděkování za dobře odvedenou práci mi byl dán voucher s půlročním pobytem all-inclusive na základně HKIA v Kábulu v rámci operace RS Armády kde zastávám funkci IT důstojníka. (pečlivě volí slova o základně a armádě)*

*Dá se říct, že za 10 let mého angažmá pod znakem vysokého napětí odvádím skoro stejnou práci, jenom stále z vyšší úrovně odpovědnosti a bezpečnosti. Od dítěte v hodnosti rotného, které si hrálo s radiostanicí, přes “povýšení“ (ZLEHČUJE) do poddůstojnického sboru na četaře, jako bezpečnostního správce terminálové oblasti utajovaného systému, který byl vlastně tou dobou ještě v plenkách, až po důstojníka ve funkci vrcholového managementu tohoto systému. (S HRDOSTÍ V HLASE)*

*Prvních 5-7 let bylo báječných a člověka práce naplňovala. S vyšší odpovědností přišla doba jednání, konferencí, koncepcí bez vidiny nějakého cíle. Když jsem do toho propadnul a pochopil, jak vše v armádě funguje, dostavil se syndrom vyhoření a to ne z důvodu nechuti k práci nebo neznalosti problematiky, ale z toho důvodu, že ať děláte cokoliiv sebelépe, stále vám bude někdo házet klacky pod nohy. Minulej rok jsem vážně přemýšlel o odchodu z armády, kvůli touze dělat to čemu bych opravdu věřil a mělo by nějaký účel, pro mě a můj život.. Osobně bych už odešel dávno, ale armáda dělá ten odchod neustále těžší a těžší z důvodu navyšování platu. Každopádně teď jsem v zahraniční operaci a po návratu na mě čeká nová pozice, tak snad změním svůj dosavadní názor?.....*

**A v rámci vašich dosavadních pracovních zkušeností jste už nabyl nějakou zkušenost s jinou zahraniční misí a nebo se ocitáte na zahraniční operaci poprvé?**

*No, venku jsem ještě nebyl, teda pokud nepočítám dvouměsíční cvičení u našich sousedů v Polsku. Takže kdybych chtěl to Polsko srovnávat, mise v Afgchoši je větší dobrodružství a to z toho důvodu, že už to není nějaká hra na vojáčky. Na týhle naší základně jsme relativně v bezpečí, ale mám to štěstí, že můžu navštěvovat i jiný základny a sbírat zážitky. Co se týká odloučení, režimu a tak podobně. je to úplně stejné, já to blbě snáším (S ÚSMĚVEM), to odloučení teda, režim mi nějak nevadí i když jinak jsem svéráz.*

**A teď mimo práci, popsal byste mi jaké jsou vaše koníčky, které vás provázejí životem?**

*No za prvé je to motorka – 100% koncentrace na danou věc, adrenalin, úplný vypnutí od problémů, to je můj největší Relax. Za druhý je to turistika, nejvíc horská, mám rád klid, přírodní krásy, v přírodě se dá skvěle relaxovat, nejvíc asi co nejdál od lidí. Potom canicross a výcvik, to je pro mě spojení užitečného se zábavným. Mám rád i golf. Ten teda překvapivě s přáteli, na rozdíl od těch hor, kde zvládnou být i několik dní sám se sebou. Taky rád posiluju, protože chci vypadat dobře. (smích)*

*Teď to zní, že sem nějaký asociál, ale to zase ne, volnej čas trávím rád s manželkou a taky s přáteli.*

**A mohl byste mi prosím popsat, jakým způsobem, pokud tedy vůbec jsou ty vaše koníčky omezeny v rámci základny?**

*No, Když se teďka zamyslím nad tím, co jsem řekl, tak vlastně všechny, co? (smích) kromě posilování teda. Motorku jsem si bohužel na základnu nedovezl a asi by to ani neprošlo. Do hor nás kvůli riziku nepustí, ale je fakt, že mne dráždí, protože jsou krásný. Je škoda, že tahle země je sužována tímhle, ehm, konfliktem, protože třeba pro mě by byla turisticky zajímavá. Svýho psa jsem taky nechal doma a s ostatníma se nesmíme ani bavit. Jako psama tady. (smích) Golfový hřiště snad v Afghánistánu ani není. To by mě zajímalo, jestli jo, nebo ne, to si zjistím. ....přemýšlí.... Člověk si tady musí poradit, když chce na procházku tak mu stačí koukat na hory a párkrát si obejít základnu, když chce běhat, zajde si na pás. Místo motorky si může půjčit kolo. Jedině ten golf si nezahraje, ale jeden koníček z pěti .... myslím že dobrý (řídá rozverně)*

**A je tedy nějaká volnočasová aktivita, kterou realizujete na základně, ale doma byste ji třeba nedělal?**

*Ničemu jinýmu, než doma se nevěnuju. Tady svůj volný čas vyplním přes den posilovnou, běhacím pásem nebo procházkou. No a večer pak nějaký film na PC. Lepím to tu jak se to dá.*



### **No a co tedy pro vás, vůbec všeobecně znamená... volný čas?**

*Hmm..... Je to součástí denního rytmu života. Asi si nedokážu představit celý den být zavřenéj někde v kanceláři. Člověk se musí za den trochu odreagovat, vypnout a přijít na jiný myšlenky. Třeba tady je to extrém, teda teď, ze začátku mise, nějakých prvních 14 dní, když jsme si předávali funkce, na volnej čas nezbylo moc času. Člověk pak byl přetaženej a hodně unavenej. Když se k tomu přičte změna prostředí a vyšší nadmořská výška není o co stát, ale lidi ještě nebyli tak nevrlý jako jsou teď, tak těžko říct. (vtipkuje)*

### **Dobře a pokud je tedy volný čas součástí rytmu života, co od něj vy specificky očekáváte?**

*No to je jednoduchý, svobodně se rozhodnout co budu dělat. Přináší pocit volby dělat si to na co já mám zrovna chuť.*

### **Ehm, a mohl byste ohodnotit jak jsou tyhle vaše specifické požadavky na ten obsah volného času naplňovány na základně?**

*Tak tady si každěj organizuje volný čas sám podle sebe a podle pracovního vytížení. Takže mám tu možnost volby v tom vymezeným čase a s ohledem na ty možnosti co tu sou. A jako i v rámci společný zábavy, jsou na základně pořádány, jak kulturní, tak sportovní pravidelný i nepravidelný akce. V rámci úkolového uskupení probíhají také obdobný programy, takže já se můžu rozhodnout buď sám podle sebe a nebo využít něco z toho co se mi nabízí. A po těch tejdnech tady jsem teda ještě nevyzkoušel všechno.*

### **Pokud bych vám dala za úkol doplnit větu: Volného času na základně mám.... Co byste řekl?**

*No, tak zatím určitě dostatek.*

### **A na základě čeho jste se pro tuhle odpověď rozhodl?**

No tak protože vim, že když si práci dobře naplánuju můžu si volnou chvíli naplánovat v rámci pracovní doby. Od 19:00 mám pak spoustu času se realizovat, když to nestihnu přes den.

### **Takže kolik hodin denně, průměrně, máte na svůj vlastní volný čas?**

*(smích)No to je to, co je právě těžký říct. Protože ten průměr je děsně matoucí údaj, že jo. Někdy není skoro žádněj, jak už jsem říkal, třeba na začátku, nebo když se něco děje a to pak makáme bez ohledu na plány natož (smích) na nějakěj volnej čas. Ale když jsou volný dny, ve smyslu tý rutinní práce, tak je to třeba i pět hodin denně, protože to okno tam máte i v tý pracovní době, když už to umíte a splníte si co máte, tak si dete i zacvičit,*

*během dne, nejen večer v tom jakože oficiálním volným čase, ve kterém vám stejně hrozí, že se do práce budete muset vrátit protože... něco... cokoliv. (lomí rukama)*

**Jak je tedy naplňován volný čas ve Vašich očích, tady v rámci základny?**

*No, to dost záleží hlavně na veliteli. Slyšel o misích, kde velitel vyžadoval přítomnost všech v rámci pracovní doby. My jsme měli to štěstí a náš velitel je v tomhle benevolentní a respektuje denní režim všech. Jsme schopní se domluvit.*

**Vybavíte si a můžete mi následně popsat nějakou situaci, která váš volný čas na základně výrazně omezila?**

*Zatím o žádné takové chvíli nevím, až na dobu, kdy jsem chytil místní virózu, to jsem musel zůstat v pelechu i když bych raději dělal něco jiného. Hodně to především záleží na tom, jak si člověk umí naplánovat povinnosti. A taky jsem se ještě nesetkal s nějakým velkým návalem práce, ale tak trochu s tím počítám, podle výpovědí zkušenějších kolegů.*

**Můžete mi prosím přiblížit, jakou hodnotu nebo lépe význam má volný čas pro Váš život?**

*Pro mě je to nezbytnost. Asi každý potřebuje za den nějakou tu chvilku, kdy může vypnout a odreagovat se. Osobně se nemusím věnovat žádnému koníčku, postačí i kouknout na nějaký film. Většinou se řídím pravidlem, že každé den musí být aspoň na 30 minut nějaká aktivita. Člověk má podle mého na volný čas právo, ale to tady na základně jde stranou. I když podle výpovědí zkušenějších kolegů se to asi zlepšuje, oproti minulosti. Hodně to tu mají na starost americké jednotky.*

**Mění se nějak tento pohled na volný ve Vašem životě, pokud jste dlouhodobě na základně?**

*Musím se přiznat, že na základně má člověk spoustu volného času a to z toho důvodu, že nemusí řešit denní záležitosti jako nákupy, vyřizování, práce okolo domu, příprava jídla atd. tady mám vše zajištěný. Asi bude obtížné si na to odvyknout. Zvykl jsem si, že tady mám celkem dost volného času, takže ho využívám i na pomoc manželce doma. Kdyby to měl shrnout, tak svůj volný čas na základně využívám i k tomu abych se zaměstnal něčím, čím můžu pomoci doma. Takže si z volného času vlastně dobrovolně dělám čas nevolný.*

**A vyvíjel se nějaký váš postoj k volnému času v průběhu času na základně, tedy od začátku do teď?**

*No, jak už jsem naznačoval, tak trochu jo. Ono to asi hodně souvisí s adaptací na život na základně. Ze začátku člověk neví jak co funguje kde zajít a postupně se otrkává, takže místo toho aby relaxoval na pokoji se zaměstnám něčím jiným a využiju aktivitu,*

kteřou nabízí základna. Za to teď jsem kolikrát radši v klidu na pokoji a věnuju ten čas svým věcem.

**Máte pocit, že by se u Vás v rámci mise mohl tenhle postoj k volnému času dál nějakým způsobem vyvíjet?**

*No jestli mne zase skolí nemoc, tak jo, Jinak jsem už asi na maximu. Otázkou je, jak by se to změnilo třeba na další misi. Kolega, se kterým sdílím pokoj, je už takový zkušenější válečný matador a ten tvrdí, že pokud jde už o několikátou misi, tak se to všechno hodně zrychlí, že jestli vás lidi a ztráta soukromí začne otravovat na první misi v půlce, může se stát, že na tý další to bude vod začátku. Takže si sice myslím, že jsem na maximu, ale můžu, no nemůžu to tvrdit do budoucna, pokud se mi tato zkušenost nabídne. Protože pak už bych byl připravený i na to, jak se tu tráví volný čas a znal bych ty aktivity, takže to by můj pohled na věc mohlo změnit no.*

**A můžete mi popsat, jak v rámci volného času na základně odpočíváte?**

*Nooo, Asi normálně jak všichni ostatní, odpočinek na posteli k tomu kniha nebo sledování filmu. Pokud jde o relaxaci tak vystačí posezení v místní kavárně a telefonát rodině. Pro mne je důležitá ta komunita tady, to předávání zkušeností a poznávání nových lidí. Bez toho by to byla velká otrava. Proto jsem třeba rád, že nemám díky cizím jazykům problém s nějakou jazykovou bariérou, která by mi v tom bránila. Kdyby byla možnost jen číst a povalovat se s filmem nebo bez něj, asi bych z toho byl brzo na budku. Odpočívání je dost důležité a je nám to tu také neustále opakováno..... vlastně to byla i jedna z mála zmínek o volném čase v rámci přípravy, jinak jsem moc nevěděl do čeho jdu.*

**Pokud budete vycházet ze své zkušenosti, můžete mi popsat svůj názor na to, jestli ten volný čas ovlivňuje práci, kterou na misi vykonáváte?**

*No to záleží na lidech a jejich přístupu k práci. Jsou jedinci, které neovlivní nic, protože nechtějí. Já si rád udělám své povinnosti a pak si organizuju volnej čas, tak bych řek, že naopak. Asi naopak, ne? Že ta práce ovlivňuje ten volnej čas.*

*Ale zase ty jedince co chtějí, by asi mohl ten volný čas jako sblížit a pak zlepšit tu jejich spolupráci.*

**Tady na misi se velmi pravděpodobně potýkáte nejen s nějakými každodenními těžkostmi, ale také stresem a máte pocit, že podle vašeho názoru ten volný čas může nějak působit i na tyto faktory, které na misi zažíváte?**

*Rozhodně JO. Nedokážu si představit, že bych jenom řešil práci a problémy. Ono by to asi ani nešlo jen pracovat, jíst a spát. Když už mě něco nebo někdo vytočí, vykašlu se*

*na to a odcházím se odreagovat. Pak na to kouknu se střízlivějším pohledem, bez emocí. Tahle práce a celkově zkušenost je sama o sobě dost stresující, takže každá, byť malá možnost jak se toho stresu zbavit, alespoň z části, je v mých očích vítaná a přijímaná pozitivně.*

**A máte pocit, že by se volný čas mohl nějak proměňovat u lidí, kteří si v rámci zahraniční mise prošli traumatickou událostí?**

*Hm.... (Otázka evidentně není příjemná, vrtí se a odvrací zrak) Z vlastní zkušenosti nemusí jít ani o tragickou situaci během mise, klidně postačí situace, která se stala před misí a člověk změní trošku priority a postoj k tomu co je důležitý a co ne. Když to na mě přijde tak na nějakou aktivitu nebo koníček není nálada. To se raději zaměřím prací ať přijdu na jiný myšlenky. Tady totiž není možnost vypnout úplně. Jako koníčkem, který vám pomůže vypnout. Tahle práce prostě pohltí. Takže u mě ne, u jiných nevím, protože se o podobných událostech nebavíme, to víte, tady je to drsnější prostředí, (nadsázka, zlehčuje situaci) tak se to moc nerozmazává.*

**A myslíte si tedy, že volný čas nějak ovlivňuje soužití lidí na základně, zejména s těmi s nimiž přicházíte do užšího kontaktu?**

*Jo tak poznáte člověka jinak a hm.. naleznete další společný téma. Ten mikrosvět základny se s každým dalším takovým rozroste..... těžko říct jestli vzniknou nějaký rychlý šípy, ale ten čas co tu musíte být to určitě, tak nějak subjektivně zkrátí.*

**A můžete mi popsat jaké volnočasové aktivity prožíváte čistě v okruhu českých kolegů?**

*Já sem společenský typ člověka, takže určitě, naše úkolové uskupení toho dělá dost, hlavně sportovní aktivity. Jenže tady to není jako doma, nejsou tu mí přátelé, spíš známí, jsem na misi poprvý, tak nevím, zda vzniknou nějaký pevnější pouta anebo to jsou takové ty přátelství ala dětský tábor, na který vzpomínáte, ale nějak je nehrotíte. Potěšilo mě... z těch společných aktivit, když jsem někoho k něčemu tady přemluvil a jemu se to pak zalíbilo, i když šlo třeba jen o film.*

**A vy sám jste si našel někoho, koho považujete za přítele, tady v těchto podmínkách?**

*No, nevím jestli mohu říci přítel, ale hodně času, i toho v uvozovkách volného, trávím se svým spolubydlicím se kterým si našťastí docela rozumíme.*

**A spojuje volný čas dle Vašeho názoru, a především zkušeností, nějakým způsobem soužití světa příslušníků AČR a příslušníků okolních armád se kterými se zde setkáváte?**

*Tak je to taky možnost, ale to záleží na každém jedinci a jeho jazykový vybavenosti, a hlavně zdali se chce družít nebo ne. Řízenou mezinárodní aktivitu jsme tu ještě neměli, nebo jsem jí nepostřehl. Objevilo se pár neřízených, spontánních, třeba soutěž v přetahování lanem mezi zeměmi. Troufám si říct, že šlo spíš o zabítí času, než o nějakou ušlechtilou volnočasovou cíl. A musím se tedy pochlubit, že za náš tým jsme se umístili dost dobře, tak na to rád vzpomínám.*

**Vidíte v tom podle svých zkušeností nějaký přínos pro život tady na základně?**

*Rozhodně jo. (pauza) Navážete kontakty s cizinci, které můžou pomoci při řešení určitých úkolů a to zejména podělit se o jejich zkušenosti. Teoreticky. (úsměv)*

**Takže váš názor na tyto aktivity je jaký?**

*No rozhodně bych se účastnil, kdyby byla možnost a prostor.*

**Trávíte svůj volný čas raději individuálně nebo skupinově?**

*Asi 50-50. Jak už jsem se zmiňoval, při společných aktivitách naleznete prostor pro nová témata a líp se poznáte a zase trochu jinak. Každý den nemám náladu se družít, takže proto 50-50.*

**A jaká z aktivit je nekorunovaná královna aktivit zde, ta vaše nejoblíbenější a proč?**

*No asi ten sport, člověk tady má možnost se seberealizovat a trochu si zvednout fyzickou a vytvarovat figuru. (směje se)...Doma má člověk víc povinností a to nepočítám ty pracovní.*

**Ještě se zeptám, zda Vás v průběhu mise zaujala nějaká aktivita u místních či příslušníků okolních armád? A proč Vás zaujala?**

*No asi nejvíc společný grilování, ale pevně věřím, že se to změní, jakmile se oteplí. Že pak těch možností bude více. I chuti je realizovat. Vidím v tom možnost poznat spolubojovníky trochu jinak než pracovně.*

**Jakou aktivitu byste uvítal nejvíc?**

*Tak třeba nějaký běh nebo by mne pobavil šachový turnaj nebo lan párty.*

**Prozradíte mi teď ještě, jestli už si ve svých představách plánujete nějakou aktivitu, kterou byste rád realizoval jako první až se vrátíte domů?**

*No samozřejmě je návštěva rodiny a přátel.... ale pokud se jedná o koníčka tak 100% vyhrává motorka.*

**Tak to je fajn, že se vrátíte v letních měsících. Je teda ještě něco na co bych se vás nezeptala a vy cítíte, že by bylo vhodné to k tomuto tématu dodat a nebo nerozhodnul jste se nějak rozšířit nějakou vaši předchozí odpověď?**

*No myslím, že to bylo vyčerpávající (úsměv), hlavně jestli jsem na všechno odpověděl správně.*

**To víte, že odpověděl, tady není správná nebo špatná odpověď, celkově to bylo moc fajn. Ještě bych se zeptala, jestli jsem vás nějakým způsobem nevedla do nějakých rozpaků, jestli se cítíte dobře a jestli to tedy takhle můžeme ukončit?**

*Jo, rozhodně, dobrý.*

**Tak já vám moc děkuji za opovědi, za váš čas a doufám, že vám to tady brzo uteče a že se dočkáte jak rodiny, tak motorky.**

*Hm. Také děkuji. Na shledanou.*

**Na shledanou.**

Příloha 5

**Dobrý den.**

**Jmenuji se Tereza Perná, současnosti se věnuji studiu Pedagogiky volného času- vychovatelství na Teologické fakultě. V souvislosti s tím se věnuji výzkumu volného času na základnách z pohledu významu pro příslušníky Armády ČR. Ráda bych tedy zjistila Vaše názory, zprostředkovaně poznala Vaše zážitky a zpracovala jejich obsah a následně použila pro studijní účely a účely výzkumu do mé diplomové práce. Prosím tedy tímto o souhlas s jejich použitím a pokud možno rozsáhlé odpovědi na mé dotazy.**

**Udělujete informovaný souhlas s anonymním zpracováním poskytnutých informací a s nahráváním našeho rozhovoru?**

*Ano, souhlasím.*

**Nejprve bych se chtěla zeptat jakou jste si zvolil přezdívku?**

*Přátelé mi říkají Flash.*

**A kolik je vám let?: 40**

**A povíte mi něco o vašem rodinném stavu?**

*V současné době jsem ženatý, s manželkou mám dvě krásné děti. Jsme spolu ve vztahu tak cirká 20 let. Celou tu dobu je náš vztah je celkem vyvážený, mám rád především jakoby stabilní prostředí, takže se snažím udržovat klid v našem vztahu.*

**Povíte mi nyní něco o vašem vzdělání?**

*Tak studoval jsem na Vyšší odborný škola zdravotnický – obor zdravotnický záchranář. A předtím jsem studoval na gymnázium. Lákalo mne cokoliv, kde byl jako ehm, pohyb, proto i ta armáda mě celkem jako zlanarila, neumím si představit, že bych byl jako v kanceláři.*

**Zdravotnický záchranář, dobře. Kdy jste se vůbec rozhodl pro tu práci v Armádě?**

*Tak pro práci v armádě jsem se rozhodl, když mi bylo 22 let, víceméně po dokončení studia, bylo to spíše na doporučení mého kamaráda a rodinného příslušníka, který tam již pracoval 10 let.*

**A co vás na tomto typu práce nejvíc baví?**

*Tak ta práce je celkem jakoby různorodá, ehm, vesměs je tam jak praktická, tak papírová část, ale to papírování mi celkem komplikuje život. Nekomplikuje to jen mě, ale*

*i ostatním vojákům. Tím, že jsme neustále zahrnutí papírama a nemůžeme se jakoby dál rozvíjet, přičemž jakoby ta práce jako mediků je celkem dynamická, a jakoby je možnost se posouvat dál v tom oboru. Nicméně v našem oboru se člověk nesmí zastydnout, nesmí si myslet, že všechno zná, vesměs zjednodušení papírů by usnadnilo, ehm, jakoby život nám i ostatním příslušníkům ačr.*

*Ehm, dost z nás je znechucených papíra a byrokracií, která se neustále zvětšuje.*

**V kontextu toho, přemýšlel jste někdy nad změnou?**

*Tak jako uvažoval jsem nad tím několikrát, honilo se mi to hlavou, ale spíš v tom kontextu, jakoby že na tý naší základně kde teď sloužím, se teďkon dějí hodně personální změny, takže doufám, že až se vrátím, tak, ehm, budu pracovně překvapen.*

**A můžete mi prozradit jaké jsou vaše pracovní zkušenosti se zahraničními operacemi?**

*Uuu, tak toto je už má druhá pracovní mise. V tý předchozí misi, to bylo více v tý praktický části mého oboru, ale v současné době je to v poměru 70 ke 30, byrokracie – odbornost, ehm takže zase to papírování. Ehm, upřímně jsem si to představovat trochu jinak. Jakoby podmínky na tý první byly nesrovnatelně horší, ale chodilo se tam jako na kadibutku, bylo to bez sprch, teplý jídlo čtyřikrát denně (pravděpodobně myšleno týdně), ehm v kontextu toho bych řekl, že na tý současný misi je to po stránce zabezpečení vynikající, ale ta práce tady je o to větší opruz, takže věřím, že kdyby ty možnosti nebyly takový, tak už bych se tady asi unudil a mentálně vytuhnul. Ještě bych rád dodal, že ty zkušenosti z tý první mise jsou vlastně k nezaplacení, docela mi jako pomáhají, nejen jako tady, reálně je využívám i v rámci svojí práce v čechách.*

**A můžete mi prosím popsat jaké jsou vaše koníčky, kterým se v běžném životě věnujete?**

*Od 14 let se věnuji bojovému umění Aikido. V rámci Aikido jsem se naučil soustředit na tady a teď. Předvídat reakci dopředu a tomu se i přizpůsobit.*

*Mám rád turistiku a cykloturistiku, kterou provozuji s mou rodinnou. Celkově pohyb mi přináší klid, vyprázdnění hlavy a relax od jiných starostí.*

*Jsem zastánce pohybových aktivit. Pro mne kdy mám hodně sedavé zaměstnání je pohyb důležitý. Jak jsem již řekl je to relax, uvolnění a dělám něco pro sebe do budoucna.*



*Ale samozřejmě je si někdy zalenošit a nedělat nic, jen prostě ležet a nechat věci plynout. Po návratu z mise mne čeká moje zahrada o kterou budu pečovat, vysazovat bylinky apod....*

**Uvědomujete si, zda jsou nějakým způsobem omezené a případně jakým?**

*Tak samozřejmě, že některé koničky jsou zde omezeny, s tím se samozřejmě počítá. Ale to snad dojde každému, kdo se pro tuhle životní zkušenost rozhoduje, když je mu nabídnuta. Nemůžu se zde jakoby realizovat jako na zahradě tak třeba i jako v praktikování ani Aikido. Tak jsem velké kluk, ehm, takže to odložení těch příjemných pocitů nějak unesu.*

*Ehm, zas aa druhou stranu, základna nám otevírá nové možnosti, na kterých, který bychom díky zájmům doma neměli čas nebo by nás ani nenapadly. Ehm, ať už je to kruhový trénink, Tabata, Box a to se nemusím pohybovat jenom v té nabídce bojových sportů, které mne ze zřejmých důvodů lákají nejvíce... V mém okolí se kolegové realizují v posilování a díky tomu dodržují správnou životosprávu. Ehm, kdo chce ten si zde vždy něco najde, jde o to se jen přizpůsobit danému prostředí a když se nepřizpůsobíte, tak vás to prostě semele raz dva.*

**Je ještě nějaká volnočasová aktivita, kterou realizujete tady na základně, ale doma ne, mimo těch které jste mi už v rozhovoru zmínil?**

*Jak jsem řekl již řekl, protože by mě doma ani nenapadlo, protože doma na to není čas kterej, tady tak jakoby nepřírozně vzniká a doma se věnuju těm zájmům na který vlastně ten čas mám, ehm, tady ten čas vlastně plyne úplně jinak. Jsme neustále připravení na cokoliv, co se stane, není zde vůbec žádná pracovní doba jako v tom smyslu, jakou si představujete vy, ehm, proto se zde vlastně musíte přizpůsobit, ehm, najít si zde to co vám vyhovuje alespoň trochu vyhovuje. Ehm, neumím si vůbec představit, že by, jak by se tady vlastně cítil člověk, kterej by se nedokázal.....ehm..... volnočasově přeorientovat? Ono se musíte změnit ve více věcech, třeba co se týká potřeby soukromí, a nebo i třeba když máte nějaký specifický požadavky na stravování jakoby tak prostě musíte přizpůsobit tomu výběru, kterej tu je. Nejspíš nepřizpůsobivý člověk tu může ublížit nejen sobě, ale pak by mohl vzniknout nějaký konflikt.*

**Tak, teď bych se vás chtěla zeptat co si představujete pod pojmem volný čas a co pro vás tenhle pojem vlastně znamená?**

*Můj volný čas? To je to čas který věnuji sám sobě popřípadě doma mý rodinně. Když mám volný čas, tak se prostě a jednoduše odreaguju a proběhne vnitřní duševní hygiena.*

*Samozřejmě prošel jsem si i obdobím kdy jsem neměl vůbec žádnéj volnej čas, byl jsem vlastně neustále v záprahu. Ehm, takže jakoby na základě týhle zkušenosti, ehm, si ho vlastně uvědomuji takhle. Důsledkem toho byl vlastně nerudnej, podrážděnej.....Pocítila to hlavně má rodina, ale pak i moje okolí. Vlastně, bez toho abych vypnul a vlastně zregeneroval, vůbec nemůžu fungovat. Vesměs (směje se) výkonnost jde rapidně dolů včetně mého sociálního chování. No, jsem protivnej i sám sobě.*

**A můžete tedy pro mě shrnout nějak jednoduše co konkrétně očekáváte od vašeho volného času?**

*Tak při volnočasové aktivitě především relaxuju. Ať už tento čas využiju sám pro sebe nebo vlastně na kolo, nebo s přáteli třeba při kolektivním cvičení, je to místo pro relaxuj a duševně si odpočiň.*

*Jednoduše řečeno moje specifický požadavky jsou .....možná jen abych se cítil dobře..... Abych z té náplně neměl špatný pocit.*

**Děkuji. A jak jsou nebo naopak nejsou tyto požadavky na volný čas naplňovány v rámci této mise?**

*Uuuuuuuuuuu.....Z mého pohledu na týhle základně vůbec nic nechybí. Jsem tady fakt jako celkem spoko, ale to asi může být i tou předchozí zkušeností, kdy jsem vlastně tak trošku prožil pekličko. Tady můžete cvičit sám, v kolektivu, to je prostě super. Ehm, Omezení zde samozřejmě jsou, v komunikaci nejen v kolektivu, ale třeba i teď s vámi musíte přemýšlet, ehm, jak věci říct, aby to byla pravda a zároveň bezpečná pravda, abych něco nepropíchnul. Navíc, tady jsou dobré aspoň slušný základy angličtiny, bez toho by se člověk tady vůbec nedokázal hnout, tak jako, to že všechny kolektivní cvičení začínají v nějakéj konkrétní čas, který ne vždy může být pro mě příjemný z důvodu, toho, ehm, jakoby kvůli práci. Neustále vlastně musím bejt na telefonu, takže může se stát, že prostě z tý daný vybraný aktivity musím odejít dřív, ale to zas hrozný není, ne?*

**A kolik je podle vás času na základně?**

*Přiměřeně, ale více by neškodilo.*

**A na základě, čeho jste se rozhodl pro tento názor?**

*Hele, už jakoby několikrát jsem měl navržený program pro trávení volného času, všechno bylo domluvený i s kolegy, ale nebylo možné to jakoby realizovat. V té chvíli si člověk říká: sakra, takový práce mi to dalo zabrat a zbytečně, tak si každéj v tu chvíli musí najít vlastně jinou kompenzaci pro svý uvolnění. Ehm, takže kdyby se tohle, v tomhle,*

*takhle neopakovalo, byl by tu ten volný čas, teda jako ten budget času co mám v těchto aktivitách.....úplně akorát.*

**Takže podle vašeho názoru, jak je naplňován smysl volného času na základně?**

*Naplňován? Trošku jsem nepochopil otázku.*

**Dobře, moje chyba. Moment, takže myslíte si, že to co jedinci od volného času potřebují se jim na základně dostává?**

*Jo tak, ehm, no.... Asi ano? Když to jde, tak ano. Když to nejde, tak ne. Jakože bych to řekl správně. Já mám dojem, že se tu každý o něco snaží, ale že ty podmínky, podmínky tu prostě nejsou a nikdy nebudou ideální, takže jakoby k tomu ideálnímu volnu můžeme tak maximálně směřovat a pokoušet se o něj, ale tak....ehm.....jako mít radost z toho, když se to povede. Jak už jsem říkal, ten odpočinek, ehm, je tu o mnoho lepší než jinde, i ta nabídka aktivit. Ehm, takže odpověď je **Jo**.*

**A vzpomenete si prosím na nějakou konkrétní situaci, kdy byla tahle snaha nějak omezena a můžete mi ji popsat?**

*Ehm, tak samozřejmě že nastala, jsme přece jenom ve válečné zóně. Ehm, jsme neustále v pohotovosti, dělat si naděje že se pokaždé splní naše plány, jsou tak celkem jako nereálné. Samozřejmě .....se, se situací přizpůsobíme. I když občas neradi. Najdu si jinou možnost, jak relaxovat, uvolnit napětí, popřípadě strávit čas s kolegy.*

*Tak, například představte si situaci, kdy máte vlastně stoprocentní výhru v kartách a v tu danou chvíli, kdy vám zavelí, ji vlastně musíte zahodit. Takže z toho je vlastně je člověk jako frustrovaný, takže si to musí nějak nahradit, ehm..... Nejčastější náhradou je komunikace s kolegama, společně si zanádáme a bereme to jako všichni jako odreagování.*

**A jak důležitý je pro vás volný čas?**

*Tak, vlastně od 14 let se věnuji aikidu, samozřejmě, že nějakým způsobem to ovlivnilo celý můj život.*

*V jednání, mým chování..... Člověk, který mě v té době vedl je vlastně teď kon můj největší kamarád a svým způsobem mě i utvářel. Takže, jo, je to hodně důležitý, je to součást mého života. Mě. Ale rozhodně nenadřazuju své koníčky před mojí rodinu, ta je pro mě vždycky na prvním místě a vzdal bych se pro ní **všeho**.*

**A má tedy pobyt na misi podle vašeho osobního názoru nějaký vliv na to jak vnímáte ten význam volného času?**

*Ne nemění, smysl i význam jsou v mých očích pořád stejný. Možná že i díky odloučení, ehm, ještě víc, si uvědomuji tu hodnotu mé rodiny, přátel a života. V některých věcech je život v misi jednodušší než doma. V některých věcech zase složitější, dochází vlastně k takový rovnováze stresu. Potřeba těch volnočasových aktivit a s tím spojené činnosti je také v rovnováze, alespoň pro mě se to všechno tak nějak vzájemně vyrovná.*

*Ehm, tomu ten volný čas pomáhá, tý rovnováze.*

**A prosím, uvědomujete si, zda se Váš postoj k volnému času v průběhu mise nějak vyvíjel jakoby od jejího začátku do teď?**

*Ehm, tak takový pocit nemám. V tom ohledu jsem měl jakoby hranice již nastavené. Přeci jen nejsem zde poprvé a vím co můžu očekávat. Jak se čeho vyvarovat. Od začátku jsem se snažil najít si dost to svý, to co mi přinese to, co od volného času tady vlastně očekávám.*

**A je tedy podle vás možné, že by se to nějakým způsobem mohlo ještě změnit?**

*Tak samozřejmě..... díky tomu, že nabídka aktivit je zde neomezená, nemůžu teď tvrdit, že něco, co mne zaujalo teď, ehm, mě třeba za měsíc nebude vytáčet. Že se mi to tu prostě nezprotiví.*

*Jé, já jsem řekl neomezená, já jsem myslel omezená.*

**A které to třeba jsou?**

*Ehm..... zkusil jsem spoustu volnočasových aktivit, ehm, ale po návratu do ČR se budu rozhodovat ve kterých budu pokračovat dál.... K některým věcem jsem prostě změnil postoj, protože mě vlastně mile překvapily, že nejsou takový, jaký jsem si je vlastně představoval, když jsem se do nich vlastně tak nějak z nouze pustil. Třeba ten box....eeeeeeeeehm..... já jsem k němu měl trochu předsudky, ale nakonec je to celkem zábava.*

**Děkuji, ještě bych se dál chtěla zeptat jestli vnímáte tady na misi nějaký vliv volného času na vaši práci?**

*Samozřejmě! Pokud nebudu mít volný čas pro sebe,ehm....., čas kde si budu vlastně moci utřídit svoje myšlenky vyplavit ze sebe všechn ten stres, tak se to samozřejmě, ehm.....na mě tohle všechno podepíše. Narovinu říkám, to období už tu bylo, když jsem toto zažil, byl jsem nerudnej, podrážděnej a schopnej se rozčílit kvůli*

*každý maličkosti. A to vlastně i když se dala ta situace řešit v normálně v klidu. Obzvláště tady v zahraniční operaci, kde každý má u sebe zbraň s náboji, není nervozita na místě.*

*Ehm, jasně, možná si teď říkáte, že to trochu přeháním, ehm, ale nikomu do hlavy vlastně nevidíte.*

**A vy už jste se setkal nebo jste zažil nějakou podobnou potyčku?**

*No, tak takhle, zbraně se úplně netasily, ale kluci se normálně poprali, nebo vymysleli jinou hloupost.*

*Ale tak to .... na misi se bohužel stalo. Ne tedy, jakoby, na našem úkolovém uskupení, ale stalo.*

*Takže je dobrý, si uvědomit, že něco takového... může se mezi lidma normálně stát.*

**Dobře.**

**A můžete mi ujasnit, jak konkrétně v rámci volného času na základně odpočíváte?**

*Tak našel jsem si tu sportovní aktivitu, posilovnu. Samozřejmě četba, další vzdělávání, a hlavně teda odreagování, trénování angličtiny, anebo trénování v odborných znalostech.*

*Společná setkání nad čajem, vodní dýmkou jsou velmi příjemná, ale já je beru jako takový bonus, protože bych, ehm, to zvládnul i bez nich. Ale mám je rád.*

**Vy už jste se v našem rozhovoru zmínil o stresu. Jak byste hodnotil vliv volného času na ten stres, který tu prožíváte?**

*Ano, volný čas je to uvolnění, které potřebuji. Nestydím se to přiznat, nejen vám, sobě. Ehm, měl by to přiznat asi každý.*

*Pokud není volný čas, dochází k takzvané kumulaci stresu což v podmínkách, kde jsme neustále pod tlakem a jakoby ve stresu, není dobře. Ehm, jak už jsme se bavili. Vlastně časem jde na některých vidět, že se nedokáží, nedokážou jakoby nedokážou, najít ten svůj výpustný ventil, potom vlastně vypadají jak chodící sopka a v zahraniční misi působí spíše trochu jako rušivě. No, když to řeknu taktně.*

**A pozorujete toto i nyní?**

*Bohužel ano, ale věřím, že se to ještě může změnit, ehm, přeci jen ten pobyt tady působí na psychiku každého z nás.*

**Dobře teď z trošku jiného soudku – chtěla bych znát váš názor na to, zda se volný čas proměňuje u lidí, kteří si v rámci mise prošli nějakým traumatem?**

*Ehm.....*

*Ano.....než se lidi vyrovnají se skutečností co se stalo, pffffff.....snaží se svým, jakoby svými koníčky a zájmy vyrovnat s touto traumatickou situací.*

*Ehm, je to často i otázka jaké má voják zázemí a jak je spojen s pozůstalými. Samozřejmě, všichni se ho vyptávají – což je vlastně přirozený, ale co on se potřebuje jak se s nastálou situací vyrovnat .....vlastně on nechce zraňovat sám své okolí. V zahraniční operaci se lidé ehm, pohybují v malém uzavřeném kolektivu ....a i když k sobě nechovají vysloveně, vyslovenou jako náklonnost, přeci jen ty vazby zde vzniknou a..... jakékoliv narušení těchto vazeb způsobuje stres, člověk se tady ptá sám sebe.....co když....by to byl on? Nebo třeba jako jeho dítě... záleží na tom o jakou traumatickou událost jde. Tady toho můžete vidět opravdu hodně. A to negativní zážitky jsou jakoby hrozně rozmanitý. Podle toho jsou taky rozmanitý ty dopady na tu psychiku. Ehm..... já si dovolím tvrdit, že ten volný čas může poskytnout nějaký manipulační prostor pro to jak s těmito pocity pracovat, když už není možné se jich zbavit. Tak je to vlastně čas jak zpracovávat nebo potlačovat.....ehm, jak asi kdo potřebuje. Protože při práci by měla hlava být pokud možno čistá. Aby nedošlo k nějakému..... průseru.*

**Já vám děkuji za vyčerpávající odpověď, a ještě bych se vás chtěla zeptat jak podle vašeho názoru působí volný čas na kolektiv ve kterém se tady pohybujete a pracujete?**

*Ten čas.....nás jakoby stmeluje, pomáhá nám to zvládnout společně stres a jiné překážky.*

**A jak tenhle proces podle vaší zkušenosti vypadá?**

*Tak..... vzájemně se hecujeme.*

*Soutěžíme .....jen zvyšujem motivaci. Upřímně je to trochu testosteronový prostředí, spousta kohoutů na jednom písččku, ale my se fakt jen tak škorpíme, jinak si samozřejmě krejeme záda. Ukazuje se podle mých zkušeností, že v případě konfliktů jsou lidé schopni táhnout za jeden provaz a zároveň se i u toho pobavit.*

*Ikdyž je tady několikrát fakt humor.....černejší jako bota. Společnej čas nám vlastně pomáhá utužovat kolektiv. Případný kolektivní soutěžení .....dochází k vyrovnávání– všichni jsme tu jakoby na stejný čáře.*

### **Na stejný čáře?**

*Ehm, jako, že jsme si tu rovni. Soutěžíme, ale nemyslím si, že je jakoby někdo lepší nebo horší, ehm..... spíš jsme tu takoví bratři v triku. A sem tam i sestry. Stejně jsou tu vztahy vřelejší i chladnější. Ne každéj může, ne každéj se vlastně může zalíbit všem. Vlastně asi nikdo, že jo. Ale že by tu ..... někdo po někom vysloveně šel tvrdě, v tom soutěžení, to ne.*

### **A vzpomenete si jaké volnočasové aktivity se svými českými kolegy?**

*Tak nejčastější je vlastně posezení nad čajem, kávou, vodní dýmkou vlastně v kavárně. Což ve chvíli kdy všichni používáte český jazyk.....je vlastně jednodušší. Důvod je jednoduchý – jedná se o místo kde se komunikuje.....je to taková rodinná atmosféra, člověk se vlastně tolik ani nehlídá a v některých případech je i český humor..... je nepřeložitelný do jiného jazyka.....občas bych se i bál, abych nebyl osočenej z něčeho nepatřičného..... kdybych se to snad snažil překládat, abych ho vyprávěl někomu v cizím jazyce.*

**No tomu rozumím. A jsou tedy i některé aktivity, které nějakým způsobem spojují světy jednotlivých armád tady na základně?**

*Tak..... Ehm..... vlastně jsou.....Vzájemné soupeření, špičkování a vtípkování jsou takovou běžnou součástí vzájemného měření i mezi klukama ze zahraničí. Vlastně když dojde k promísení družstev, tak různé zkušenosti a znalosti jsou v této skupině předávány..... takže nás to celkem i sblízuje. Navíc boří se i jazyková bariéra a lidé jsou schopni vlastně se dorozumět všelijak. Rukama, nohama. Sranda, když se sejdou dva cizinci, kteří mají angličtinu jak se říká na čtyřku a pak se snaží probírat závažná témata. Ale toto zase pomáhá v případě nastání ehm.....konfliktu, vzájemný spoleh a respekt je u někoho, koho znáte tak nějak příjemnější..... Než když jde o pracovníka bezejména. Nevšiml jsem si tady žádný aktivity, kterou by jako dělala typicky jedna národnost. Spíš se tak .....ehm..... Vzájemně obohacujeme?*

### **Takže jaký je váš názor na vliv na život na základně.**

*Tak, je to vlastně přínos pro všechny. Boří bariéry, jak jazykové, tak společenské. Základny jsou mnohonárodnostní vzájemná kooperace je vlastně nutností. Vzájemný respekt a jistá důvěra je na místě. Můj názor je na to hodně pozitivní, ty aktivity jsou zapotřebí. Jen nesmí být, jak bych to řekl, vynucený. Ale na bázi dobrovolnosti. Jinak ztrácí svůj účel. To už je.... To už jsme tu taky párkrát viděli.*

### **A jak by to tedy podle vašeho názoru mělo ideálně probíhat?**

*No.....na základně by měla fungovat , tak nějaká..... jakoby kooperace. Ty lidé by se měli chtít sami zúčastnit. Nejlíp něco vymyslet a společně zrealizovat. To pak musí být ten dopad přece jednoznačně pozitivní.*

**A vy osobně preferujete volnočasové aktivity individuální, anebo ty skupinové?**

*Tak. Na to nemůžu odpovědět. Jednou tak, podruhé zase jinak. Zapotřebí jsou obojí. Na tohle fakt nelze jednoznačně odpovědět. Jsou situace, kdy člověk potřebuje vyvinout aktivitu sám, ale u mě třeba jde o zvedání želez. Zase v jiných situacích člověk ocení společnou aktivitu, třeba hraní monopoly. Kdy dojde k všeobecné diskuzi a kolegové se odvedou diskuzí jinam.*

**Jakou máte konkrétně vy, nejoblíbenější volnočasovou aktivitu tady na misi?**

*Tak zde jsem si našel překvapivě ten Box, na jednu stranu člověk mlátí do pytle je sám se svými myšlenkami, ehm.....kdy si vše utříbí a na druhou stranu je tam zase kolektiv lidí se kterými můžu prohodit několik slov, zavtipkovat .....ehm odvedou myšlenky jinam.*

**Je nějaká aktivita, kterou si ve svých představách plánujete zrealizovat jako první po návratu domů?**

*Fuuuuu, to jste mě zaskočila.*

*No tak nad tím jsem ještě nepřemýšlel. Je to plánování moc dopředu. Ale to vlastně dělat nechci. Protože jsem se tu jakoby naučil, že jsem pak zklamanej, když si něco naplánuju a ono to nevyjde no.*

**To samozřejmě musím respektovat a i ráda. Je ještě něco na co jsem se nezeptala a chtěl byste to dodat nebo nějak rozšířit některou Vaši předchozí odpověď?**

*Tak v rámci volnočasových aktivit mě už nic nepadá, tak snad jsme probrali všechno. Shrnu-li tyto aktivity jenž je možné dělat na základně: posilovna, kolektivní cvičení což vlastně obsahuje tabata, spinning, cross fit, ABS, Box, BJJ, sledování filmů v češtině i v angličtině, vědomostní soutěže, venkovní cvičení – hřiště s umělou trávou, kavárny s vodní dýmkou, náboženství, což je jakoby kostel, mešita, herní večery, poker, monopoly, karty.....tak snad jsem na nic nezapomněl. Škála je opravdu veliká a záleží vždy jen na jedinci zda-li je ochoten se smířit se stavem zde a přijmout to a přizpůsobit se. Ten volnej čas je dar a je na každém jak s ním naloží.*

**Dobře já vám moc děkuji za odpověď i s váš čas.**

*Já vám taky děkuji. Naschle*

**Na shledanou**



Příloha 6

**Dobrý den.**

*Dobrý.*

**Jmenuji se Tereza Perná a v současnosti se věnuji studiu Pedagogiky volného času-vychovatelství na Teologické fakultě. V souvislosti s tím se věnuji výzkumu volného času na základnách z pohledu významu pro příslušníky Armády ČR. Ráda bych tedy zjistila Vaše názory, zprostředkovaně poznala Vaše zážitky a zpracovala jejich obsah a následně použila pro studijní účely a účely výzkumu do mé diplomové práce. Prosím tedy o souhlas s jejich použitím a pokud možno rozsáhlé odpovědi na mé dotazy.**

**Udělujete informovaný souhlas s anonymním zpracováním poskytnutých informací a nahráváním našeho rozhovoru?**

*ANO*

**Jaká je vaše přezdívka:** *Gamora*

**Kolik je vám let?:** *41*

**Můžete mi říci něco o svém životě?**

*No, tak jsem rozvedená, nyní mám teda přítele, náš vztah je asi rok a půl, já to ani tak nějak nepočítám. Přítel je rozvedený, má dvě děti. Už je rozvedenej již delší dobu. A já taky jsem rozvedená déle.*

**Děkuji. Můžete mi říci, jaké je vaše vzdělání?**

*Mám vystudovanou vysokou školu, ehm, na univerzitě obrany v Brně.*

**A vzpomenete si v jaké části svého života jste si řekla to – budu voják?**

*To to už jsem chtěla tak nějak v dětství být vojákem. Po ukončení střední školy, když jsem byla na gymnáziu, jsem vstoupila do armády a jako studentka Vojenské akademie. Když jsem studium ukončila, tak nastoupila k útvaru. Sloužím už teda vlastně 23 let a občas už se cítím dost vyhořelá, tak trochu uvažuju o odchodu do civilu, ale mám úvazek do roku Tak do tohoto roku chci ještě v tý armádě být. Nevím, jestli mi armáda může ještě něco nabídnout, tak jsem na rozpacích, protože vlastně nic jiného umím a nic jinýho neznám. Ale pochybuji, že se tady něco změní. Jako v tom smyslu, že bych si řekla, že v armádě jako nadále setrvám.*

**Páni, děkuji za upřímnou odpověď. A v tom kontextu mne tedy napadá, voják správně? Neměla bych říkat třeba vojačka?**

*Upřímně tohle já vůbec neřeším. Připadá mi to, že se to řeší spíš v posledních letech, že je to taková doba, ta genderová vyrovnanost. Podle mého názoru je to absolutně jedno.*

**Děkuji za ujasnění a teď bych se chtěla zeptat, jaké jsou vaše zkušenosti se zahraničními operacemi?**

*No tak zahraniční operaci jsem předtím nikdy neměla, jsem tu poprvé, absolvovala jsem jako několik zahraničních cvičení, ale to se jako nedá s misí jako takovou srovnávat. Jsou kratší a mají jiný ráz, a logicky, jsou to cvičení. Tak zkušenosti z nich považuji za cenné.*

**Mohla byste mi chvíli vyprávět o svých zájmech?**

*No tak se to teď jako ustálilo na četbě, mám radši knížky jako tištěný. Jinak voní a čtečka není jako tak osobní. Také občas vyrážím na krátký výlety na kole ale maximálně na jeden den, jde spíš o Relax než o nějaký.... sportovní výkony. Ráda taky chodím do lesa, například sbírat houby nebo lesní plody, vyhovuje se mi procházet a jen vnímat tu přírodu, to jak les voní a jaký je v něm klid. Vzhledem k tomu, že bydlím v rodinném domku, moje ostatní koníčky jsou hlavně spojený s ním – práce na zahradě, výroba drobného nábytku a jistý určitý úpravy domu. Sama jsem postavila plot, natřela fasádu i jiné věci jako na domě si dělám sama. U fyzické práce si dost odpočinu od práce v armádě.*

**A mohla byste mi popsat jakým způsobem jsou omezené tyto koníčky v rámci základny?**

*No tady na základně vlastně se mohu teď kon věnovat v podstatě jenom tý četbě knih. Čtu si většinou o víkendu před spaním. Četba knih jednoznačně je ta moje nejoblíbenější činnost ve volném čase. Odpočinu si od práce, rozšiřuji si obzory, a vlastně si i oživuji angličtinu, protože čtu především anglickou literaturu. Takže i slovní zásobu.*

**A nahradila jste nějakým způsobem ty hobby, kterým se tedy na základně nemůžete věnovat?**

*No tak tady vlastně na základně trávím 90 % dne v kanceláři, takže moc volného času tady nemám. Kromě četby chodím občas cvičit do posilovny. Ale to je tak dvakrát týdně max. Mimo misi mám pohyb doma v zahradě, posilovnu nemám a v blízkém okolí bydliště taky není, a i mi přijde, že bych ani na cvičení neměla čas. Doma by mi to přišlo takový bezduchý, ve srovnáním, co mi nabízí možnost práce třeba právě na tá zahradě. Já za sebou ráda vidím nějaký výsledek. Mám ráda, když mohu vytvářet a něco co se mi líbí. Práce v posilovně tedy je spíš taková náhrada. Když nemůžu zvolit něco kreativnějšího, nebudu přeci běhat jako křeček v kolečku.*

**Dobře, děkuju. A mohla byste se teď, prosím, zamyslet nad tím, co pro Vás vůbec všeobecně znamená pojem volný čas?**

*Hmm, tak... Volnej čas je pro mě to, že si jako mohu rozhodnout, co budu dělat. Ehm, mimo misi to pro mne je každý den po pracovní době a víkend nebo případně i dovolená. Ehm, protože o svém čase si rozhoduji sama, nikdo na mě není navázán. Volnej čas potřebuju k regeneraci a odpočinku. A volnej čas je pro mě důležitěj.*

**A co všechno vám volný čas přináší do života?**

*No, tak očekávám, že si hlavně odpočinu od svý práce v armádě. A bez něj si vlastně neumím představit život, nevím, zda by bez něj měl život smysl.*

**A je něco, co vám na volném čase na základně chybí v rámci těchle vašich požadavků na volný čas?**

*No... tak hlavně ta volnost. Základna je vlastně uzavřená, a i když je tady trochu, pár možností, jak ten volnej čas trávit, jako je třeba ta posilovna, hudební a filmová produkce, tak to přece jen nenahradí volnost pohybu, co mám doma, hlavně na tý zahradě. V těchto podmínkách však mnoho možností jako na zlepšení není. Já si uvědomuju, že ty omezení jsou jako logický. Základna nabízí možnosti trávení volnýho času v tý maximální míře vzhledem k místním podmínkám, alespoň teda z mýho pohledu. Já nevím, co bych tu jako mohla dělat, aby mě to bavilo, zatím to tu není a zároveň aby to bylo jako realizovatelný. S ohledem na možnosti, co tu mám.*

**A kolik vy toho volného času na základně vlastně subjektivně máte?**

*No.....*

*Tak akorát na to, abych si odpočinula a zároveň měla pocit, že to rychleji utíká. V neděli je ho víc, volnější jsou i ty večery. Každý člověk potřebuje volný čas. Z mého pohledu ale není zdravý, zejména na misi, mít ho ale přeřel.*

*Myslím, že na misi je dobré, mít člověka, který je schopen pro kolektiv, ehm část jejich volného času organizovat u nás asi nejlépe kaplan, nebo psycholog.*

**A mohla byste mi rozvést proč nebo podle čeho jste se rozhodla pro hodnocení tak akorát?**

*No, tak tady jako pracuju víc než mimo misi. Když mám čas vyplněný prací, tak den uteče rychleji. Vlastně si to uvědomuju každý den, když jdu spát. Ráno vstanete z postele, den zrychleně utíká a najednou už zase stojím nad tou postelí. My tu teď spolu mluvíme a už jsem skoro v polovině cesty a zároveň mám pocit, že jsem se nestihla ještě ani rozkoukat. Ehm, teda jako mimo práci, protože tu bych řekla, že už máme dobře zajetou.*

*Je to taky to na co se tady jako soustředím primárně. Takže není ani prostor si to všechno nějak připouštět.*

**Můžete mi tedy popsat svůj názor na to, zda je smysl volného času ve vašich očích tady na základně naplňován?**

*No, tak z mého pohledu je smysl volného času na základně tak akorát takový, aby se lidi neutavili (řečeno zlehčeně), aby byli schopní jako pracovat. Nějak jsem nad tím ale nepřemejšlela (kývá hlavou) ... ale asi jako.... čas k odpočinku, nabrání sil pro další práci.*

**Hmmm a můžete mi přiblížit, zda jste se setkala se situací, kterou jste vnímala jako vysloveně volný čas omezující, tedy samozřejmě tady v rámci mise?**

*Ehm..... Ne .....Neřekla bych, že nějaká situace mě tady vyloženě omezuje.....nebo.....Nesetkala jsem se s ničím takovým.*

**Dobře. A co tedy znamená volný čas pro váš život jako celkově?**

*No, jak už jsem říkala, tak volnej čas je pro můj život velice důležitý. A pokud bych ho asi dlouhodobě nemohla jako provádět ty svoje koníčky, tak by to určitě mělo dopad na moje duševní zdraví.*

**A změnilo se toto nějak se zkušenostmi ze základny?**

*Tak na základně samozřejmě nemám tolik volného času, jako doma. I možnosti jeho trávení jsou vzhledem k těm mým koníčkům a pobytu zde značně omezené.*

**A můžete mi ujasnit jaký je v tom podle vás rozdíl?**

*Tak volnej čas je pro mě důležitější doma. Tady jde stranou. Ehm... tady mi vlastně... nebo volný čas mi přináší uspokojení například z něčeho, co jsem vyrobila, opravila, nebo nově vybudovala– a tento pocit vlastně tady na základně nemám.*

**A myslíte si, že je to pro Vás nějakým způsobem jako přínosné?**

*No předpokládám tedy, že doma si toho svého rytí v hlině budu vážit opět o trochu více. Ehm, I když si teda myslím, že si i běžně uvědomuji co pro mne volný čas znamená a jaký má přínosy pro můj život. Jinak se asi nic nezmění.*

**Ano. A zavnímala jste v rámci pobytu na základně nějaký vývoj ve vnímání volného času jakoby od začátku mise až doposud?**

*Ne.....Volný čas zde vnímám stále stejně. Bez přidání hodnoty.*

**Bez přidané hodnoty? Nemohla byste mi to prosím nějak víc rozvést?**

*Tak, (povzdech)*

*Nechci od volného času na zahraniční operaci něco víc, než jen odpočinek.*

*Jsem tu kvůli pracovním záležitostem, zkušenostem, a ne kvůli tomu, abych se nějak rozvíjela ve volném čase. Proto by jistě byla vhodnější dovolená, než mise. (protáčí oči)*

**To bezesporu. A máte pocit, že by se u Vás v rámci mise mohl tenhle postoj k volnému času na základně anebo jeho náplni ještě vyvinout nebo změnit?**

*No, tak v tohle směru změnu neočekávám. (řeceno s despektem? Pozvdechem?)*

**Všimla jste si v rámci zkušeností na zahraniční operaci, že by volný čas nějakým způsobem ovlivňoval nejen vaši práci, ale i práci vašich kolegů, kterou zde vykonáváte?**

*Hm...*

*Tak všeobecně. Pokud nejsem odpočinitá –ehm, třeba jako vlivem nedostatku volného času, jsem méně soustředěná. A to pro práci nemůže být nikdy dobrý a už vůbec ne na misi. U kolegů nevím, nepozoruji to a nenapadlo se mne na to jako ptát.*

**Pokud tedy v rámci volného času na základně především odpočíváte, jestli tomu správně rozumím, můžete mi popsat při čem si odpočínáte nejlépe?**

*No, když netrávím čas v kanceláři tak většinou čtu, nebo koukám na nějaký film. Ehm, To čtení je pro mě na prvním místě. Je to i takový únik do jiný reality, rozhodně intenzivnější než film. Ale někdy jsem na to čtení už dost unavená, tak ten film radši upřednostním.*

**Působí podle Vašeho názoru ten volný čas nějakým způsobem na stres a každodenní těžkosti, se kterými se na misi potýkáte?**

*No, tak jak už jsem říkala...tak nedostatek volného času určitě způsobuje u mě a myslím si, že i u těch kolegů tu nesoustředěnost a určitou roztěkanost v práci a také podrážděnost při řešení problémů.*

**Dobře a zeptala bych se teda v návaznosti na to jestli jste se vy osobně setkala s nějakým konfliktem mezi vojáky u kterého předpokládáte, že tím mohl být způsoben?**

*No tak jako samozřejmě se tu některý konflikty udály.... Ale nedovolím si předpokládat, že by to mohlo bejt způsobený tou podrážděností. Jako všichni si tady asi*

*uvědomujeme, že jakmile je nějaká spánková deprivace tak ... sme samozřejmě protivnější, ale... ne... neřekla bych, že by na to někdo nebral ohled.*

**Takže jestli tomu správně rozumím, ehm, tvrdíte, že podle vás to je způsobené spíše nedostatkem spánku, než odpočinku ve volném čase jako takovém?**

*No, tak to si jako myslím, že tyhle věci spolu dost souvisí, tady vlastně nikdy nevíte, kdy budete okradeni buď o volnej čas, anebo o spánek kvůli tomu, že se stane nějaká událost... (kroutí se, otázka je jí pravděpodobně nepříjemná)*

**Dobře, mně to takhle stačí. A děkuji. A máte pocit, že by se volný čas mohl nějak proměňovat u lidí, kteří si v rámci zahraniční mise prošli traumatickou událostí?**

*No, tak jako, zkušenost s traumatickou událostí mám. Taky. Ale, ehm, naštěstí pouze ze svého okolí. Ehm, lidé, kteří si prošli traumatickou událostí, většinou tráví právě ten volný čas hlavně s rodinou.*

*Vím ale i o případech, kterejch není málo, kdy moji kolegové úplně odstříhli všechno, co měli rádi, včetně tý svojí rodiny. Ehm, takže .....ano, protože lidi se pak nechovají logicky, dělají co musejí. Takže se volný čas asi bude proměňovat, ale jak, to se mě neptejte. To je něco, co neumím a ani nechci představovat.*

**Děkuji. Ted' trochu z jiného soudku. Máte pocit, že volný čas ovlivňuje soužití vašich kolegů na základně?**

*Ne.....Nemám tento pocit.*

**A máte zkušenost s nějakou aktivitou, která je určená jen pro užší okruh vašich kolegů?**

*No, tak společně s kolegy občas zhlédneme nějaký film, ale do jiných aktivit se nezapojuji.*

**Já bych se vás nerada nějak dotkla, ale nedá mi to se nezeptat. myslíte si, že toto nějak ovlivňuje to, že jste žena v pracovním prostředí, kde dominují muži?**

*Ne, to si nemyslím. (zlehčeně) Nějak nevnímám, že by moje pozice byla znevýhodněná nebo naopak zvýhodněná, protože jsem žena.*

**Děkuji, a ještě bych se tedy chtěla zptat kdo toto společné trávení volného času organizuje?**

*No tak zejména velitel, jindy jde o domluvu mezi náma.*

**A mají tyto aktivity podle vašeho názoru nějaký dopad na soužití a život na základně?**

*Ne. (rázně) Nijak nás to nesbližuje. Ehm, jednou týdně jsou tyto produkce řízené v rámci kontingentu, a jindy se jen tak domluvíme s kolegy z pracovní skupiny. Ale podle mého názoru to nemá ani ten účel. Jde spíš o vyplnění toho času.*

**A spojuje volný čas dle Vašeho názoru a zkušeností nějakým způsobem soužití světa příslušníků AČR a příslušníků okolních armád?**

*Ehm, Podle mě taky ne. Jako je samozřejmě možnost se skamarádit s někým v posilovně, nebo při té hudební produkci. Ale asi to záleží na povaze každého jedince, a volný čas s tímto nemá podle mě co do činění. No.....To lze i například při odběru stravy. Možnost trávení volného času na základně jako je posilovna, komunitní centrum a jiné věci, jsou samozřejmě pro život na základně důležité. Nikoliv však co se týká soužití jednotlivých národů nebo i kolegů. S klidem si každý může dělat co chce.*

**A vy sama máte zkušenost s nějakou činností v komunitním centru?**

*Já ne, ale pokud vím, tak kolega ve spolupráci s místními založil kompost (směje se) a místní mu celkem ochotně sháněli žížaly (směje se hodně) Takže když někdo chce, je asi ta možnost, ale podle mého to s sebou nese i nějaká rizika, tak trochu takový to – kdo nic nedělá, nic nezkazí, je to moje bezpečná osobní zóna.*

**Je ve Vašich očích lepší trávení volného času ve formě individuální, anebo upřednostňujete volnočasové aktivity skupinové?**

*No, já osobně si volný čas ráda trávím individuálně, ráda si zalezu s tou knížkou a počtu si. Stejně jako když jsem doma.*

*A ani u ostatních jsem nepozorovala ve svém okolí nějakou masivnější skupinovou aktivitu. Kolegové chodí například cvičit do posilovny, ale maximálně ve dvojicích. Skupinová aktivita má omezující faktory v povinnostech každého jedince, je tedy obtížnější sladit ten čas, délku i četnost případné skupinové aktivity, takže asi i kdyby někdo chtěl, měl by to opravdu těžký.*

**Ještě se zeptám, zda Vás v průběhu mise zaujala nějaká aktivita u místních či příslušníků okolních armád?**

*No tak zaujala mě například ..... Přemýšlí.... oslava svátku u Australanů. Pořádali oslavu částečně i pro ostatní národy a bylo to velmi milé. Lidé se bavili, bylo to zajímavé, ale znovu bych to asi vidět nepotřebovala.*

**Je nějaká aktivita, kterou si ve svých představách plánujete zrealizovat jako první po návratu?**

*No, tak hlavně ta práce na zahradě. Těším se až si budu moct tu zahradu zase trochu zvelebit nějak. Něco si tam udělat podle představ. Taky mi chybí ten les, už se těším až se projdu po tom lese, nasbírám si nějaký borůvky a udělám si borůvkovej koláč.*

**A je ještě něco na co jsem se nezeptala a vy byste to chtěla k těmto tématům dodat anebo jste si třeba vzpomněla na něco co byste chtěla nějak doplnit k Vaším předchozím odpovědím?**

*No, ještě mě napadlo, že když mám třeba jen menší časový úsek volna, tak docela často nakupuju. zejména na eshopech, ono to tu taky jinak nejde, máme tu pouze trh a není možné tam jít nakupovat jako u nás, vlastně pokud chcete nějaké místní produkty, je nutné nejprve oslovit kontraktátora, který komunikuje s místními a tuto směnu zboží za dolary vám domluví. Jako proto je teda pro mne lehčí objednávat přes eshopy a rovnou to nechat posílat domů. Třeba to, co budu potřebovat na výstavbu skalky, kterou plánuju. A myslím si, že nakupováním přes internet tu čas zabíjí i dost mých kolegů.*

**Já se ještě se zeptám, zda proběhlo vše v pořádku a nechcete se zeptat něco vy?**

*Ehm, já si myslím, že všechno v pořádku, jenom vlastně, máme tady časový posun skoro čtyři hodiny, tak už se těším docela do postele, přece jenom je už tady skoro jedenáct hodin večer, tak se těším až nebudu mít tu spánkovou deprivaci.*

**Děkuji za odpovědi, a především za ten váš čas, doufám, že se hezky vyspíte a na shledanou.**

*Taky děkuji, na shledanou.*



## Abstrakt

Diplomová práce s názvem Význam volného času pro příslušníka AČR na základně HKIA v Kábulu je zaměřena na specifika volného času v rámci 20. úkolového uskupení zahraniční operace Resolute Support z pohledu vojáka AČR a jeho subjektivní sedimentovanou zkušenost s volným časem v rámci výkonu této operace. Cílem diplomové práce je hlubší porozumění významu volného času a jeho působení v rámci základny, funkcím, proměnám a vývoji pod tíhou výrazných omezení a nově nabytých intenzivních zkušeností. V přehledové části se věnuje volnému času, popisuje prostředí a specifika obtíží se kterými je nutné se v průběhu mise vyrovnávat. Dále věnuje pozornost oblasti adaptace v návaznosti na fáze zahraniční operace a v závěru předkládá historické souvislosti a základní informace o misi Resolute Support, které jsou významné pro komplexní pochopení pozice příslušníka AČR na této zahraniční operaci. Výzkumná část analyzuje kvalitativním způsobem polostrukturované hloubkové rozhovory, které byly zvoleny jako nejvhodnější metoda vzhledem k cílům výzkumu, bezpečnostním i místním omezením. Výsledky výzkumu byly shrnuty do sedmi hlavních oblastí. Základní oblast se týká subjektivního významu volného času na základně a jeho vývoji i proměnám pod vlivem traumatických událostí. Zároveň uceluje specifika a omezení ve volném čase. Dále popisuje funkce, které volný čas na základně naplňuje a uceluje obraz vztahů volného času a stresu i každodenních drobných těžkostí, ale také líčí působení volného času na práci a celkový život na základně včetně vztahů.

## Abstrakt v angličtině

Title of the thesis is „Meaning of the free time for Czech Republic soldiers deployed at HKIA base“. It is focused on free time specifics of the soldiers who are member of 20th Czech Task Force, especially from soldier point of view and directly his experience with spending free time during this mission at this base.

The aim of the thesis is to deeply understand the meaning of free time in this specific situation, at this base, in this time.

The thesis is divided into two parts. The first, theoretical, part describes the free time, specifics and obstacles of the base environment. Secondly this part describes psychological phases during the mission and its impact on the soldiers themselves. Finally it describes history of the Resolute Support Mission from the military point of view.

The second, research, part analysis half-structured interviews by using qualitative method. This method has been chosen as the best way in accordance with aim of this thesis and security measures in place.

The conclusion of the research has been splitted into several domains. The basic domain concerns soldier's subjective meaning of the free time which can be affected by traumatic experience. Other domains describe restrictions of the free time, its functions, connection between free time and stress or impact of free time on duty, relationships or lifetime at the base.