

Univerzita Palackého v Olomouci

Filozofická fakulta

Katedra psychologie

**Posttraumatický rozvoj u českých vojáků po absolvování zahraniční mise**

**Posttraumatic growth in czech soldiers after completing foreign mission**



**Bakalářská diplomová práce**

Autor: Adéla Bencová

Vedoucí práce: Mgr. Martin Kupka, Ph.D.

Olomouc

2018

*„Člověk může těžit ze své špatné zkušenosti a stát se tak silnějším a odolnějším vůči další nepřízni.“*

Irvin D. Yalom

*„Na rozvrácených místech se stáváme silnějšími“*

E. Hemingway

### **Prohlášení**

Místopřísežně prohlašuji, že jsem bakalářskou diplomovou prací na téma „Posttraumatický rozvoj u českých vojáků po absolvování zahraniční mise“ vypracovala samostatně pod odborným dohledem vedoucího diplomové práce a uvedla jsem všechny použité podklady a literaturu.

V..... dne.....

Podpis .....

### **Poděkování**

Chtěla bych poděkovat vedoucímu mé práce panu Mgr. Martinu Kupkovi, Ph.D. za vstřícný a trpělivý přístup a odborné vedení celé práce. Dále bych chtěla poděkovat panu Ing. Ladislavu Sornasovi a celému Sdružení válečných veteránů za ochotu při hledání respondentů. Také děkuji všem zúčastněným respondentům, bez kterých by tato práce nemohla nikdy vzniknout. V neposlední řadě děkuji zejména své rodině a přátelům, kteří při mně stáli a podporovali mě.

## OBSAH

Úvod.....	7
TEORETICKÁ ČÁST .....	8
1. Armáda České republiky .....	9
1.1. Zahraníční mise AČR .....	9
1.2. Aktuální mise.....	11
1.3. Zařazení vojáka do zahraniční mise .....	12
1.3.1. Žádost o zařazení do zahraniční mise .....	12
1.3.2. Před odjezdem do mise .....	12
1.3.3. Průběh mise .....	13
1.3.4. Návrat z mise.....	14
2. Posttraumatický rozvoj.....	15
2.1. Historie posttraumatického rozvoje.....	17
2.2. Pojmosloví.....	19
2.2.1. Rozdíly v chápání pojmů .....	20
2.3. Trauma.....	20
2.3.1. Reakce na trauma .....	22
2.4. Modely pozitivní změny.....	23
2.4.1. Model Tedeschiho a Calhouna.....	23
2.4.2. Model Janoff – Bulmanové.....	24
2.4.3. Dvousložkový model Maerckera a Zöllnerové .....	24
2.4.4. Hobfollův model .....	24
2.4.5. Model Josepha a Linleye.....	25
2.5. Faktory ovlivňující posttraumatický rozvoj .....	25
2.6. Kognitivní zpracování události.....	29
3. Diagnostika posttraumatického rozvoje .....	30
3.1. Metodologické problémy.....	30
3.2. Kvantitativní přístup.....	31
3.3. Kvalitativní přístup .....	32
4. Výzkumy posttraumatického rozvoje .....	32
4.1. Izraelští váleční zajatci v Jomkipurské válce 1973 .....	33
4.2. Válka v Perském zálivu v letech 1990 – 1991 .....	35

4.3. Posttraumatický rozvoj u českých vojáků po návratu ze zahraniční mise .....	36
EMPIRICKÁ ČÁST .....	39
5. Výzkumný problém a cíle práce .....	40
5.1. Výzkumné otázky .....	41
6. Metodologický rámec výzkumu .....	42
6.1. Zvolený typ výzkumu .....	42
6.2. Metody získávání dat .....	42
6.2.1. Interview .....	43
6.2.2. Dotazník posttraumatického rozvoje .....	44
6.3. Metody zpracování a analýzy dat .....	46
7. Zkoumaný soubor .....	47
7.1. Výběr výzkumného vzorku .....	47
8. Etické aspekty výzkumného projektu .....	50
9. Výsledky .....	51
9.1. Interview .....	51
9.2. Dotazník posttraumatického rozvoje .....	73
10. Interpretace výsledků .....	76
11. Diskuze .....	83
12. Závěry .....	90
Souhrn .....	91
Seznam použité literatury .....	94
Seznam příloh .....	98

## Úvod

Téma posttraumatického rozvoje je pro mě osobně novým, zajímavým tématem. To že negativní událost v životě člověka může způsobit mnoho problémů, starostí a trápení víme již dlouhou dobu. Posttraumatický rozvoj se na negativní události kouká z jiného úhlu pohledu, a tedy hledá to pozitivní, co mohlo zažité trápení přinést. Lhali bychom sami sobě, kdybychom tvrdili, že se toto téma objevilo až v moderní společnosti. Od nepaměti se traduje mnoho citátů a rčení, které se snaží poukázat na to, že všechno zlé, je pro něco dobré. Každé trauma je jedinečné a je tak i vnímáno. Z vyprávění mých příbuzných vojáků vím, že i voják je pouze člověk a na zahraničních misích zažívá značný stres, nečekané těžké události či traumata v různé podobě. I přes to, že je skupina vojáků značně uzavřenou skupinou, rozhodla jsem se toto téma zmapovat právě u ní. Motivací k výběru této skupiny byl můj dlouhodobý zájem o armádu a mise s ní spojené. Sama jsem přemýšlela o kariéře vojáka z povolání, a proto je mi toto téma velice blízké. Hlavním cílem celé práce je zmapovat to, zda se u vojáků, kteří zažili zahraniční misi, dostavil posttraumatický rozvoj, popřípadě v jaké oblasti. Dle amerických autorů Tedeschiho a Calhouna (1996) jsem si stanovila pět možných oblastí, ve kterých se změna mohla projevit. Nutno podotknout, že stejné téma bylo zpracované pouze autory Marešem, J., Krutišem, J. a Ježkem, S. v roce 2011 a to kvantitativním způsobem. I z tohoto důvodu jsem se rozhodla práci zpracovat kvalitativním způsobem. Uvidíme tedy jednotlivé příběhy deseti vojáků s výsledky, zda se posttraumatický rozvoj dostavil či nikoliv. Zároveň se pokusím výsledky všech respondentů porovnat navzájem a najít podobnosti napříč případy. Objasním použité metody a zodpovím výzkumné otázky.

## **TEORETICKÁ ČÁST**



# 1. Armáda České republiky

O bezpečnost českého státu se stará Armáda České republiky (AČR). Snaží se vytvořit a udržet takové vnitřní a vnější bezpečnostní podmínky, které umožní efektivní a bezproblémový rozvoj státu (Ministerstvo obrany ČR, 1995). Ozbrojené síly musí být schopny čelit a zabránit vnějšimu napadení země jakkoliv silným protivníkem. Členové AČR mohou být nasazeni i při likvidaci následků živelních katastrof či záchranných a humanitárních akcích (Ministerstvo obrany ČR, 2011).

Bezpečnostní politika vyplývá z Charty Organizace spojených národů (OSN) a mezinárodních smluv (Ministerstvo obrany ČR, 1995). Všestranná obrana území ČR je možná pouze v rámci vzájemné pomoci v systému kolektivní obrany NATO (Ministerstvo obrany ČR, 2011). AČR vstoupila do Severoatlantické aliance (North Atlantic Treaty Organization, NATO) roku 1999 (Ministerstvo zahraničních věcí České republiky, nedat.). Tímto vstupem převzala Česká republika nejen výhody spojené se členstvím, ale i mnohé povinnosti. Jednou z nich je spolupůsobení příslušníků AČR v zahraničních misích právě pod vlajkou NATO (Majer, 2003). Pro zajištění bezpečnosti a podpory státu je důležité členství v Evropské unii (Ministerstvo obrany ČR, 2011).

Ústředním orgánem státní správy je Ministerstvo obrany (MO), dříve Federální ministerstvo obrany. Tento orgán byl zřízen zákonem České národní rady číslo 548/1992 Sb. Jeho úkolem je zajištění obrany České republiky, civilní ochrana a řízení AČR. Součástí Ministerstva obrany je Generální štáb Armády České republiky, dříve známý pod názvem Generální štáb Československé armády. Jeho náplní je velení AČR (Ministerstvo obrany ČR, 1995).

## 1.1. Zahraniční mise AČR

Jednotky AČR působí na několika místech po celém světě. Vojáci velice dobře reprezentují armádu i celou naši zemi. (Majer, 2003). ČR se vždy aktivně zapojovala do systému mezinárodní bezpečnosti a to tím, že nasazovala a stále nasazuje vojáky do zahraničních misí (Ministerstvo obrany ČR, 2011). O tom, zda se AČR bude účastnit zahraničních misí, rozhoduje Vláda České republiky (Stehlík, 2017).

Vojáci mohou absolvovat zahraniční mise z různých důvodů a za určitým cílem. Můžou to být operace k řešení krizových situací, k prosazení, nastolení či udržení míru, ale také

operace zajišťující evakuaci civilních osob, odstraňování následků katastrof či pátrací akce (Ministerstvo obrany ČR, 2011).

Čeští vojáci, kteří jsou nasazeni v zahraničních misích, si musí zvykat nejen na zcela nové prostředí a jiné klimatické podmínky, ale i na jinou kulturu a zvyky a naučit se je respektovat, minimálně po dobu své přítomnosti v dané zemi. Tento fakt může působit řadu problémů.

Nová etapa účasti českých vojáků na zahraničních misích začala dne 23. září 1990, kdy tehdy ještě Federální shromáždění Parlamentu České a Slovenské federativní republiky souhlasilo s vysláním československé protichemické jednotky do Perského zálivu, kam vtrhla irácká vojska (Ministerstvo obrany, 27. února 2017).

Do povědomí naší veřejnosti pronikly zejména mise KFOR v Kosovu, Enduring Freedom v Kuvajtu, ISAF v Afghánistánu a SFOR v Bosně a Hercegovině. Nicméně naši vojáci působili a působí i v jiných zemích, například v Gruzii, Kongu, Etiopii a Iráku (Majer, 2003).

Operace **Joint Guardian** (Společný strážce, KFOR) v Kosovu - hlavním cílem Česko - slovenského praporu v misi KFOR dle Rady bezpečnosti OSN č. 1244 bylo zajistit bezpečné prostředí pro všechna etnika a umožnit mírový a demokratický rozvoj společnosti na tomto území. Mezi hlavní úkoly patřil boj s organizovaným zločinem, zvládnutí demonstrací a nenadálých událostí či výcvik a dohled nad kosovským ochranným sborem, dále pak pomoc civilnímu obyvatelstvu při návratu do běžného života a spolupráce s mezinárodními humanitárními organizacemi (Majer, 2003).

Armáda České republiky se zapojila do již zmíněné protiteroristické operace **Enduring Freedom** (trvalá svoboda) tím, že vyslala přes 250 osob na území Kuvajtu (Majer, 2003). Úkolem této operace bylo především provádění speciálního průzkumu a úderných akcí malého rozsahu, a to jak ve vysokohorských, tak i v obydlených oblastech (Ministerstvo obrany, 2. února 2005). Dále byl kontingent určen k odstraňování následků možného použití zbraní hromadného ničení a jiných událostí, také k organizování výcviku v oblasti chemického zabezpečení (Majer, 2003).

Operace **ISAF** (International Support Assistance Force) **PRT** (provinční rekonstrukční tým) v Afghánistánu podporovala bezpečnost a přispívala k rekonstrukci země. Součástí

této mise byli civilní odborníci – stavební inženýři. Hlavním cílem bylo zajištění bezpečnosti těchto civilních expertů. Mezi další cíle lze zařadit výcvik afghánských příslušníků bezpečnostních sil či zajištění bezpečnosti základny (Ministerstvo obrany, 22. července 2013).

Operace **EUFOR - CONCORDIA** v bývalé Jugoslávské republice byla vůbec první společnou vojenskou operací v historii Evropské unie (Majer, 2003). Ozbrojené síly tvořilo více než 400 příslušníků z celkem 26 států. Do mise byly zapojeny jednak státy EU (Belgie, Francie, Finsko atd.), ale tehdy i nečlenské státy EU, členské státy NATO (Česká republika, Polsko, Maďarsko). Mise se účastnily i státy mimo obě společenství (Estonsko, Bulharsko, Litva, Lotyšsko, Rumunsko). Hlavní poslání spočívalo v demonstrování nadnárodní vojenské přítomnosti, jejíž pomocí přispívaly k utváření a zachování stability a bezpečnosti. Neméně důležitým úkolem bylo přispívat k obnově důvěry mezi etniky zúčastněnými v konfliktu (Ministerstvo obrany, nedat.).

## **1.2. Aktuální mise**

Mezi aktuálně probíhající mise patří například Afghánistán Parwan (7. SR BAF RSM). Úkolem jednotky je provádět bezpečnostní opatření v severní části bezpečnostní zóny Bagram. Spolu se zástupci AČR zde působí i američtí vojáci. Hlavním cílem je zamezit nepřátelským aktivitám namířeným proti základně Bagram (Ministerstvo obrany, 20. února 2017).

Operace KFOR v Kosovu navazuje na již zmíněnou operaci Joint Guardian. Jedná se tedy o mírovou operaci, která od dubna roku 2005 dostala nový název Joint Enterprise. Úkolem této operace je vytvářet a udržovat bezpečné prostředí, které by umožňovalo bezproblémový rozvoj země (Ministerstvo obrany, 7. března 2017).

K dalším právě probíhajícím mírovým operacím patří například operace Althea – EUFOR v Bosně a Hercegovině, MFO - Multinational Force and Observers v Sinaji či mise UNDOF pro zajištění míru mezi Izraelem a Sýrií. Mezi další aktuálně probíhající akce patří i polní chirurgický tým v Iráku, který zajišťuje zdravotnickou podporu a péči o koaliční irácké ozbrojené síly (Ministerstvo obrany, 2017).

### 1.3. Zařazení vojáka do zahraniční mise

Výběr osob do zahraniční mise je v souladu s dlouhodobým plánem předurčených útvarů, které naplňují požadavky jednotlivých zahraničních misí. Důležité je zmínit, že vysílání posádek se realizuje zpravidla na šest měsíců (Majer, 2003).

#### 1.3.1. Žádost o zařazení do zahraniční mise

Pokud chce voják z povolání sloužit v zahraniční misi, musí dodržet následující postup:

1. Zjistit u personálního náčelníka svého útvaru, které jednotky jsou předurčeny k plnění úkolů v zahraniční misi.
2. Kontaktovat plánovaného velitele budoucího kontingentu. Ten je zpravidla pověřen k předběžnému výběru osob.
3. Dostavit se k personálnímu orgánu plánovaného velitele kontingentu k sepsání *"Předběžného personálního pohovoru"*. Zde se uvádí předpokládané zařazení a platová třída.
4. Podat u personálního náčelníka mateřského útvaru „Žádost o vyslání do zahraniční mise“ s příloženým „Předběžným personálním pohovorem“.

#### 1.3.2. Před odjezdem do mise

Pokud je žádost žadatele schválena, žadatel je vyslán na služební cestu - výcvik. Součástí výcviku jsou základní příprava, velitelská příprava, odborná příprava specialistů kontingentu, společenská příprava, sladění a prověrka, vystrojení a očkování, stáž hlavních funkcionářů (Majer, 2003).

Žadatelé musí podat žádost o provedení bezpečnostní prověrky. Před odjezdem do zahraniční mise musí mít každý voják tyto dokumenty - cestovní pas, číslo běžného účtu v Kč, číslo divizního účtu v USD, ověřenou kopii výstrojního listu, čestné prohlášení, že proti žadateli není vyhlášeno trestné stíhání, výpis o účasti v předchozích misích, řidičský průkaz, vojenský řidičský průkaz a služební průkaz (Majer, 2003).

Zdravotní způsobilost žadatele se posuzuje výhradně ve vojenských nemocnicích. Žadatel musí absolvovat odborné vyšetření, které zahrnuje kompletní vyšetření odborníkem, EKG, RTG srdce a plic, laboratorní vyšetření krve a moči v rozsahu ustanovení § 6 odst. 2 písm.

e) a odst. 3 Vyhlášky č. 256/1999 Sb. Dále cílené psychologické vyšetření, vyšetření chrupu, popřípadě další vyšetření podle aktuálního zdravotního stavu a požadavků přijímacího státu (Majer, 2003).

Hlavním cílem psychologického vyšetření je vyhodnotit psychologickou způsobilost žadatele a odolnost psychických funkcí při zátěži. Psychologické vyšetření testuje kognitivní funkce a jejich odolnost, osobnostní rysy a přítomnost psychopatologie. Součástí vyšetření je i klinický rozhovor s uchazečem (Majer, 2003).

Pokud jsou všechna vyšetření úspěšná, uchazeči je vydán zdravotní průkaz (bílý), posudek o zdravotní způsobilosti a lékařská zpráva (Majer, 2003).

Po maratónu jednotlivých vyšetření a testů se voják musí připravit na několikaměsíční odloučení od své rodiny a svých blízkých. Nejedná se pouze o stesk a samotné odloučení, kterému je voják vystaven. Musí zařídit i několik administrativních náležitostí, například plnou moc pro partnera, závěť, práva k účtům či placení stálých poplatků. Řešení těchto náležitostí bývá pro vojáky i jejich blízké velice stresující, jelikož se tak trochu připravují na to, že se z mise nemusejí vrátit (Stehlík, 2017).

### 1.3.3. Průběh mise

V misi se kromě strachu z přežití objevuje spousta dalších obav a problémů. Například problémy technického typu (špatný stav bojové techniky, nedostatek technických prostředků, munice, zbraní), sociální problémy (soužití s více lidmi v jedné místnosti) a v neposlední řadě psychologické problémy (stres, obavy o rodinu, žárlivost směřovaná k partnerům, kteří na ně čekají doma, osamělost) (Balík, 1996). S některými ze zmíněných problémů si poradí samotný velitel jednotky, popř. psycholog či kaplan.

Vojskového psychologa bychom mohli definovat jako člověka, který pomáhá druhým lidem k tomu, aby si pomohli sami. Mezi jeho profesní úkoly patří provádění psychologického vyšetření, diagnostiky a psychologického poradenství. Může dávat určitá doporučení k řešení krizových situací či řešení negativního sociálně – psychologického klimatu. Dále se podílí na prevenci sociálně nežádoucích jevů. Vojskový psycholog nepracuje izolovaně, ale spolupracuje s personalisty, právníky, veliteli i důstojníky, ale například i s vojenským kaplanem (Dziaková, 2009).

Důležitou informací je, že velitel nemá právo vyžadovat od psychologa informace z proběhlého sezení, poradenství. Nicméně toto pravidlo platí pouze tehdy, pokud problémy a starosti daného vojáka nezasahují do jeho pracovního výkonu. Z tohoto důvodu je pro vojskového psychologa velice obtížné získat důvěru útvaru, tedy „obyčejných“ vojáků, ale i velitele. Většina vojáků si myslí, že psychologa nepotřebují, a tedy že je zbytečným členem v armádě (Dziaková, 2009).

Důvodem k tomuto názoru je jednak zmíněná nedůvěra v psychologa, ale i to, že v útvaru je již přítomen kaplan, který zastává podobné funkce jako psycholog. Navíc vojáci důvěřují kaplanovi více, protože vědí, že je vázán mlčenlivostí, a proto se nemusejí obávat možných postihů od velitele jednotky (J. Neubauer, osobní sdělení 15. července 2017).

Duchovní službu v AČR tedy zastává kaplan. Tato služba je určena nejen pro vojáky AČR, ale i pro jejich blízké. Kaplan je na blízku vojákům zejména v zahraničních misích, kdy jsou jedinci mimo bezpečí domova, kde musí plnit obtížné úkoly. Činnost kaplana nespočívá v moralizování jedinců, nýbrž v nabízení podpory v těžkých chvílích (Knichal, 6. května 2013).

#### 1.3.4. Návrat z mise

Jsem přesvědčena, že návrat ze zahraniční mise je pro vojáky velice náročný. Nejprve si voják musí zvykat na nové prostředí a jiné podmínky, po návratu do své země si musí opět zvykat na svoji zem, po které se mu dozajista stýskalo. U každého vojáka probíhá přechod do civilního života odlišně. Nicméně se týká všech jedinců, kteří se rozhodli pro zahraniční misi.

Po návratu z mise se musí každý voják dostavit nejpozději do tří dnů od návratu na oddělení nemocí z povolání příslušné spádové vojenské nemocnice ke karanténnímu vyšetření. Dále se vojáci podrobují expertnímu psychologickému vyšetření v Ústředním lékařsko – psychologickém oddělení ÚVN Praha (Majer, 2003).

Kromě návratu do zaměstnání čeká každého vojáka i návrat ke své rodině. V obou případech může dojít k různým potížím, které mohou pramenit z dlouhého odloučení a pocitu odcizení. Nicméně na samotný návrat jsou vojáci připravováni v rámci

psychologické přípravy. Samotným členům rodiny jsou vysvětlena specifika návratu (Stehlík, 2017).

## 2. Posttraumatický rozvoj

Zřejmě každý z nás se během svého života dostane do složité, nepříjemné situace nebo do několika takových situací, které mohou ohrožovat naše zdraví, a někdy dokonce i náš život. Takové situace ovlivní jedince, a to jak jeho osobnost, tak i jeho chování.

Těžké životní situace mají různou podobu. Může se jednat o zdravotní problémy jedince či jeho rodiny, přátel, o rodinné problémy a konflikty, ale také problémy studijní či pracovní, přírodní katastrofy nebo, jak je to v našem případě, o válečné konflikty (Mareš, 2009).

Není jednoznačně pravdou, že každá traumatická událost musí mít pouze negativní dopad a vést k posttraumatické stresové poruše, poruchám přizpůsobení či jiným problémům. V některých případech se může stát i to, že prožité trauma povede k pozitivním důsledkům, a tedy k posttraumatickému rozvoji (Paulík, 2017).

Negativní událost se může stát pomyslnou cestou k rozvoji osobnosti (Orel, 2016).

Kosová (2014) v knize: Logoterapie, existenciální analýza jako hledání cest napsala velice výstižnou větu, která dle mého názoru vystihuje posttraumatický rozvoj: *„I z bolesti a utrpení může vzejít vlastním přispěním něco hodnotného, dobrého.“*

O posttraumatickém rozvoji osobnosti hovoříme, pokud po traumatické události dojde k výrazné pozitivní změně v jedincově kognitivním a emočním životě. Zmíněná pozitivní změna by měla nastat i ve vnějším chování jedince. Můžeme tedy říci, že rozvoj je takový druh změny, kdy se jedinec dostane nad svou dosavadní úroveň chápání života, a změní tak pohled na svůj současný život (Mareš, 2012).

Nejčastěji dochází k rekonfiguraci v oblasti vztahů, osobní filozofie a osobnosti, jako např. nalezení nové síly, moudrosti či získání většího soucitu (Joseph, 2017).

Yalom (2008) hovoří o takzvaném probouzejícím zážitku, díky kterému jedinec nahlíží na svůj život z jiné perspektivy, ať už se jedná o nemoc, ztrátu blízké osoby či v našem případě o válku, která je dozajista silnou událostí v životě jedince.

Úspěšné překonání zažitého traumatu vede k určitému druhu uspokojení. Jedinec může dosáhnout vyšší kvality života a určité formy sebepřesazení (Paulík, 2017).

Znamená to, že se po traumatické události jedinec nevrátí zpět k původnímu stavu, ale překročí původní úroveň fungování na psychické rovině. Jedinec je schopný zavést do svého života nové smysluplné prvky (Slezáčková, 2012).

Možné reakce na traumatickou událost zachycuje schéma dle pana profesora Mareše (2012) viz příloha č. 2.

Důležitou podmínkou pro to, aby se dostavila pozitivní změna, je dosažení určitého stupně ohrožení dosavadního světa jedince. To znamená, že jedinec musí zažít závažnější distres. Tento distres však nemůže být až příliš veliký, jelikož by narušil kognitivní mechanismy nezbytné pro zpracování traumatu. Pro posttraumatický rozvoj je důležité určité optimální rozmezí traumatického působení (Mareš, 2012).

Dle Tedeschiho a Calhouna (1996) jedinci, kteří zažili nějakou mimořádnou traumatickou událost, vykazují mnohem více pozitivních změn než jedinci, kteří žádnou takovou událost neprožili.

Jinak řečeno, vždy záleží na druhu traumatické události. Ne všechna traumata mohou způsobit rozvoj, a tedy pozitivní změnu v životě jedince. To, zda se rozvoj dostaví, také závisí na sociálních souvislostech a na individuálních vlastnostech daného jedince (Paulík, 2017).

Posttraumatický rozvoj se nemusí týkat pouze jedinců, ale i sociálních skupin či celých populací. Zejména v případě válek, krizí či celospolečenských traumat (Mareš, 2012).

Myslím si, že v případě vojenské zahraniční mise se posttraumatický rozvoj může týkat i bližší rodiny a přátel. A to hlavně z důvodu, že i oni prožívají určité trauma a stres, jelikož se strachují, zda se jejich blízký vrátí zdravý a v pořádku. Navíc tento stres trvá poměrně dlouhou dobu, zpravidla 6 měsíců. A proto se domnívám, že i tito lidé mohou vykazovat určitou míru rozvoje.

Nesmíme zapomenout na možnost toho, že rozvoj může být i pouhou iluzí, „obelhávání se“. Jedná se o obranný mechanismus, který jedinci pomáhá vyrovnat se s traumatem, a to zejména sebeposilujícími strategiemi. Nicméně nejedná se o reálný rozvoj, a tedy změnu identity (Mareš, 2012).



Zároveň je nutné si uvědomit, že posttraumatický rozvoj může koexistovat s distresem a bolestí, které byly traumatem navozeny. Když se dostaví posttraumatický rozvoj, tak to vůbec neznamená, že bolest spojená s traumatem zmizí (Mareš, 2009).

Je důležité podotknout, že žádné trauma nepovažujeme za vítanou, příznivou či dokonce očekávanou událost (Mareš, 2012). Nicméně s odstupem času může přinést „ovoce“ v podobě pozitivní změny jedince a s tím změnit i jeho dosavadní život k lepšímu. Zcela výstižně to říká známé přísloví: „Všechno zlé je pro něco dobré.“

## **2.1. Historie posttraumatického rozvoje**

Snaha nalézt pozitivní dopad u negativní životních událostí není v historii lidstva žádnou novinkou. Již staří latiníci říkali: „*Per aspera ad astra*“, tj. „Přes překážky ke hvězdám.“ Všeobecně známé se staly i přísloví F. L. Čelakovského: „Co škodí, to učí.“ „Neštěstí, bídy, příhody, dobrého často původy.“ Známy je i výrok „Co mě nezabije, to mě posílí.“ Hledání pozitivních důsledků u negativních zážitků nalézáme v různé podobě i ve všech světových náboženstvích (judaismu, křesťanství, buddhismu i islámu) (Mareš, 2012).

Z hlediska vědeckého zkoumání je rozvoj docela mladým tématem. Ovšem otázkami vnitřního rozvoje se již dlouhou dobu zabývají zástupci humanistické a existenciální psychologie (Slezáčková, 2012).

Klíčovým obdobím právě pro výzkum pozitivních změn osobnosti, se stala druhá světová válka. Dle V. E. Frankla se smysl života skrývá v utrpení. Tvrdí, že jedinec může zůstat optimistický i navzdory tzv. tragické triádě – utrpení, vině, smrti. Frankl předpokládá, že jedinec je schopen přeměnit tragickou událost na něco pozitivního nebo konstruktivního (Kosová, 2014).

Právě Frankl stojí na jakémsi počátku bádání pozitivních důsledků u negativních událostí. Sám prošel koncentračním táborem, kde ztratil téměř celou svoji rodinu a vlastně vše, co do oné chvíle měl. Na základě vlastních zkušeností se snažil najít to, co mu v těžkých chvílích pomohlo přežít (Frankl, 2006a).

Frankl (2006b) tvrdil, že i přes to, že člověka potká tíživá situace, má stále svobodu se osudu svobodně postavit a posunout se vnitřně výš, postoupit vpřed.

Zmíněný vídeňský autor je zakladatelem psychoterapeutické léčebné metody – logoterapie, která nepochybně souvisí s tématem posttraumatického rozvoje. Název logoterapie pochází z řeckého slova *logos*, což v překladu znamená smysl. Představitelé tohoto psychoterapeutického směru zastávají názor, že v našem osudu se mohou skrývat těžké životní zkoušky, které nás určitým způsobem testují, a vytváří tak smysluplný život. Logoterapie spolu s existenciální analýzou se snaží o přijetí vlastní situace a tím i k rozvoji jedince (Kosová, 2014).

Myšlenku osobnostního rozvoje můžeme spojit s dalším představitelem existenciální psychoterapie I. D. Yalomem. Ten tvrdí, že pokud je člověk vystaven velice náročné životní situaci, následuje u něho pozitivní osobnostní změna. Pokud je jedinec konfrontován se smrtí, změna jedince může být radikální (Yalom, 2006).

F. Nietzsche napsal: „*Strom, který musí překonávat bouře a zapustit kořeny hluboko do země, vyrostе silnější a vyšší.*“ (Yalom, 2008, 80).

Dalším průkopníkem vědeckého bádání byl A. Antonovsky, který podal zcela nový pohled na problematiku nemoci a zdraví. Snažil se odpovědět na otázku: „Proč zůstane člověk zdravý, i přesto, že zažívá těžké životní události?“ Založil nový směr, který nazval **salutogenetický pohled** (z lat. *salus* = zdraví) (Mareš, 2012).

Zmíněný autor se zabýval tzv. salutogenními faktory, tedy tím, co posiluje či obnovuje naše zdraví (Křivohlavý, 2009).

Vědecké bádání pozitivních stránek traumatických událostí se začalo rozvíjet v devadesátých letech dvacátého století. Důvodem byl zvýšený zájem laické veřejnosti o negativní události. Ať už hovoříme například o zemětřesení, únosech, věznění lidí, válečných událostí atp. Zájem veřejnosti přiměl odborníky zkoumat tyto jevy mnohem detailněji. Další impuls ke zkoumání pozitivních stránek stresujících událostí dala pozitivní psychologie, která cíleně vyhledává pozitivní jevy. Téma posttraumatického rozvoje se rozvíjí také díky longitudinálních šetření a kvalitativních výzkumů, které zkoumají daný jev s odstupem roků či desetiletí. Ukazují se tedy informace, které nemohly být zachyceny v krátkodobém výzkumu (Mareš, 2012).

V roce 1998 si Z. Matějček a Z. Dytrych uvědomili, že se výzkumníci zaměřují zejména na negativní dopad traumatu na jedince a přehlížejí možné příznivé působení na jeho

osobnost. V devadesátých letech dvacátého století se v zahraničí začal rozvíjet nový směr, který se zaměřuje na pozitivní změny, které se mohou objevit u lidí po traumatické události. Za zakladatele tohoto směru považujeme J. Schaeferovou a R. Moose (1992) (Mareš, 2012).

Další představitel, který se výzkumně zabýval tématem pozitivních změn osobnosti po prožitém neštěstí, byl britský psycholog a psychoterapeut S. Joseph. On sám poskytoval psychologickou pomoc osobám, které přežili tragickou havárii britského trajektu. Po třech letech od nešťastné události se na přeživší obrátil s otázkou, zda se po nehodě změnil jejich přístup k životu. Dostavily se překvapivé výsledky, kdy 43 % dotazovaných odpovědělo, že se jejich život změnil k lepšímu. Právě zmíněný výzkum nastartoval detailnější zájem o rozvoj jedince po prožitém traumatu (Slezáčková, 2012).

Ovšem první monografii o posttraumatickém rozvoji vydali američtí autoři Tedeschi a Calhoun v roce 1996, kterou publikovali v *Journal of Traumatic Stress*. Zmínění autoři se detailněji zaměřovali na pozitivní dopady jakékoliv traumatické události a zejména pak na měření těchto pozitivních změn (Tedeschi & Calhoun, 1996).

V současné době se tématem zabývá již zmíněná pozitivní psychologie, jejíž nejznámějším českým představitelem je Jaro Krivohlavý (Paulík, 2017).

Dále se touto problematikou zabývá např. prof. PhDr. Jiří Mareš, CSc., který v roce 2012 vydal knihu s názvem *Posttraumatický rozvoj*. Nově byla v roce 2017 přeložena kniha S. Josepha s názvem *Co nás nezabije...Možnosti posttraumatického růstu*, která dokonale shrnuje, co je to posttraumatický růst a kde se vlastně bere.

## **2.2. Pojmosloví**

Hovoříme-li o dopadech traumatické události, nemusí být vždy pouze negativní. V souvislosti s traumatem se může objevit i pozitivní dopad na život jedince. Tuto změnu k lepšímu nazývají různí autoři odlišně.

Dle Mareše (2012) se nejčastěji objevují tyto termíny:

- Pozitivní psychologická změna – positive psychological changes
- Vnímaný přínos – perceived benefit
- Nacházení přínosu a rozvoj – benefit finding and growth
- Pozitivní iluze – positive illusion
- Rozvoj iniciovaný negativními událostmi, neštěstím – adversarial growth
- Posttraumatický rozvoj – posttraumatic growth

Poslední zmíněný termín je nejvíce užívaným a publikovaným termínem v současné době. V souvislosti s ním se používá zkratka PTG (Mareš, 2012).

### 2.2.1. Rozdíly v chápání pojmů

Ve své práci převážně pracuji s termínem „posttraumatický rozvoj“. Ovšem je nutné podotknout, že existují kvalitativně rozdílné termíny pro tuto problematiku.

Jedná se o **subjektivně vnímaný rozvoj**, který ale není skutečný. Tento jev je velice běžný a zpravidla přechodný. Jedinec se sice domnívá, že došlo k rozvoji, ale jedná se pouze o iluzi či kognitivní zkreslení. Jde o výsledek pouhého přání, nicméně jedincovo sdělení neodpovídá znakům skutečného rozvoje (Mareš, 2012).

Dále hovoříme o **stresem navozený rozvoj**, který je skutečný, ale pouze v jedné nebo více oblastech života. Jedná se o méně dramatický rozvoj, než je posttraumatický rozvoj. U jedince může po určitém čase dojít k regresi a návratu k předchozím hodnotám, zvykům atd. Tento jev bývá zachycen ve většině výzkumů, které se zabývají pozitivní změnou osobnosti (Mareš, 2012).

Konečně termín **posttraumatický rozvoj**, který vyjadřuje skutečnou změnu v několika oblastech. Dochází k trvalému přebudování osobnosti (Mareš, 2012).

## 2.3. Trauma

Spouštěčím momentem pro změnu je jakákoliv závažná negativní událost. V samotném názvu „posttraumatický rozvoj“ se objevuje pojem „trauma“, který je pro pochopení této

problematiky zcela nezbytný. Trauma popisuje událost, která je pro daného člověka výrazným narušením jeho dosavadního světa (Mareš, 2012).

Pojem „trauma“ pochází z řeckého slova „zranění“. Dříve byl pojem chápán pouze z medicínského hlediska, to se postupně změnilo a dnes ho vnímáme zejména v souvislosti psychického zranění (Joseph, 2017).

Dle Paulíka (2017) se termínem trauma rozumí taková stresová situace, která dosahuje určité hraniční hodnoty. Překročení této hranice znamená ohrožení existence daného jedince.

Z medicínského hlediska je trauma vysvětlováno jako „stresová událost nebo situace neobvykle hrozivého nebo katastrofického rázu, která pravděpodobně téměř u každého vyvolá pronikavou tíseň“ (Preiss, 2009).

Manuál MKN – 10 (Mezinárodní klasifikace nemocí – 10. revize) popisuje trauma jako stresující událost/situaci, která je hrozivá až katastrofická a která by vyvolala téměř u každého pronikavou tíseň (Čermák & Kohoutek, 2009).

Z výše uvedených definic traumatu je patrné, že trauma jako takové přesahuje běžnou lidskou zkušenost. Téměř v každém jedinci vyvolá významnou emocionální odezvu. Tímto bychom mohli odlišit trauma od krize. Stejná situace/událost může u daného jedince vyústit v krizi u jiného nikoliv (Orel, 2016).

Nicméně závažnost traumatu je vysoce individuální, a tedy pro různé jedince může být odlišná. Jedinec sám hodnotí míru nebezpečnosti a závažnosti situace i míru svých schopností se s nebezpečím vyrovnat a trauma zvládnout (Mareš, 2012).

Existuje několik charakteristik, které činí událost traumatickou. Jedná se zejména o šok, který se objevuje náhle a nepředvídatelně. Zpravidla jedinec nemůže za to, co se mu přihodilo, situaci nemůže ovlivnit ani kontrolovat či řídit. Událost je pro jedince ohrožující v tom smyslu, že ho vystavuje fyzické či psychické újmě, anebo se už negativní dopady nějakým způsobem projevují. Situace, která se objevila, není běžná a naopak je něčím výjimečná a mimořádná. Daná událost/situace zanechává v jedinci dlouhodobé problémy (Mareš, 2012).

Na vzniku traumatu se podílí i aktuální psychosomatický stav jedince, a tedy určitá úroveň vulnerability (zvýšená vnímavost na stresory) (Paulík, 2017).

Jsem přesvědčená, že i v případě vojenské zahraniční mise můžeme hovořit o traumatu, jelikož je voják v neznámém prostředí, kde je ohrožen jeho vlastní život. Každý den se setkává s událostmi, které není schopen ovlivnit či změnit. Hovořím například o útocích na základny. Nesmíme zapomenout na fakt, že je jedinec vytržen z místa, které důvěrně zná, do míst, které naopak nezná vůbec. Nicméně jsem si vědoma i vysoké individuality, která nepochybně ovlivňuje vnímání situace.

### 2.3.1. Reakce na trauma

Vojenská zahraniční mise je stresová událost, která může vést k psychické nepohodě. Jedinec na daný distres může reagovat různě, dle individuální předpokladů.

Líší se i samotné zvládání (coping) těžkých životních událostí, které může vyústit v různé důsledky (Křivohlavý, 2002).

Za prvé se může objevit **akutní reakce na stres**, která zpravidla odezní v průběhu hodin až dnů. Jedinec v této fázi vnímá ohrožení a je značně úzkostný. Snaží se zaktivovat své vyrovnávací strategie ke zvládnutí dané situace (Vodáčková et al., 2012).

Tuto reakci doprovází zúžené vědomí, zhoršení koncentrace pozornosti, snížení chápavosti, a také somatické příznaky (zrychlení tepu, dýchání) (Paulík, 2017).

Za druhé můžeme hovořit o tzv. **poruše přizpůsobení**, kterou doprovází úzkostné až depresivní reakce, které se mohou objevit až po určitém čase, zpravidla v průběhu jednoho měsíce po stresové události. A za třetí se může objevit **posttraumatická stresová porucha** (PTSD), která se rozvíjí s určitou latencí (týdnů až měsíců) po zažití události (Orel, 2016).

PTSD je charakteristická znovuprožíváním dané stresující události. Velmi časté jsou tzv. vtíravé myšlenky na to, co se jedinci přihodilo. Tyto vtíravé vzpomínky mohou vyvolat emoční odezvu jako je panika, úzkost, děs, zoufalství. Typické jsou tzv. flashbacky, které přicházejí náhle. Jedinec tak znovu prožívá událost/situaci, která se stala a často není schopen odlišit ji od reality. Dále se u jedince mohou objevit tělesné příznaky jako je pocení či zrychlený tep. Je patrné, že znovuprožívání události je pro jedince nepříjemné a značně zatěžující, a proto často vede k vyhybavé reakci. Daný člověk se tedy snaží vyhnout místům, situacím, lidem, které mu traumatickou událost připomínají (Joseph, 2017).

Myslím si, že je na místě podotknout, že ne všechny stresové situace musí nutně vést k PTSD. Na druhou stranu se ukazuje, že jedinci, kteří jsou událostí psychicky otřeseni, uvádějí větší stupeň posttraumatického rozvoje než jedinci, kteří jsou vůči zážitkům odolní. Jinak řečeno, jedinci, kteří zažili určitý stupeň posttraumatického stresu, vykazují větší míru posttraumatického rozvoje (Joseph, 2017).

Trauma i jakákoliv životní krize nemusí tedy znamenat pouze negativní dopady. Může otevřít určitou šanci, novou příležitost a možnost poznat sám sebe a stát se tak silnějším. Zároveň může přinést změnu v různé podobě a směru. Daný člověk tak do jisté míry povyroste a najde sám sebe (Špatenková et al., 2011).

## **2.4. Modely pozitivní změny**

V této části nastíním některé modely posttraumatického rozvoje. Zabývám se zejména modelem Tedeschiho a Calhouna, který je v této problematice nejvíce známý a využívaný. Dále pak modelem Janoff – Bulmanové, která se tématem posttraumatického rozvoje také intenzivně zabývala, a dalšími modely.

### **2.4.1. Model Tedeschiho a Calhouna**

Tedeschi a Calhoun (1996) uvedli, že pozitivní změna se může dostavit v pěti oblastech:

- 1. vztahy s druhými lidmi** – jedinec může více soucítit s ostatními, být vstřícnější, může ostatní více zapojovat do svého života, vyjadřovat více a lépe své pocity či celkově věnovat více pozornosti vztahům (Preiss, 2009).
- 2. nové životní možnosti** – jedinec může objevit nové zájmy, příležitosti, které dříve neviděl (Preiss, 2009).
- 3. osobnostní růst** – jedinec může nabýt pocitu, že dokáže lépe zvládat náročné situace. Může objevit stránky své osobnosti, které dříve neviděl a změnit tak vnímání vlastního „já“ (Preiss, 2009).
- 4. ocenění života** – u jedince může dojít ke změně životních hodnot a chápání života (Preiss, 2009).
- 5. spirituální změna** – jedinec se více věnuje porozuměním duchovním potřebám. Může se dokonce k nějaké víře sám přiklonit (Preiss, 2009).

Tito autoři jsou zároveň zakladateli dotazníku posttraumatického rozvoje (PTGI).

Model posttraumatického rozvoje od Tedeschiho a Calhouna lze nalézt v příloze č. 3.

#### 2.4.2. Model Janoff – Bulmanové

Model Janoff – Bulmanové popisuje rozvoj po traumatické události ve smyslu „psychologické expanze“ (Slezáčková, 2012).

Model zahrnuje tři oblasti změny. Za 1. tvrdí, že díky prožitému traumatu jedinec získává větší vnitřní sílu a odolnost. Může se naučit větší statečnosti a více si důvěřovat (Mareš, 2012).

Zároveň se zvyšuje jeho schopnost získat si uznání od okolí (Slezáčková, 2012).

Za 2. jedinec začne přehodnocovat svůj život. A za 3. se u jedince objevuje tzv. psychologická připravenost na potenciální negativní události. Můžeme tedy říci, že je jedinec na tyto události více připraven a v případě, že se objeví opakovaně, je méně traumatizován. Jedinec se snaží porozumět smyslu toho, co se mu vlastně stalo a v dané události se vyznat. V tomto kroku často pomáhají profesionálové. Po delším časovém úseku člověk začíná rozpoznávat přínos traumatu, a může tak najít nový životní smysl (Mareš, 2012).

#### 2.4.3. Dvousložkový model Maerckera a Zöllnerové

Již podle názvu dokážeme snadno odvodit, že model dle německých autorů A Maerckera a T. Zöllnerové má dvě složky. Jendou z nich je skutečná, funkční, konstruktivní a sebepřesahující složka. Tou druhou je pozitivně zkreslující a sebeobelhávající iluze. Dodejme, že iluzi nemusíme nutně chápat pouze v negativním slova smyslu. Například může napomoci k usmíření jedince se sebou samým či tlumit negativní dopady traumatu (Mareš, 2012).

#### 2.4.4. Hobfollův model

Hobfoll et al. nechápe skutečný posttraumatický rozvoj pouze jako změnu v myšlení, ale jako proces akčního rozvoje. Jedinec uvažuje o tom, co mu mohla traumatická událost přinést. Tyto představy konkretizuje a realizuje v chování (Slezáčková, 2012).



Ke konkrétní pozitivní změně se častěji odhodlají ti jedinci, kteří prodělali závažnou zdravotní krizi než osoby, které byly přímo ohroženy jiným člověkem (znásilnění, přepadení, teroristický útok) (Slezáčková, 2012).

Určitá potíže je zřejmě v tom, že příslušníci pomáhajících profesí směřují své klienty pouze ke kognitivnímu přehodnocování traumatické události. Klienti se tak dopracují ke skutečnému posttraumatickému rozvoji. Z tohoto důvodu Hobfoll et al. navrhuje posttraumatický rozvoj jako akční rozvoj, při němž jedinec realizuje úvahy o přínosu dané události (Mareš, 2012).

#### 2.4.5. Model Josepha a Linleye

Teorie britských autorů S. Josepha a P. A. Linley z roku 2008 předpokládá, že jedinec nejprve hodnotí těžkou událost, kterou zažívá a snaží se jí překonat, poté znovu hodnotí, jak se mu podařilo danou událost překonat (Mareš, 2012).

Událost může mít různé kognitivní důsledky. Jednak se může stát, že se jedinec vrátí na stejnou úroveň, na které byl před traumatem. V budoucnosti je pak odolnější vůči podobné situaci, jednak se u jedince objeví negativní změny, které mohou vyústit v psychopatologii (deprese, naučená bezmocnost). A konečně se u jedince objeví pozitivní změny, které mohou vést k rozvoji osobnosti (Mareš, 2012).

### 2.5. Faktory ovlivňující posttraumatický rozvoj

Existuje několik faktorů, které mohou ovlivnit to, zda se posttraumatický rozvoj dostaví či nikoliv. Důležitou roli hraje vnitřní místo kontroly (locus of control), míra nezdolnosti (resilience), smysl pro koherenci (sense of coherence) či naučený optimismus (Slezáčková, 2012).

V této části nastíním několik možností, které nepochybně ovlivňují to, zda se posttraumatický rozvoj dostaví, popřípadě v jaké míře.

#### Čas

U posttraumatického rozvoje osobnosti hraje velice důležitou roli čas. Rozvoj se může dostavit po několika měsících, letech či dokonce desetiletích. Nejedná se pouze o výsledek, ale i o samotný děj a proces změny. To, že se objeví posttraumatický rozvoj, však neznamená, že navždy zmizí bolest či utrpení spojené s traumatem (Mareš, 2012).

Doba od vzniku traumatické události je důležitá, a to zejména proto, aby se mohl posttraumatický rozvoj projevit. Bylo by hrubou chybou hodnotit posttraumatický rozvoj po pár dnech od traumatické události (Jahodová, 2014).

Z tohoto důvodu jsem si pro svůj sběr dat dala kritérium, aby se daná událost, tedy vojenská mise, stala minimálně před rokem od sběru dat.

## Osobnostní charakteristiky

S posttraumatickým rozvojem nepochybně souvisí i jedinečná osobnost člověka. Osobnost můžeme považovat za jakýsi součet všech vlastností, vloh, prožívání i chování. I přes to, že jedinci mohou být vystaveni stejné situaci, mohou na ni reagovat zcela odlišným způsobem (Orel, 2015).

*„Z dimenzí osobnostních charakteristik Big Five jsou s posttraumatickým rozvojem pozitivně asociovány rysy extraverte, otevřenosti ke zkušenosti, přívětivosti a svědomitosti, přičemž míra neuroticismu koreluje negativně“ (Slezáčková, 2012, 200).*

Mezi další osobnostní charakteristiky, které napomáhají ke vzniku posttraumatického rozvoje, patří například autonomie jedince, schopnost požádat druhé o pomoc, copingové strategie či vyšší míra sebehodnocení (self – esteem) (Křivohlavý, 2009).

## Optimismus

Dle Tedeschiho a Calhouna (2004) se optimismus týká takových jedinců, kteří očekávají pozitivní důsledky negativních událostí. Optimisté jsou plní naděje a víry.

Optimismus bychom mohli definovat jako určitý postoj či rys spatřovat ve většině událostí něco dobrého a pozitivního (Baštecká & Goldmann, 2001).

Právě častěji používají tzv. strategii přehodnocování události, která jim může usnadnit vyrovnávání se s důsledky negativní situace. Jinak řečeno, řídí se nepsaným pravidlem „Všechno zlé je k něčemu dobré.“ Pokud je jedinec optimista, vnímá aktuální dění spíše jako srozumitelné, smysluplné a zvládnutelné, což patří mezi důležité podmínky posttraumatického rozvoje (Slezáčková, 2012).

## Odolnost

Termín odolnost můžeme vnímat z hlediska fyzikálního, biologického či psychologického (Paulík, 2017). V tomto kontextu se zabývám odolností právě z psychologického hlediska, a tedy odolností vůči stresu či zátěži.

Psychická odolnost je kvalita lidské psychiky nenechat se zcela vyvést z míry a nenarušit tak osobnost jedince. Mohli bychom říci, že je to určitá schopnost jedince po prodělání zátěže obnovit původní psychický stav a navrátit se tak k normálu. Odolnost bychom mohli nahradit slovem „resilience“ – schopnost účinné adaptace na nepříznivou, nebezpečnou či nežádoucí situaci (Paulík, 2017).

Dle psychologického slovníku Hartla a Hartlové (2010) se resilience definuje jako „nezdolnost, houževnatost a souhrn faktorů, které člověku pomáhají přežít v nepříznivých podmínkách“.

Profesor Mareš (2012) rozlišuje tři podoby odolnosti: návrat k normálu (recovery), rezistenci, odpor (resistance) a rekonfiguraci, změnu (reconfiguration).

Návrat k normálu lze označit za normální adaptaci. Jedinec je sice vystaven zátěži a určitou dobu vychýlen z normálního stavu, ale po skončení distresu se rychle vrací do původního stavu bez zanechání nepříznivých stop (Mareš, 2012).

V případě odporu, rezistence se jedinec nenechá vyvést z míry v průběhu ani po stresové události. Vypadá, jako by se ho stresová událost netýkala, a jeho chování se nijak nemění. Tímto specifickým projevem se liší od běžné populace, a proto má okolí tendenci tuto reakci považovat za patologickou. Důležité je u tohoto projevu zmínit, že se nejedná o maladaptivní proces. Jedinec si s traumatem dokáže poradit takzvaně po svém (Mareš, 2012).

Ve výše zmíněných případech zpravidla nedochází k pozitivní změně, tedy posttraumatickému rozvoji. A to proto, že se jedná o jedince s vyšší mírou odolnosti (Joseph, 2017).

V případě rekonfigurace se nejedná ani o rychlý návrat k normálu, ani o udržení normálního stavu v průběhu nepříznivé události. Jde o změnu osobnosti, kdy jedinec přežije trauma, které ho do jisté míry pozmění. Rekonfigurace má dvě podoby. Jedinec

může být traumatickou událostí obohacen a lépe tak zvládnout další podobnou situaci. Jedná se tedy o pozitivní změnu (posttraumatický rozvoj). Nicméně jedinec může být traumatem i závažně a negativně poznamenán, a to buď na přechodnou dobu, nebo trvale (Mareš, 2012).

Na odolnost nemusíme nahlížet pouze jako na trvalý rys osobnosti, ale i jako na proces či jeho výsledek. V případě procesu se jedná o úspěšné vyrovnávání se se zátěžovou situací, o úspěšnou adaptaci. O výsledku tohoto procesu hovoříme tehdy, pokud se jedinec naučil vyrovnávat se s distresem a zvládnout podobné zátěžové situace (Paulík, 2017).

Odolnost je závislá na mnoha faktorech, například na vrozených vlastnostech organismu, věku, intelektu, životních zkušenostech. Zároveň souvisí i s akutním stavem organismu i na společenských okolnostech (Zacharová, Hermanová & Šrámková, 2007).

### Soudržnost osobnosti (Sense of coherence)

Sense of coherence (dále jen SOC) patří mezi koncepty odolnosti. V případě SOC hovoříme o nezdolnosti jedince. SOC je osobnostní charakteristika, díky níž jedinec pohlíží na svět jako na smysluplný a vnitřně soudržný celek a věří, že je uspořádaný, pochopitelný a předvídatelný. Člověk přijímá životní situace jako výzvy a je schopen je zvládnout (Paulík, 2017).

Vyskytuje se zejména u jedinců, kteří porozuměli traumatické události, vyrovnávají se s ní a nacházejí v ní určitý smysl (Tedeschi & Calhoun, 2004, in Krutiš, 2009).

Základní komponenty SOC tedy jsou: comprehensibility (srozumitelnost, pochopitelnost), manageability (zvládnutelnost situace) meaningfulness (smysluplnost). Poslední zmíněná komponenta vyvolává pozitivní emoce (Paulík, 2017).

### Nezdolnost (hardiness)

Hardiness – pevnost, tvrdost, má také tři dimenze. První z nich je chápání těžké životní situace jako výzvy (challenge), druhý ochota angažovat se v boji (commitment) a třetí vidět možnosti řídit dění (control) (Křivohlavý, 2002).

Jedinci s vysokou mírou hardiness věří, že mohou ovlivňovat události ve svém životě. Jsou přesvědčeni, že život představuje výzvy, které je mohou posunout dál k lepšímu (Tedeschi & Calhoun, 2004).

## Vnitřní místo kontroly

Jedinci s vnitřním místem kontroly věří, že si svůj osud řídí sami, že jejich schopnosti mají vliv na dosahování cílů, které si stanovili. Lidé s vnitřním místem kontroly jsou více optimističtější, vyrovnanější a celkově šťastnější. A jelikož věří, že si svůj život řídí sami, jsou více vyrovnanější (Cakirpaloglu, 2012).

## Sociální opora

Bylo by chybou myslet si, že posttraumatický rozvoj je pouze individuální záležitost. Jedinec koexistuje v určitém sociálním prostředí, které ho do značné míry ovlivňuje. Člověk, který se snaží vyrovnat s traumatem, které prožil, si je vědom okolních lidí. Vnímá to, jak na jeho potíže reagují členové rodiny, přátelé, spolupracovníci. Posttraumatický rozvoj pak ovlivňují právě tito lidé, zejména pak to, nakolik vstřícně na náznak změny reagují (Mareš, 2012).

Sociální okolí jedince je v otázce posttraumatického rozvoje zásadní, ať už máme na mysli pomoc rodiny, přátel či odborníků (Joseph, 2017).

## Posttraumatický stres

Mezi faktory ovlivňující to, zda se posttraumatický rozvoj dostaví či nikoliv, bychom mohli zařadit i to, zda jedinec prošel určitým stupněm PTSD. Ukazuje se, že jedinci, kteří zažili určitý stupeň PTSD, uvádějí i vyšší stupeň posttraumatického rozvoje. Ovšem pokud je hladina stresu příliš vysoká, možnost rozvoje se snižuje (Joseph, 2017).

## **2.6. Kognitivní zpracování události**

Jedinec ke zpracování traumatické události využívá různé procesy (Mareš, 2012).

**1. Hledání smyslu** v tom, co ho potkalo. Pro jedince je událost šokem, zjišťuje, co přesně se stalo, jak to, že se to stalo, a proč právě jemu. Jedincovo dosavadní vnímání světa se rozpadlo, a proto se snaží najít vysvětlení a situaci pochopit. Pokud na dané události nachází nějaká pozitiva, mění se jeho dosavadní pohled na život, sebe sama i druhé. A právě touto změnou vytváří jakousi základnu pro pozitivní změny a později možná i pro posttraumatický rozvoj (Mareš, 2012).

**2. Hledání přínosu** (benefit finding) v negativní události. Jedinec se snaží najít na dané situaci alespoň něco pozitivního, něco, co ho posílilo. Mohli bychom říci, že se jedná o aktivní copingovou strategii (Slezáčková, 2012).

Jedinec může událost pochopit jako výzvu, kterou chce překonat. Na základě traumatu může změnit své jednání, hodnoty, názory. Událost může vnímat jako jakési postrčení ke změně sebe sama. A pokud na sobě jedinec skutečně začne pracovat, posiluje svou sebedůvěru, a vytváří tak druhou základnu pro skutečný posttraumatický rozvoj (Mareš, 2012).

Ačkoli to takto vypadá velice snadně, ve skutečnosti je velice obtížné propracovat se traumatem a hledat smysl či přínos toho, co se stalo. V tomto případě záleží i na předpokladech, který jedinec zastával před traumatem. Faktem je, že lidé dělají vše, co mohou, aby dané situaci porozuměli (Joseph, 2017).

### **3. Diagnostika posttraumatického rozvoje**

Existuje několik diagnostických metod, které se pokoušejí zachytit výskyt posttraumatického rozvoje. Otázkou je, nakolik jsou tyto metody přenositelné ze zahraničí k nám do České republiky, tedy do odlišných sociokulturních podmínek (Mareš, 2012).

Z diagnostického pohledu záleží na tom, kterou metodu ke zjišťování změn použijeme, a také na tom, co už budeme považovat za změnu (Mareš, 2009).

#### **3.1. Metodologické problémy**

Základní problém tkví v tom, že nemůžeme určit, jaký byl jedinec před traumatem. Tuto skutečnost zjišťujeme až po negativní události, tedy retrospektivně. Jedinec sám určuje své vlastnosti před traumatem. Z toho vyplývá problém subjektivních výpovědí. Záleží tedy na individuálním vnímání a schopnosti vyjádřit své psychické stavy, zejména pak na vlastním pocitu změny. Možnost, jak předejít subjektivním výpovědím, je například to, že se na změnu jedince můžeme ptát jiných lidí, zpravidla těch, kteří daného člověka dobře znají (rodiče, přátelé) (Mareš, 2012).

Ve snaze předejít subjektivním výpovědím respondentů se zkouší srovnávání s kontrolní skupinou. Toto řešení problémů je ale problematické, jelikož dle modelu

posttraumatického rozvoje by jedinec měl být vystaven stresující události. Otázkou je, jak vytipovat jedince, kteří v budoucnu prožijí těžkou životní událost? (Mareš, 2012).

V případě dotazníkových metod se dozvídáme pouze o těch změnách, které daný dotazník předpokládá. Také se ptají pouze na pozitivní změny, nezahrnují změny negativní. Kvůli tomu může dojít k pozitivnímu zkreslení odpovědí, jelikož otázky jedince nutí vypovídat pouze o pozitivních změnách. Navíc v předem vytyčených oblastech. To může vést k opomenutí jiných oblastí, které daný dotazník neuvádí, ale člověk se v nich mohl změnit (Mareš, 2009).

### **3.2. Kvantitativní přístup**

Kvantitativní způsob využívá k zjišťování posttraumatického rozvoje dotazníky. Tento způsob je velice často využíván, i přes určité nedostatky, které má. Například respondentovi nenabízí možnost vyjádřit se k negativním změnám, které v souvislosti s traumatem mohli nastat. Problémem může být i to, že dotazníky mohou jedince svádět k pozitivním výpovědím, které ve skutečnosti neprožil (Slezáčková, 2012).

Na druhou stranu značnou výhodou dotazníků je, že umožňují rychlý vhled do světa osob, které zažily nějaké trauma (Mareš, 2009).

Dle A. Slezáčkové (2012) a J. Mareše (2012) se k měření posttraumatického rozvoje nejčastěji využívají tyto dotazníky:

- PTGI – Posttraumatic Growth Inventory (Tedeschi, Calhoun)
- BFS – Benefit Finding Scale (Tomichová, Helgesonová)
- CiOQ – Change in Outlook Questionnaire (Joseph et al.)
- PBS – Perceived Benefit Scale (McMillen)
- SRGS – Stress-Related Growth Scale (Parková et al)

Zmíněné dotazníky mají velice dobrou vnitřní konzistenci. Zároveň se vyznačují výbornou zjevnou validitou, a proto jsou respondenty přijímány dobře (Mareš, 2012).

K danému výzkumu jsem použila dotazník PTGI, který má 21 položek a zaměřuje se na změnu v 5 oblastech (vztahy s druhými lidmi, nové životní možnosti, osobnostní růst, ocenění života a spirituální změna) (Tedeschi, & Calhoun, 1996).

Dotazník PTGI má reliabilitu (Cronbachovo alfa) – 0,97 a existuje v několika verzích (arabské, čínské, hebrejské, holandské, italské, japonské, německé atd.) (Mareš, 2012).

Tento nástroj pochází z amerického originálu autorů Tedeschiho a Calhouna z roku 1996. Do české verze dotazník přepracovali M. Preiss, J. Krutiš a J. Mareš v roce 2008. Dotazník pro tuto studii poskytl J. Krutiš, který zkoumal kvantitativním způsobem posttraumatický rozvoj u vojáků, kteří absolvovali zahraniční misi.

### **3.3. Kvalitativní přístup**

Kvalitativní přístup je výzkumně náročnější metoda, ale postupem času získává nové příznivce. Ukazuje se, že tato metoda umožňuje výzkumníkovi postihnout více oblastí změn a proniknout tak do větší hloubky (Slezáčková, 2012).

Mezi základní kvalitativní metody patří interview, diskuse v ohniskové skupině, vyprávění, psaní o zážitcích či grafické znázornění (Mareš, 2012).

V mém případě jsem použila interview, které umožňuje zacházet více do hloubky, než je tomu u dotazníkových metod. Zároveň je ale náročnější metodou jak na sběr dat, tak na jejich analýzu.

Určitou výhodou kvalitativních metod, zejména interview, je možnost výzkumníka doptat se na cokoli, čemu nerozumí či se přesvědčit o tom, zda porozuměl správně tomu, co respondent říká. V případě tématu posttraumatického rozvoje má výzkumník možnost postihnout i negativní změny, které se mohou v průběhu rozhovoru objevit, na což se dotazníky posttraumatického rozvoje nezaměřují (Mareš, 2009).

V některých případech je vhodné spojit dohromady kvantitativní a kvalitativní přístup. V takovém případě hovoříme o **smíšeném přístupu** (Mareš, 2012).

## **4. Výzkumy posttraumatického rozvoje**

V této části se zaměřím na výzkumy posttraumatického rozvoje v zahraničí, které provedli Zahava Solomon a Rachel Dekel v roce 2007 a Maguen et al. v roce 2006. Dále také zmíním výzkum, který byl proveden v našich podmínkách.



#### **4.1. Izraelští váleční zajatci v Jomkipurské válce 1973**

Autoři Z. Solomon a R. Dekel (2007) se zaměřili na izraelské válečné veterány, kteří absolvovali Jomkipurskou válku v roce 1973. Zabývali se měřením posttraumatické stresové poruchy a posttraumatickým rozvojem u daných jedinců s odstupem 30 let od dané události. Výzkum se skládal ze dvou skupin: experimentální a kontrolní, a dvou měření. V případě prvního měření roku 1991 bylo do experimentální skupiny zařazeno 164 izraelských válečných zajatců, z celkového počtu zajatých 240 vojáků. V kontrolní skupině bylo 185 válečných veteránů ze stejné války. V druhém měření roku 2003 bylo v experimentální skupiny 103 válečných zajatců a v kontrolní skupině 106 válečných veteránů (Solomon & Dekel, 2007).

##### **Metoda měření**

Autoři si pro danou studii stanovili dvě hypotézy:

1. Váleční zajatci vykazují vyšší stupeň PTSD i posttraumatického rozvoje než kontrolní skupina (Solomon & Dekel, 2007).
2. Očekává se pozitivní korelace mezi PTSD a posttraumatickým rozvojem (Solomon & Dekel, 2007).

První měření posttraumatické stresové poruchy proběhlo v roce 1991 za pomoci standardizovaného dotazníku PTSD. Tento dotazník obsahuje sebesposuzující škály, které vycházejí z původního standardizovaného dotazníku z roku 1987. V druhém měření v roce 2003 autoři použili opět dotazník PTSD a standardizovaný dotazník PTGI (The Post Traumatic Growth Inventory) k měření posttraumatického rozvoje. Dále si autoři vytvořili svůj vlastní dotazník k měření faktorů zvládnání v zajetí (Solomon & Dekel, 2007).

##### **Výsledky výzkumu**

Ukázalo se, že u izraelských válečných zajatců byl naměřen vyšší stupeň PTSD i po 30 letech než u kontrolní skupiny válečných veteránů. Váleční zajatci vykazují i vyšší hodnoty posttraumatického rozvoje než váleční veteráni, a to ve všech pěti oblastech (vztahy s druhými, nové životní možnosti, osobnostní růst, ocenění života, spirituální změna). Tím byla potvrzena první hypotéza, a tedy že váleční zajatci vykazují vyšší stupeň PTSD i posttraumatického rozvoje než kontrolní skupina (Solomon & Dekel, 2007).

Výzkumníci zjistili, že střední míra PTSD souvisí s vyšší mírou posttraumatického rozvoje. A zároveň potvrdili, že distress může koexistovat s posttraumatickým rozvojem (Solomon & Dekel, 2007).

V roce 2011 vznikla další studie, která navázala na předchozí studie z roku 1991 a 2003. Studie se zaměřila na stejné participanty z Jomkipurské války z roku 1973. Z výsledků vyplývá, že PTSD i PTG mají jakýsi společný psychologický “motor“, jako je např. ztráta kontroly během traumatu, konkrétně ztráta kontroly emocí, jako je pocit extrémního strachu, dále ztráta autonomie či aktivní zvládání zátěže. Na jedné straně tedy může stát posttraumatická stresová porucha a na druhé posttraumatický rozvoj (Dekel, Mandl & Solomon, 2011).

### Korelace proměnných

Ve studii v roce 2003 koreloval věk respondentů pozitivně se vzděláním a negativně se symptomy PTSD. Ve stejném roce pozitivně korelovalo vzdělání s aktivním zvládáním stresu a negativně se subjektivním utrpením v zajetí a symptomy PTSD. Subjektivně vnímané utrpení pozitivně korelovalo se třemi faktory zvládání (aktivní zvládání, odtržení od okolí, ztráta emocionální kontroly) a se symptomy PTSD a PTG. Odloučení od světa pozitivně korelovalo se ztrátou emocionální kontroly a se symptomy PTSD i PTG. Ztráta emocionální kontroly korelovala se závažností symptomů PTSD a PTG (Solomon & Dekel, 2007).

## 4.2. Válka v Perském zálivu v letech 1990 – 1991

Hlavním cílem války v Perském zálivu bylo osvobození Kuvajtu. Vojáci, kteří byli součástí této války, zažili nespočet těžkých a stresujících zážitků, např. odstřelování, procházení minovými poli, různá zranění, ať už jich samotných nebo jejich kamarádů, s tím související mnohdy nepříjemný pohled na zohavená či mrtvá těla (Mareš, 2012).

### Metoda měření

Maguen et al. v roce 2006 zkoumal americké vojáky, kteří absolvovali válku v Zálivu. Výzkum se zaměřoval na vývojové a demografické prediktory posttraumatického rozvoje před nasazením do války, v průběhu a samozřejmě po skončení války. Zúčastnilo se 61 válečných veteránů, z toho 57 % mužů a 43 % žen. Participanti byli různé národnosti, konkrétně 85 % běloši, 8 % afričtí Američané, 5% latino – Američané a 2% američtí Indiáni nebo obyvatelé Aljašky (Maguen et al., 2006).

Participanty bychom mohli rozdělit do dvou skupin, jednak na profesionální vojáky, kteří prošli tvrdým výcvikem, a na členy americké Národní gardy a rezervisty, kteří tak tvrdý výcvik neprodělali (Mareš, 2012).

Autoři zvolili metodu měření pomocí dotazníku DRRI (Deployment Risk and Resilience Inventory). Respondenti měli zhodnotit faktory, které na ně působily před válkou, v průběhu bojů a po skončení války. Dále byl využit dotazník PTGI (Posttraumatic Growth Inventory), který je určen k mapování posttraumatického rozvoje. Skládá se z 21 položek, které se vztahují ke změnám v 5 oblastech (vztahy s druhými lidmi, nové životní možnosti, osobnostní růst, ocenění života a spirituální změna) (Maguen et al., 2006).

### Výsledky výzkumu

Autoři nejprve korelovali demografické proměnné (věk, pohlaví, etnický původ, rodinný stav, vzdělání atp.) s výsledky jednotlivých subškál dotazníku PTGI. Zjistili, že status etnické menšiny pozitivně koreluje se subškálou – nové životní možnosti. Dále, že vojáci Národní gardy a rezervisté si po skončení bojů více váží života, než tomu bylo u profesionálních vojáků. Ti vojáci, kteří měli sociální oporu od svých kolegů, ale i svých blízkých, vykazují vyšší osobnostní rozvoj. Sociální opora od blízkých lidí pozitivně koreluje se zlepšením vztahů k druhým. V oblasti spirituální změny nedošlo u zúčastněných vojáků k žádné změně (Maguen et al., 2006).

### 4.3. Posttraumatický rozvoj u českých vojáků po návratu ze zahraniční mise

Výzkumnou sondu do problematiky posttraumatického rozvoje u českých vojáků po návratu ze zahraniční mise provedli v roce 2011 J. Krutiš, J. Mareš, S. Ježek. Autoři zjišťovali, zda se u vojáků dostavuje posttraumatický rozvoj. Zároveň se snažili postihnout rozdíl v posttraumatickém rozvoji u vojáků bojových jednotek a vojáků zdravotníků (Mareš, 2012).

#### Metoda měření

Zmínění autoři si pro výzkum stanovili 3 hlavní cíle:

1. *„Zjistit, zda se u českých vojáků po návratu ze zahraniční mise dostavuje posttraumatický rozvoj.“* (Krutiš, Mareš & Ježek, 2011, 248).

Autoři předpokládali, že trauma, které vojáci prožili, přinese posttraumatický rozvoj podobný rozvoji, který vykazovali vojáci, kteří prošli válkami ve Vietnamu, Izraeli a Kuvajtu (Krutiš, Mareš & Ježek, 2011).

2. *„Zjistit, zda je rozvoj ovlivněn služebním zařazením.“* (Krutiš, Mareš & Ježek, 2011, 248).

Autoři srovnávali skupinu vojáků – nezdravotníků a vojáků – zdravotníků. Proto počítali i s charakterem zažitého traumatu vzhledem k funkcím, které jednotliví vojáci zastávali (Krutiš, Mareš & Ježek, 2011).

Autoři se domnívali, že **vyšší rozvoj** zaznamenají u vojáků, kteří nebyli přímo v centru bojových operací, konkrétně u vojáků – zdravotníků. Menší rozvoj tedy předpokládali u vojáků, kteří byli v centru bojových operací, konkrétně u vojáků – nezdravotníků. A to zejména proto, že do těchto typů misí jsou pečlivě vybíráni odolní jedinci, kteří jsou fyzicky i psychicky připravováni na danou situaci (Krutiš, Mareš & Ježek, 2011).

3. Třetím cílem, který si autoři stanovili, bylo zmapovat, jaká je časová dynamika posttraumatického rozvoje. A zároveň, jak je posttraumatický rozvoj ovlivněn socio-demografickými proměnnými (Krutiš, Mareš & Ježek, 2011).

Předpokládali, že vyšší posttraumatický rozvoj se bude odvíjet od vyššího počtu absolvovaných misí. (Krutiš, Mareš & Ježek, 2011).

Zkoumaný soubor se skládal ze dvou skupin. První skupinou byli **vojáci bojových jednotek AČR**, kteří v posledních letech absolvovali mise v Afghánistánu a Iráku (40 respondentů). Druhá skupina byla sestavena z **vojenských zdravotních sester a lékařů**, kteří sloužili v polních nemocnicích AČR (30 respondentů) (Krutiš, Mareš & Ježek, 2011).

Problematiku posttraumatického rozvoje autoři mapovali pomocí dotazníku PTGI – Posttraumatic Growth Inventory (Tedeschi & Calhoun, 1996), konkrétně jeho českou verzi **PTGI – CZ** (Preiss, Krutiš, Mareš, 2008).

Celkový zkoumaný soubor tvořilo **70 osob**, ačkoli bylo rozdáno 90 dotazníků. Návratnost dotazníků činila 78 % (Krutiš, Mareš & Ježek, 2011).

### Výsledky výzkumu

Výsledky socio – demografických proměnných (pohlaví, věk, vzdělání) na celkový skóre dotazníku PTGI a jednotlivé subškály nebyly statisticky významné (Krutiš, Mareš & Ježek, 2011).

Nicméně autoři poukazují na to, že respondenti, kteří neměli maturitu (pouze 5 osob), udávali vyšší osobnostní rozvoj. Je otázkou, zda jim armáda, a s ní spojené mise, poskytly větší prostor právě pro tuto oblast (Krutiš, Mareš & Ježek, 2011).

Ukázalo se, že skupina vojáků – zdravotníků uváděla mírně vyšší posttraumatický rozvoj než skupina vojáků nezdravotníků v celkovém skóre PTGI – CZ. Autorům se potvrdil jejich předpoklad (Krutiš, Mareš & Ježek, 2011).

Toto zjištění dokládá předpoklad, že jedinec, který zažil středně závažný distress, zpravidla vykazuje vyšší stupeň posttraumatického rozvoje (Krutiš, Mareš & Ježek, 2011).

Zajímavé je, že proměnná *doba od uplynutí „nejhorší mise“* nemá na celkový skóre PTGI – CZ signifikantní efekt. Ovšem v souvislosti s typem nasazení (nezdravotník vs. zdravotník) efekt má. U vojáků – zdravotníků můžeme pozorovat lineárně vzestupný trend celkového skóre PTGI – CZ, s ohledem na delší časové období od události. Naopak v případě vojáků – nezdravotníků tento trend nepozorujeme (Krutiš, Mareš & Ježek, 2011).

Ve skupině vojáků – zdravotníků můžeme pozorovat mírně vzestupný trend ve všech subškálách. U druhé skupiny se tento trend neprojevil. Mohli bychom se zaměřovat spíše na otázku rozvoje v jednotlivých složkách než na celkový posttraumatický rozvoj (Krutíš, Mareš & Ježek, 2011).

Má počet absolvovaných misí vliv na posttraumatický rozvoj? U vojáků – zdravotníků bylo zjištěno, že čím více misí jedinec absolvoval, tím více se zvyšovaly hodnoty posttraumatického rozvoje, zejména v oblasti osobnostního rozvoje a vztahů s druhými lidmi. U vojáků – nezdravotníků se tato tendence neprojevila (Krutíš, Mareš & Ježek, 2011).

Důležité je zmínit, že rozvoj se může objevit v různých oblastech (vztahy s druhými, nové životní možnosti, osobnostní rozvoj, ocenění života, spirituální změna) v odlišné míře. Dále pak, že rozvoj probíhá na individuální úrovni, tedy jinak rychle. Za zmínku stojí i poznámka, že doba, kdy si daný jedinec uvědomuje, že došlo ke změně, je do jisté míry omezená (Krutíš, Mareš & Ježek, 2011).

Jistou komplikací ve výzkumu posttraumatického rozvoje je otázka, které hodnoty skóru PTGI – CZ už lze považovat za posttraumatický rozvoj, a které nikoliv, když maximální skóre v dotazníku je 105 bodů? Jelikož daná metoda nemá žádné normy, autoři této studie použili metodu srovnávání s jinými podobnými studii (Krutíš, Mareš & Ježek, 2011).

## **EMPIRICKÁ ČÁST**

## 5. Výzkumný problém a cíle práce

V teoretické části práce jsem stručně popsala základní informace o Armádě České republiky, které by čtenáři měly umožnit proniknout do tématu zahraničních misí. Dále jsem nastínila problematiku posttraumatického rozvoje, která je pro pochopení celé práce nezbytná. Ze získaných informací vyplývá, že jedinec, který prožil jakoukoliv traumatickou životní událost, může určitým způsobem růst a rozvíjet se. Daný rozvoj se může týkat několika oblastí a změnit tak jeho pohled na okolí i na celý svět. V dané části práce se pokusím prozkoumat posttraumatický rozvoj u vojáků, kteří absolvovali jakoukoliv zahraniční misi.

Hlavním cílem mé práce bylo **prozkoumat a popsat** to, zda se u českých vojáků, kteří absolvovali jakoukoli zahraniční misi, dostavil posttraumatický rozvoj či nikoli. Popřípadě **v jakých oblastech** se rozvoj dostavil. Oblasti změny jsem popsala podle amerických autorů Tedeschiho a Calhouna (1996). Jedná se o oblasti změny vztahů s druhými lidmi (rodinou, přáteli, ale i zcela cizími lidmi), objevení nových životních možností (zájmů, pracovních příležitostí), osobnostní změny, ocenění života (změna hodnot, priorit) a spirituální změny (příklon k víře).

Zároveň jsem se snažila nahlédnout na jedinečnou životní zkušenost a její význam pro konkrétního vojáka. Zabývala jsem se i otázkami, které se vztahovaly ke konkrétním zážitkům z mise.

Zvolila jsem **kvalitativní design** výzkumu, abych mohla nahlédnout na problematiku posttraumatického rozvoje detailněji a více do hloubky.

Zároveň jsem použila i dotazník amerických autorů Tedeschiho a Calhouna z roku 1996, konkrétně jeho českou verzi (Preiss, Krutiš & Mareš, 2008).

I přes použití dotazníku PTGI nemůžeme hovořit o smíšeném designu, jelikož byl dotazník vyplněn pouze 10 respondenty. Slouží zejména ke srovnání výpovědí vojáků.

Pro kvalitativní přístup je charakteristické, že se výzkumník snaží pochopit celý kontext daného případu. Hlavní výhodou je podrobný popis zkoumaného fenoménu či jedince. Jsem si vědoma i nevýhod, které kvalitativní přístup přináší. Například fakt, že získaná data nemusí být zobecnitelná na populaci a do odlišného prostředí, dále pak časová



náročnost výzkumu. A samozřejmě i to, že výsledky mohou být ovlivněny výzkumníkem a jeho subjektivním pohledem na situaci (Hendl, 2016).

K tvorbě dat jsem využila polostrukturované (semistrukturované) interview, které představuje flexibilní metodu, která dává respondentovi prostor svobodně se vyjádřit. K analýze získaných dat využiji interpretativní fenomenologickou analýzu (IPA), která umožňuje jednak nahlédnout na žitou zkušenost jednotlivých respondentů a detailněji prozkoumat to, jaký význam přisuzují dané události. Zároveň nám tato metoda umožňuje hledat souvislosti napříč případy (Řiháček, Čermák, Hytych, et al., 2013).

Jelikož jsou zážitky, které vojáci zažili v misích, velice individuální, tak to, zda se u nich objevil posttraumatický rozvoj či nikoliv, vyhodnotím pro každého vojáka zvlášť. Uvidíme tedy deset případových studií, podle kterých vyhodnotím to, zda se u konkrétního vojáka rozvoj dostavil či nikoliv, popřípadě ve kterých oblastech a v jaké míře. Zároveň se pokusím srovnat jednotlivé případy mezi sebou.

## **5.1. Výzkumné otázky**

Vzhledem k cílům práce jsem si stanovila tyto výzkumné otázky:

1. *„Jak se u vojáka změnila vztahy k druhým lidem?“*
2. *„Jak se u vojáka změnila zájmy?“*
3. *„Jak se u vojáka změnilo vnímání sebe sama?“*
4. *„Jak se u vojáka změnila hodnoty?“*
5. *„K jakým změnám došlo v oblasti spirituality/víry?“*

Předpokládám, že zahraniční mise je natolik silným zážitkem pro každého vojáka, že se rozvoj dostaví v určité míře alespoň v některých zmíněných oblastech. Myslím si, že nejvyšší rozvoj bude v oblasti vztahů s druhými lidmi a v oblasti hodnot. A to zejména z důvodu, že na misi jsou vojáci odtrženi od svých rodin a blízkých přátel. Zároveň mohou zažít a vidět události/situace, které by v našem prostředí neprožili, a na základě toho změnit svůj přístup k životu. Troufám si říci, že zahraniční mise je tak silná zkušenost, že ovlivní alespoň částečně téměř každého vojáka.

## **6. Metodologický rámec výzkumu**

Metodologický rámec výzkumu v kvalitativním přístupu nelze chápat jako jasně stanovené dogma. Neexistují tedy přesně stanovené podmínky, které by výzkumník musel do detailu dodržovat (Miovský, 2010). V této kapitole upřesním zvolený typ výzkumu, metody získávání dat, respektive tvorby dat a metody zpracování a analyzování dat.

### **6.1. Zvolený typ výzkumu**

Pro tuto práci jsem jako typ výzkumu zvolila případovou studii. V centru případové studie stojí případ, kterým rozumíme osobu, skupinu či organizaci (Miovský, 2010). V dané práci jsou v centru pozornosti případy jednotlivých vojáků a případná změna v jejich životě. Jedná se o jednopřípadové studie, jelikož se vždy zaměřuji pouze na jednoho vojáka (Miovský, 2010). Tento typ výzkumu jsem zvolila z důvodu komplexnějšího a hlubšího pochopení jednotlivých příběhů ze zahraniční mise. Zároveň se u každého případu snažím najít, nakolik daná mise ovlivnila změny v životě vojáka, a odpovědět tak na výzkumné otázky.

### **6.2. Metody získávání dat**

Ve své bakalářské práci jsem se zaměřila na posttraumatický rozvoj u vojáků, kteří absolvovali zahraniční misi. Rozhodla jsem se data získat ze dvou zdrojů. Jednak pomocí polostrukturovaného interview, jednak pomocí dotazníku PTGI – CZ. Přestože jsem použila i zmíněný dotazník, nejedná se o smíšený design, a to kvůli nízkému počtu respondentů. Dotazník spíše dokresluje situaci každého jednotlivého vojáka.

V interview jsem se zaměřila na život před danou událostí, to znamená život před misí. Dále na samotné zážitky a situace/události, které vojáci na misi prožili. A konečně na jejich život po misi. Zejména na to, zda vnímají změny ve svém životě a popřípadě v jaké oblasti.

Uvědomuji si, že pocit změny v jakékoliv oblasti je vysoce individuální a subjektivní záležitost. Každý voják vnímá prožitou zkušenost jiným způsobem a také ji jiným způsobem hodnotí a interpretuje. U někoho mise mohla způsobit pozitivní změnu, u někoho jiného změna nemusela nastat vůbec, anebo naopak ve formě negativní změny.

### 6.2.1. Interview

Interview patří mezi velice obtížné, ale zároveň výhodné metody. Termínem interview označujeme takový rozhovor, který provádíme za určitým cílem, s jedním maximálně třemi respondenty. Důležitým faktem je, že interview nelze provádět bez pozorování, které nám může výpovědi respondentů dokreslit. U kvalitního interview je důležitá atmosféra a schopnost výzkumníka navodit příjemnou a důvěryhodnou atmosféru, díky níž můžeme získat bohatší a validnější data (Miovský, 2010).

Ke své bakalářské práci jsem zvolila jako hlavní metodu polostrukturované (semistrukturované) interview, tváří v tvář. Tato metoda dokáže řešit nevýhody nestrukturovaného, ale i plně strukturovaného interview. Výhodou polostrukturovaného interview je, že máme definované jádro interview, tedy minimum otázek, které musíme probrat. Také to, že máme možnost nechat si vysvětlit či upřesnit odpovědi respondenta. (Miovský, 2010).

Zároveň není nutné dodržovat formulaci a pořadí jednotlivých otázek. Na druhou stranu je ale důležité zabývat se předem stanovenými oblastmi (Svoboda, Humpolíček & Šnorek, 2013).

Moje interview se skládalo ze tří částí. V první části jsem se zaměřovala na život vojáka před misí. Zejména na oblast vztahů v rodině i s přáteli, zájmů, vnímání sebe sama, hodnot, priorit a na oblast spirituality a víry. Na každou zmíněnou oblast jsem se doptávala několika dalšími otázkami. Ve druhé části jsem se snažila pochopit žitou zkušenost jednotlivých vojáků. Vojáci, tedy respondenti, mi popsali misi nebo mise, na kterých byli, i konkrétní zážitky a pocity, které prožívali. Ve třetí, tedy poslední části, jsem se zaměřila na jejich život po dané události a na to, co se změnilo, popřípadě jakým způsobem. A to ve stejných oblastech, na které jsem se zaměřovala již v první části, abych mohla porovnat případnou změnu. Výčet všech otázek naleznete v příloze č. 4. Uvádím zde i ukázkou interview (příloha č. 5 a 6). Nejkratší interview trvalo hodinu a deset minut, naopak nejdelší dvě hodiny a třicet minut (viz příloha č. 7).

Dle amerických autorů dotazníku PTGI (Posttraumatic Growth Inventory) Tedeschiho a Calhouna (1996) jsem si stanovila pět oblastí, ve kterých u respondentů mohlo dojít ke změně ve smyslu posttraumatického růstu. Jednalo se o oblast „vztahů s druhými“. Zda se u jedince změnilo to, jak vnímá své blízké (rodinu, přátelé), ale i ostatní lidi. Další

oblast byla ve smyslu objevení „nových životních možností“. Zda se u jedince objevily nové zájmy, koníčky, životní možnosti. Třetí oblast se zaměřovala na „osobnostní růst“. Konkrétně na to, jak respondenti vnímají sami sebe a zda se jejich pohled na sebe změnil, popřípadě jak. Čtvrtá oblast se zabývala „oceněním života“. Zda jedinec změnil své hodnoty, priority ve svém životě či chápání života. Pátá, poslední oblast, se zabývala otázkami „spirituality“. Zda se u jedince změnilo vnímání duchovního světa. Ze zmíněných oblastí jsem si stanovila pět výzkumných otázek, které jsem popsala již v podkapitole 5.1. výzkumné otázky.

Interview se konala na různých místech, a to z toho důvodu, že jsem za každým respondentem osobně jela. Nebyla tedy možnost striktního dodržení homogenity prostředí. Nicméně se vždy jednalo o klidná místa, restaurace či kavárny, abychom měli na celé interview skutečně klid. Zároveň jsem poprosila obsluhu, aby nám do interview nezasahovala.

Na tomto místě bych ráda podotkla, že kontakt s vojáky byl značně omezený a domluvení konkrétního data a času téměř nemožné. Vojáci mají spoustu pracovních povinností a volného času skutečně málo. I přes to se nám podařilo schůzky zrealizovat, čehož si neskutečně vážím a děkuji všem ochotným respondentům.

Než jsem začala s tvorbou dat, udělala jsem pilotní studii s jedním ochotným vojákem. Ten mi poskytl konstruktivní kritiku, na základě které jsem interview doplnila o několik dalších otázek.

### 6.2.2. Dotazník posttraumatického rozvoje

Dotazník PTGI (Posttraumatic Growth Inventory) se skládá z 21 položek, které hodnotí posttraumatický rozvoj v 5 oblastech (Tedeschi, Calhoun, 1996).

Zde je upřesním dle profesora Preisse (2009).

1. „**vztahy s druhými**“ – jedinec může druhé lidi zapojovat více do svého života, než tomu bylo dříve, může více soucítit s ostatními, lépe vyjadřovat své vlastní pocity, nebo věnovat větší pozornost vztahům. Touto oblastí se v dotazníku zabývá 7 otázek, konkrétně otázky: 6, 8, 9, 15, 16, 20 a 21.

2. „**nové životní možnosti**“ – jedinec může objevit nové zájmy, koníčky, zlepšit nakládání s časem, měnit věci, které je potřebné měnit. Touto oblastí se v dotazníku zabývá 5 otázek, konkrétně otázky: 3, 7, 11, 14 a 17.
3. „**osobnostní růst**“ – jedinec může mít pocit vyšší sebedůvěry, lépe zvládat životní obtíže, stát se odolnějším vůči nečekaným životním událostem. Touto oblastí se v dotazníku zabývají 4 otázky, konkrétně otázky: 4, 10, 12 a 19.
4. „**ocenění života**“ – jedinec může změnit své životní hodnoty, více si vážit života, rodiny, zdraví. Touto oblastí se v dotazníku zabývají 3 otázky, konkrétně otázky: 1, 2 a 13.
5. „**spirituální změna**“ – jedinec může jevit větší zájem o duchovní oblast, či zcela změnit postoj k víře a stát se věřícím. Touto oblastí se v dotazníku zabývají 2 otázky, konkrétně otázky: 5 a 18.

Respondenti na otázky odpovídali pomocí šestistupňové škály (0-5).

„Neprožil jsem změnu v důsledku této krize“ = 0; „Prožil jsem změnu ve velmi malé míře v důsledku této krize“ = 1; „Prožil jsem změnu v malé míře v důsledku této krize“ = 2; „Prožil jsem změnu ve střední míře v důsledku této krize“ = 3; „Prožil jsem změnu ve značné míře v důsledku této krize“ = 4; „Prožil jsem změnu ve velmi značné míře v důsledku této krize“ = 5 (Preiss, 2009, 10).

Tabulka č. 1: Počet bodů u jednotlivých faktorů

Faktory	Počet bodů
Vztahy s druhými	0-35
Nové životní možnosti	0-25
Osobnostní růst	0-20
Ocenění života	0-15
Spirituální změna	0-10
celkem	0-105

Překlad dotazníku do českého jazyka provedli M. Preiss, J. Krutiš a J. Mareš. Dotazník slouží a je využíván jako přehled posttraumatického rozvoje. Oblasti, které se hodnotí, jsou totožné s americkou verzí dotazníku PTGI (Preiss, 2009).

### 6.3. Metody zpracování a analýzy dat

V této podkapitole se zaměřím na fázi zpracování a analýzy dat, tedy tzv. data management. V této části výzkumu dochází k technickému zpracování dat. Zároveň data připravujeme k analýze. Současně můžeme získávat, zpracovávat i analyzovat data, jelikož se tyto tři fáze vzájemně ovlivňují (Miovský, 2010).

Data od respondentů jsem fixovala na digitální diktafon, tedy ve formě audiozáznamu. Všichni respondenti se zaznamenáváním na diktafon souhlasili a nečinilo jim to žádné problémy. Někteří uváděli, že na nahrávání v průběhu interview zcela zapoměli. Pro mě tato volba byla velice výhodná, neboť jsem si nemusela dělat poznámky k tomu, co mi kdo říká. Zároveň jsem tak mohla zachytit alespoň částečně atmosféru, která v průběhu interview nastala. Mohla jsem tak získat více informací oproti metodě tužka – papír. Zároveň jsem použila vlastní, krátký dotazník, který jsem vytvořila pro rychlejší zaznamenání základních sociodemografických informací (příloha č. 8).

V dalším kroku jsem nahraná data převedla do textové podoby. Provedla jsem doslovnou **transkripci** (Miovský, 2010). Po dokončení přepisu jsem kontrolovala transkripci opakovaným poslechem, abych se vyhnula redukci získaných dat. V průměru mi přepis dat jednoho rozhovoru, bez opakovaného poslechu, trval 6 hodin.

V dalším kroku jsem provedla tzv. **redukci prvního řádu**, kdy jsem doslovnou transkripci převedla do plynulejší podoby. Dále jsem provedla **kódování dat**, kdy jsem k jednotlivým důležitým informacím přiřadila kódy, názvy (Miovský, 2010). Data jsem zpracovávala jednak pomocí softwarového programu ATLAS.ti, ale také pomocí ručních výpisků, zbarvování textů, vytváření vlastních tabulek a schémat.

Data jsem analyzovala pomocí interpretativní fenomenologické analýzy (IPA), která se snaží porozumět žité zkušenosti jedince, se zaměřením na to, jaký význam, daný jedinec, přisuzuje své zkušenosti. Tento kvalitativní přístup umožňuje veliký prostor pro kreativitu výzkumníka. K porozumění žité zkušenosti je nutné uvědomit si, že určitou roli hraje i výzkumníkova zkušenost, jeho osobní postoje a přesvědčení. Dle interpretativní fenomenologické analýzy se nejprve analyzují jednotlivé případy a poté se hledají souvislosti napříč tématy. Závěry z analýzy je nutné vnímat jako dočasné a zcela subjektivní (Řiháček et al., 2013).

## **7. Zkoumaný soubor**

Ve svém výzkumu, jak je patrné již z názvu, cílím na skupinu vojáků, kteří absolvovali jakoukoliv zahraniční misi. Důležitou podmínkou bylo to, že od dané mise musel uplynout nejméně jeden rok. To zejména z toho důvodu, že posttraumatický rozvoj můžeme pozorovat až po určitém čase. Jak uvádí Mareš (2012), tento čas je u každého jednotlivce individuální. U někoho se posttraumatický rozvoj může objevit po několika měsících, u jiného s odstupem několika let. Zároveň by bylo nevhodné jakkoliv měřit posttraumatický rozvoj osobnosti ihned po návratu z mise, zejména z toho důvodu, že by výsledky mohla ovlivnit euforie z přežití, či snaha zvládnout aktuální stres. Zároveň se domnívám, že i samotní vojáci by měli mít určitý čas ke stabilizaci a návratu do normálního života.

### **7.1. Výběr výzkumného vzorku**

Respondentem mého výzkumu se mohl stát kdokoliv, kdo absolvoval zahraniční misi jako voják, a od oné doby uplynul minimálně jeden rok. Pohlaví a věk respondentů, vzhledem k jejich problematickému získávání, nebyl omezen.

Zvolila jsem nepravděpodobnostní metody výběru vzorku, konkrétně dva typy. Metodu záměrného výběru přes instituci (Miovský, 2010), kdy jsem od ochotného vojáka dostala kontakt na instituci Sdružení válečných veteránů, které jsem kontaktovala a poprosila je, zda by mohli vojáky informovat o mém výzkumu. Vojáci se poté sami mohli rozhodnout, zda se mi ozvou, či nikoliv.

Další metodou byl záměrný výběr, který je považován za nejrozšířenější metodu výběru. Cíleně vyhledává respondenty dle jejich vlastností, kvalit či příslušnosti k určité skupině (Miovský, 2010). V mém případě jsem cílila na vojáky, kteří absolvovali alespoň jednu zahraniční misi. V hledání respondentů mi pomohli i mí známí, kteří kontaktovali vojáky, které znají, a sdělili jim možnost zúčastnit se výzkumu. Poté měli vojáci možnost rozmyslet si, zda se mi ozvou a výzkumu se skutečně zúčastní.

Obecně jsou vojáci velice uzavřená skupina, a proto nebylo jednoduché kontaktovat dané jedince. Dalším problémem bylo domluvit se s jednotlivými vojáky na konkrétním datu schůzky. Nejednou se stalo, že jsme termíny schůzky posouvali hned několikrát.

Každý respondent podepsal informovaný souhlas a byl seznámen s podmínkami výzkumu. Výzkum byl zcela dobrovolný a anonymní. Zároveň měl každý respondent možnost kdykoliv v průběhu výzkumu odstoupit. Jména respondentů jsou změněna, aby nedošlo k identifikaci osob. Z tohoto důvodu jsou vynechané i některé profesní informace, které by umožňovaly rozpoznání respondentů.

Celkově jsem oslovila 11 vojáků, z nichž 1 účast na výzkumu odmítl. Se zbylými 10 vojáky jsem uskutečnila interview. Jednalo se o 10 mužů ve věku od 30 do 62 let, průměrný věk činil 39,8 let. Všichni vojáci absolvovali alespoň jednu zahraniční misi. Nejkratší doba, která od mise uplynula, byly 4 roky, nejdelší 20 let, průměrná pak 10,5 let. Tři z deseti respondentů již v AČR neslouží. Dušan odešel do důchodu, Alfréd a Kristián odešli z AČR z osobních důvodů. V tabulce č. 2 uvádím základní informace o každém respondentovi. Konkrétně jméno, věk, rodinný stav, počet misí, dobu od uplynutí poslední mise a zařazení vojáka v misích. Jména všech respondentů jsou, jak jsem již zmiňovala, vymyšlená, a to z důvodu zachování anonymity.



Tabulka č. 2: Informace o jednotlivých respondentech

<b>Jméno</b>	<b>Věk</b>	<b>Rodinný stav</b>	<b>Mise</b>	<b>Doba od poslední mise</b>	<b>Zařazení</b>
<b>Jakub</b>	31	ženatý	1x - KFOR	6 let	velitel roty
<b>Antonín</b>	36	ženatý	2x - ISAF	4 roky	náčelník logistiky
<b>Jáchym</b>	30	svobodný	2x - KFOR	7 let	spojář
<b>Štěpán</b>	39	svobodný	1x - ISAF	7 let	řidič, střelec
<b>Lukáš</b>	35	ženatý	1x - KFOR	12 let	řidič, spojář
<b>Tadeáš</b>	36	ženatý	2x - KFOR	13 let	průzkumník, řidič, technik roty
<b>Jindřich</b>	42	ženatý	2x – ISAF	8 let	průzkumník, odstřelovač, velitel družstva čtyř ochrany
<b>Alfréd</b>	37	rozvedený	1x - KFOR, 1x - ENDURING FREEDOM	15 let	průzkumník, řidič, svářeč
<b>Dušan</b>	62	ženatý	1x - SFOR	20 let	důstojník
<b>Kristián</b>	50	ženatý	2x - SFOR, 1x - ISAF, 1x - KFOR, 1x - IRAQI FREEDOM	13 let	lékař, náčelník polní nemocnice, velitel kontingentu, zdravotní poradce velitele brigády

## 8. Etické aspekty výzkumného projektu

V rámci každého výzkumu musí výzkumník hledět i na etickou stránku. V případě mé výzkumné práce tomu nebylo jinak. Byla zajištěna dostatečná ochrana práv respondentů a dodržena základní etická pravidla – úcta k respondentům, maximalizování přínosu a minimalizování újmy, nepoškození respondentů (Kolařík et al., 2017).

V rámci výzkumu se mi podařilo získat potřebnou důvěru respondentů. Respondenti nebyli žádným způsobem klamáni a nebyly jim zamlčeny žádné informace související s výzkumem. Každý respondent podepsal informovaný souhlas, kterým potvrdil, že rozumí modelu výzkumu i veškerým podmínkám výzkumu, také že se výzkumu účastní dobrovolně a není nikým a ničím nucen. Celý výzkum byl zcela anonymní. Informace, které by vedly k rozpoznání účastníků, byly odstraněny, a proto nelze dohledat, o koho se jedná. Nahrávky respondentů byly zpracovány mnou osobně a ihned po zpracování smazány, zamítám tedy možnost rozpoznání respondentů podle hlasu.

Respondenti měli možnost kdykoliv z výzkumu odstoupit, bez udání důvodů, a to i zpětně, tedy neudělit souhlas s použitím získaných dat. Zároveň si byli vědomi faktu, že se v průběhu výzkumu mohou objevit určité komplikace, ve smyslu znovuotevření nepříjemných zážitků a pocitů, což jsem dopředu nemohla odhadnout. Z tohoto důvodu jsem se ujistila, zda mají zážitky z mise vnitřně uzavřené a zpracované, tak aby o nich dokázali mluvit. Také jsem se před samotným začátkem výzkumu ptala, zda respondent nebyl či není z důvodu mise v péči psychologa. Všichni respondenti mi potvrdili, že žádného psychologa nenavštěvují ani nikdy nenavštěvovali a zážitky už dávno zpracovali. I přesto jsem všechny respondenty instruovala, že pokud by cítili, že téma nechtějí otevírat a že je pro ně jakýmkoliv způsobem citlivé, nemusí se do ničeho nutit. Závěrem každého interview jsem se doptala na psychickou pohodu respondentů a na to, zda můžeme téma opustit a uzavřít.

Účast ve výzkumu nebyla žádným způsobem odměněna. Žádný z respondentů nebyl hmotně, duševně či jinak poškozen. Výzkumník, tedy já, nebyl vystaven riziku ohrožení ze strany respondentů.

## 9. Výsledky

V této kapitole nejprve uvidíme výsledky interview, tedy deset případových studií, které slouží k lepšímu pochopení kontextu příběhů a případných změn v životě vojáků. Doptávala jsem se na několik informací. Například na to, zda se v misi setkali s nějakou situací/událostí, která je ohrožovala na životě. Dále na zážitky/situace, které pro ně byly jakkoliv nepříjemné či traumatizující. Také mě zajímalo, zda v misi řešili nějaké osobní či jiné problémy a zda se v misi setkali se smrtí.

Zároveň jsem se v každém příběhu zaměřila na výzkumné otázky, které jsem si stanovila, konkrétně na změnu v oblasti vztahů s druhými, zájmů, vnímání sebe sama, hodnot a spirituální změnu. V jednotlivých příbězích se vyjadřuji i k výzkumným otázkám a u vojáků popisuji situaci před a po misi.

V další části se podíváme na výsledky respondentů z dotazníku PTGI.

Jména všech respondentů jsou zcela vymyšlená, kvůli zachování anonymity. Příběhy jsou doplněné o autentické výpovědi respondentů, které jsou vždy v uvozovkách a psány kurzívou.

### 9.1. Interview

#### ➤ **Jakub**

Prvním respondentem byl muž, pan Jakub. S panem Jakubem jsme se sešli v klidné kavárně v místě jeho bydliště. V době rozhovoru mu bylo 31 let a byl spokojeně ženatý. Pan Jakub vystudoval vysokou školu zakončenou bakalářským titulem a právě si dodělával inženýrský titul. V AČR sloužil 11. rokem a nyní zastával pozici velitele jednotky. Pan Jakub absolvoval misi KFOR, od které uběhlo 6 let. Na misi zastával pozici velitele družstva. Mise měla trvat 6 měsíců, ale kvůli vybuchlé sopce se o 3 měsíce prodloužila. Pan Jakub se tedy vrátil až po 9 měsících. Pan Jakub měl v misi na starosti svoje družstvo, ale zároveň chodil na tzv. patroly, což jsou kontrolní obhlídky určité oblasti. Mohou být pěší i pozemní s pandury (obrněnými vojenskými vozidly).

Událostí, kdy se pan Jakub cítil v ohrožení, bylo více. Jako největší ohrožení popisoval situaci, kdy po něm a po jeho kolezích začal střílet „Albánec“, který pašoval drogy a zbraně a chtěl před nimi ujet. Slovy pana Jakuba: „*Tak tohle byla situace, kdy jsem se*

*poprvé setkal s něčím takovým... takže to mě jako dost zarazilo.*“ Z interview bylo patrné, že celá situace byla velice nebezpečná a značně stresující.

Dále pan Jakub popisoval velice nepříjemnou situaci, kdy na hranici, kterou hlídala jejich jednotka, našli auto, ve kterém byly 4 rozstřílené osoby. Navíc v kufru auta našel několik zbraní a výbušnin, které nebyly nijak zajištěné. Zážitek popisoval jako velice stresující, jelikož se bál, že by výbušniny mohly vybuchnout, a také měl na starosti odklizení mužů, kteří byli v autě, což pro něho bylo velice nepříjemné až traumatizující.

Žádné osobní problémy v misi pan Jakub neřešil. Tenkrát s přítelkyní, nyní už manželkou, bylo vše v pořádku. Snad díky tomu, že si mohli hodně volat, a dokonce i skypevat, jelikož se Jakobovi podařilo dostat na základnu místní internet.

### *1. „Jak se u vojáka změnil vztahy k druhým lidem?“*

Pan Jakub popisoval vztahy k druhým lidem jako běžné, normální, průměrné. Na základě mise změnil pohled na druhé lidi v tom smyslu, že pokud se něco neděje jeho rodině, nijak zvlášť ho to „nerozhází“, nezajímá ho to, zkrátka neřeší druhé a ve své podstatě jsou mu cizí lidé jedno. Se svojí rodinou i tchýní a tchánem měl dobré vztahy, které se misí nijak nezměnily. Na základě zážitků z mise, konkrétně na základě toho, že viděl mrtvé lidi, částečně změnil pohled na svou rodinu (matku, otce, bratra) v tom smyslu, že si jich začal více vážit. Vztah k manželce se nezměnil. Dle slov pana Jakuba: „*koukám na ni stejně, jako před misí.*“ Pan Jakub měl jednoho opravdu velkého kamaráda, na kterého se mohl ve všech směrech spolehnout, nicméně s ním se vztah nijak nezměnil a trvá do současnosti. Vztahy s ostatními kamarády se změnilo, jelikož na sebe nemají tolik času jako dřív. Tato změna ale nijak nesouvisela s misí, ale spíše s pracovními povinnostmi a nedostatkem volného času.

### *2. „Jak se u vojáka změnil zájmy?“*

Pan Jakub měl jako velký koníček střelbu, ve které byl velice dobrý. Tento koníček se nijak nezměnil. Jezdil na motorce, což se také nezměnilo. Změny v této oblasti nepocítil.

### *3. „Jak se u vojáka změnilo vnímání sebe sama?“*

Pan Jakub tvrdil, že to, jak vnímá sám sebe, se nezměnilo na základě mise, ale spíše na základě dostudování vysoké školy (bakalářského studia), kdy začal být více sebejistý. S ohledem na misi se změnilo to, jak vykonává určité věci v tom smyslu, že ať dělá

cokoliv, pracuje důsledně a snaží se dělat vše pečlivě, jako by to dělal poprvé, aby nedošlo k nějaké zbytečné chybě. Psychická odolnost vůči zátěži se na základě mise částečně zvýšila. Nicméně se posílila hlavně na základě vojenského výcviku.

#### 4. „*Jak se u vojáka změnilы hodnoty?*“

Pan Jakub došel k závěru, že se jeho hodnoty nijak nezměnily. Stále má na pomyslném prvním místě práci a rodinu (manželku i svoji původní rodinu). Nechtěl, aby to vyznělo tak, že má práce přednost před rodinou, ale zároveň zdůraznil, že je pro něj opravdu stejně tak důležitá jako rodina. Dále se popisoval jako patriot, který má rád českou zem, což vnímal také jako životní hodnotu. Nicméně žádná z uvedených hodnot se po misi nezměnila.

#### 5. „*K jakým změnám došlo v oblasti spirituality/víry?*“

Pan Jakub před misí nevěřil v Boha, ačkoliv byl jako malý pokřtěný. Po misi se jeho vnímání duchovního světa nezměnilo, nepřiklonil se k žádné víře. Na druhou stranu tvrdil, že každý musí něčemu věřit, ať už si to pojmenuje jakkoliv. Konkrétně on věřil a věří v osud, který je podle něho určitým způsobem napsaný. Vnímání duchovního světa pro něj zůstalo stále stejné jako před misí.

#### ➤ **Antonín**

Druhým respondentem byl muž pan Antonín. S panem Antonínem jsme se sešli v klidné kavárně v místě jeho bydliště. V době rozhovoru mu bylo 36 let, měl dvě malé děti a byl ženatý. Antonín vystudoval vysokou školu zakončenou inženýrským titulem. U AČR sloužil 18 let a nyní pracoval na logistice. Absolvoval dvě mise. Nejprve misi ISAF v Afghánistánu, přesněji v Logaru, kde zastával funkci logisty. Zabezpečoval logistické potřeby vojáků, zajišťoval munici, oblečení, stravu atp. Druhou misí byla afghánská mise OMLT ISAF ve Wardaku, kde také zastával funkci logisty, a zároveň měl na starosti mentorování Afghánců v oblasti logistiky. Od poslední mise uběhly 4 roky.

Na otázku, zda se v misi setkal s nějakou situací/událostí, která ho ohrožovala na životě, odpověděl, že každou chvíli, jelikož byla jejich základna často bombardována. Slovy Antonína: „*Ze začátku jsem z toho byl dost vykulenej, ale prostě za měsíc si člověk zvykne a už to bere víc jako tak v pohodě.*“

Pro pana Antonína paradoxně bylo nejhorší to, jakou tam dostal chřipku. Hned při prvním útěku do krytu silně nastydl, protože v krytu strávil několik hodin pouze v pyžamu. Popisoval, že takovou chřipku v životě nezažil. Navíc i přes to musel pracovat a plnit své povinnosti.

Osobní problémy v misích nemusel řešit. Nicméně když odjížděl na druhou misi, synovi byly 4 měsíce, a když se vrátil, bylo mu 10 měsíců. Z tohoto důvodu popisoval druhou misi jako horší a těžší, protože se mu více stýskalo po rodině.

Pan Antonín se v druhé misi setkal jak se zraněnými, tak s mrtvými. A to proto, že na jejich základně měli zdravotnické zařízení, kam přiváželi zraněné i mrtvé Afghánce i samotné vojáky. A občas bylo potřeba zdravotníkům pomoci, například při převozu zraněných. Dle slov pana Antonína: „*třeba jednou jsem pomáhal držet toho zraněného, ten měl zrovna rozpáraný břicho, že mu čuměly střeva z břicha, když ho doktor operoval.*“

1. „*Jak se u vojáka změnil vztahy k druhým lidem?*“

Pan Antonín popisoval své vztahy s druhými před misí jako „*normální*“. Sám o sobě řekl, že nikdy nebyl a ani teď není společenský typ. Přátelé, které má (jednoho až dva), měl už dávno a misí se na jejich vztahu nic nezměnilo. „*Jako nikoho jsem neztratil ale ani nezískal, je to fakt pořád stejný, jak to bylo.*“ S rodiči a bratrem měl dobrý vztah a vycházel s nimi. Nicméně přiznal, že cca do svých 30 let se o rodinu (rodiče) moc nezajímal, ani nestaral. Až kolem 30 let se začal o rodinu více zajímat a věnovat se jí. Dokonce začal tvořit rodinný rodokmen. Tato změna v jeho chování směrem k rodině však nebyla způsobena misí, ale spíše věkem. Misí se dle Antonína směrem k rodině nic nezměnilo. Spíše má pocit, že rodina má jiný pohled na něj, ale neví přesně jaký. Co se ale změnilo, je to, že nedůvěřuje ostatním, tak jako dřív. Tvrdí, že člověk se může spolehnout jenom sám na sebe a nic nenechávat na ostatní. A to hlavně z důvodu, že nikdy neví, kdy se to obrátí proti němu. Pan Antonín byl před duhou misí ženatý a měl čtyř měsíčního syna. Vztah k manželce ani k synovi se nezměnil.

2. „*Jak se u vojáka změnil zájmy?*“

Pan Antonín, popsal jako svůj hlavní koníček logistiku. Před dvěma roky začal pracovat na rodinném rodokmenu. A to díky svému strýci, který se tomu věnoval již dříve. Antonín

je přesvědčen, že na to mise neměla žádný vliv. Jiné nové koníčky se u pana Antonína neobjevily.

### 3. „*Jak se u vojáka změnilo vnímání sebe sama?*“

Mezi osobnostní změnu zařadil to, že před misí všechno moc „*hrotil*“. Zkrátka všechno muselo být hned hotové, ať už v práci, nebo doma (poslané složenky, uklizeno). Teď říká, že si ten čas umí rozvrhnout jinak a lépe, že už ví, že člověk nemusí pořád tak spěchat, že život neuteče. Dále pan Antonín uvedl, že více přemýšlí nad svým životem, že si chce více užít a zažít nové věci. Dříve tak nějak plnil povinnosti, práci, nebo se dle jeho slov: „*honil za ženskejma*“ a nezabýval se ničím jiným. Po misi si začal více užívat volných chvil, a hlavně vnímat svět kolem sebe. Začal si více všimnout přírody, zvířat, lidí, ale i budov. „*Třeba když jedu na motorce, tak neletím jako to bylo dřív, ale spíš si užívám. Užívám si toho, že támhle rostou pampelišky, támhle jsou zvířata, lidi, obchod, kterej jsem nikdy neviděl...*“ Pan Antonín o sobě tvrdil, že se z něj stal vnímavější člověk. Také vzrostla jeho důvěra v sebe sama. „*Jakoby, prostě něco jsem dokázal, přežil jsem a ta sebedůvěra se prostě zvýšila.*“ Domnívá se, že je více psychicky odolnější než dřív. Příkládá to jednak výchově, ale také misi, která ho v tomto směru zocelila a posílila.

### 4. „*Jak se u vojáka změnila hodnota?*“

Dle pana Antonína se jeho životní hodnoty částečně změnila. Sice popisoval, že neví přesně, jak se změnila, ale že tu změnu nějak cítí. Popisoval to ve smyslu, že až když uviděl, v jakých podmínkách se žije tam, kde byl, začal si více vážit věcí, které v naší společnosti považuje za samozřejmé. Tím myslel úplně obyčejné věci jako třeba přírodu a vůbec to, že tu máme zeleň, stromy, květiny, čistotu ve smyslu, že se tu neválí odpadky nebo že máme kanalizaci, ale také dobré zdravotnictví, školství. Dle jeho slov: „*Víc si vážím toho, co máme prostě, žijeme si jak prasátka v žitě.*“

### 5. „*K jakým změnám došlo v oblasti spirituality/víry?*“

Pan Antonín nebyl vychováván v žádné víře a ani sám se na základě mise k žádné víře nepřiklonil. Po misi se v tomto ohledu nic nezměnilo. „*Věřící jsem nikdy nebyl a ani nejsem, v tom se nic nezměnilo.*“ Sám věřil v osud ve smyslu, co se má stát, se stane a že i on má nějakou cestu napsanou. Ovšem to se po misi také nezměnilo. Mise ho

v tomto směru ovlivnila spíše negativně, jelikož pochopil, jak náboženství, konkrétně islám, může „zfanatizovat lidi, kteří jsou potom schopni zabít.“

### ➤ Jáchym

Třetím respondentem byl muž, pan Jáchym. S panem Jáchymem jsme se sešli v klidném parku v místě jeho bydliště. V době rozhovoru mu bylo 30 let a byl svobodný. Jáchym vystudoval střední odbornou školu s maturitou. U AČR sloužil 10. rokem a nyní pracoval na logistice. Absolvoval dvě mise KFOR, které trvaly 6 měsíců a od poslední z nich uběhlo 7 let. Jáchym zastával funkci spojaře. Měl na starosti zabezpečení spojení, od telefonického po internetové spojení po celé základně. V průběhu misí ale musel vypomáhat i na jiných službách, například hlídat vjezd a kontrolovat vozidla, která vjížděla do základny.

Na otázku, zda se v misi setkal s nějakou situací/událostí, která ho ohrožovala na životě, odpověděl, že jeho přímo ne, ale že byl svědkem události, kdy jeden z vojáků vytáhl a namířil na druhého vojáka, kolegu, odjištěnou zbraň. Naštěstí se nic nestalo, ale on sám pak musel celou situaci nahlásit veliteli jednotky. Celá situace pro něho byla nepříjemná a zaskočila ho.

Pan Jáchym ve druhé misi bohužel musel řešit osobní problémy. Konkrétně problémy se svojí bývalou přítelkyní, se kterou byl v té době 5 let. Po telefonu se neustále hádali a „řešili blbosti“. Zároveň ze situace vycítil, že se skutečně něco děje. „*Tak já už tam jsem tušil, že vona to tak né přímo táhla, ale prostě, že za ní pálí kámoš. Což mě mrzelo i vod něj, že prostě věděl, že jsem odjetej a že s tím tam nic neudělám, a tak to no...a hlavně nějakej pátek jsme spolu byli...*“

Pan Jakub se ani v jedné misi osobně nesetkal se smrtí.

#### 1. „*Jak se u vojáka změnil vztahy k druhým lidem?*“

Pan Jáchym popisoval vztahy v rodině jako bezproblémové, „pohodové“, které se misí nezměnily. Zároveň ale říkal, že jeho mamka tvrdí, že se změnil v tom smyslu, že se dokázal osamostatnit a udělat si názor na různé věci. Přiznal, že dřív si i ve vztazích „*nechal srát na hlavu*“, což teď už nedělá. Uvědomil si to, a když něco chce, tak si dovede „*bouchnout do stolu*“. Pan Jáchym má dva sourozence, sestru a bratra. Se sestrou měl a stále má dobrý vztah, jelikož mají podobné povahy. S bratrem se nehádají, ale nerozumí



si tolik jako se sestrou. „*Brácha je takovej, jako asi bych ho nevyměnil, ale je to takovej pazdrát zvláštní. Kam ho postavíš, tam ho najdeš.*“ Pan Jáchym je přesvědčen o tom, že se vztahy k rodičům i sourozencům nezměnily na základě mise, ale spíše s přibývajícím věkem, kdy si uvědomil, že nejvíc, co v životě může mít, je skutečně rodina. Přátelé pana Jáchyma se částečně obměnili, a to hlavně z důvodu rozdílných zájmů. Nemyslí si, že by tato změna byla jakkoliv zapříčiněna misí, ale spíše jeho stárnutím a dozráváním. Také získal díky misi několik nových a pevných přátelství, jelikož se s některými spolupracovníky hodně sblížil právě na misi. Určitou změnu zaznamenal ve vztahu k cizím lidem. Popisoval se jako více tolerantnější k cizím lidem, než byl před misí. Zároveň se snaží „*neházet*“ lidi do jednoho pytle a sám se přesvědčit, jaký daný člověk skutečně je, než si o něm udělá názor. Pociťoval změnu v chování k ostatním lidem, více se snaží pomáhat a celkově více soucítí s ostatními než před misí. Také více přemýšlí nad problémy a konflikty s druhými a uvědomuje si, že nikdy není nic černobílé. Snaží se nikoho neodsuzovat. „*Že když se třeba s někým hádám nebo tak, tak se snažím pochopit i to, proč má takový názor třeba a hned ho neodsoudit.*“

## 2. „*Jak se u vojáka změnil zájem?*“

Pana Jakuba bavil a stále baví sport. Nově začal chodit na crossfit, ale nevidí v tom žádnou spojitost s misí. Také měl a stále má rád psy. Pořídil si ferrari, které dlouho chtěl. V tomto směru se popisuje stále stejně a nemyslí si, že by ho mise jakkoliv ovlivnila v oblasti jeho zájmů.

## 3. „*Jak se u vojáka změnilo vnímání sebe sama?*“

Změnu popisoval v péči o sebe, kdy se o sebe začal určitým způsobem více starat. Zkrátka si chce sobě a svému tělu dopřát to nejlepší. Také popisoval, že si více věří a je více sebevědomější, než byl před misí. Přiznal, že je hodně uzavřený člověk a své pocity nedává najevo téměř nikomu. Po návratu z mise nad tím začal více přemýšlet, a to v tom smyslu, že by občas chtěl, jak sám říká i měl, svěřit své pocity někomu jinému a nechat si poradit či pomoc. Mise ho v tomto směru změnila. Také popisoval, že dokáže lépe zvládat životní obtíže a celkově se cítí více psychicky odolnější než před misí. Také díky misi zjistil, jak dokáže být svědomitý. Nedělá věci bezmyšlenkovitě, jako tomu bylo dřív.

#### 4. „Jak se u vojáka změnila hodnoty?“

Pan Jáchym mezi své hodnoty řadil rodinu, přátele, svoje psy a ferrari, které si pořídil. Tvrdil, že misí se hodnoty nijak nezměnily, spíše se mění vlivem času a stárnutí. Mezi své priority řadil i práci, která ho baví.

#### 5. „K jakým změnám došlo v oblasti spirituality/víry?“

Pan Jáchym nevěřil a nevěří v žádného boha. „*I když jim to nehaním, tu jejich víru, protože věřím tomu, že kdyby se člověk dostal do nějaký fakt jako špatný situace, tak, i když nevěří, tak se k tomu bohu začne obracet.*“ Na druhou stranu se cca před rokem začal zajímat o buddhismus a některé názory z něj se mu líbí a připadají mu poučné. Nad tímto tématem se více zamýšlí, ale nepovažuje se za buddhistu. Dle pana Jáchyma tato změna nikterak nesouvisí s misí.

### ➤ Štěpán

Čtvrtým respondentem byl také muž, pan Štěpán. S panem Štěpánem jsme se sešli v místě jeho bydliště. V době rozhovoru mu bylo 39 let a byl svobodný. Vystudoval střední odbornou školu zakončenou maturitou. U AČR složil 10. rokem a nyní pracoval u vojenské policie. Pan Štěpán absolvoval misi ISAF v Afghánistánu, která trvala 6 měsíců a uběhlo od ní již 7 let. Na misi působil jako řidič a střelec, také zajišťoval spolu s dalšími kolegy různé nákupy pro jednotky či vykládali letadla s materiálem.

Situací, které ho ohrožovaly na životě, bylo hned několik. Jednou po nich začali střílet spojenci, kteří se dostali do střetu s „*talibánci*“ a v té rychlosti si neuvědomili, že střílejí do základny svých spojenců. „*Takže když jsme šli na jídlo, tak to tam začalo lítat všude kolem, tak jsme lehli tam do toho písku, prachu a čekali, až to přestane, no.*“ V ohrožení života se cítil při každém raketovém útoku, kterých zažil několik. Naštěstí „*nebyli přesní*“, tak se nikdy nikomu nic nestalo. Dále popisoval sebevražedný útok atentátníka, který se spolu se svým autem odpálil u vjezdové brány do základny. Naneštěstí byl pan Štěpán velice blízko, a proto pak cca 3 dny vůbec neslyšel na jedno ucho. Tuto situaci popisoval jako velice nepříjemnou, jednak kvůli šoku, který zažil, a také kvůli tlakové vlně, která byla velice silná.

Pan Štěpán se vyjadřoval tak, že co se týkalo vojenských věcí a různých raketových útoků, byl docela odolný a jak sám uvedl „*v pohodě*“. Subjektivně horší a tíživější pro něho byla

situace s přítelkyní, kterou velice miloval. V průběhu mise vycítil, že se něco děje a trápilo ho, že aktuálně nemohl nic udělat a situaci tak ovlivnit. Po návratu z mise zjistil, že je v jakémisi trojúhelníku, že přítelkyně má někoho jiného. Situace se táhle ještě dlouho po misi, kdy se nakonec rozešli.

1. *„Jak se u vojáka změnil vztahy k druhým lidem?“*

Vztahy v rodině popisoval jako bezproblémové. Vztah s maminkou měl parádní už před misí a vydrželo to až do současnosti. Stejně tak se svojí sestrou. Vztah s otcem nechtěl rozebírat, jelikož odjel na podzim do mise, a když se pak vrátil, otec zemřel. Sám mi řekl, že by se mu to těžko popisovalo, a proto jsem ho žádným způsobem nenutila. Vztahy v rodině hodnotil tak, že se misí nic nezměnilo. Vztahy s přáteli byly ovlivněny spíše rozchodem s přítelkyní, jelikož měli spoustu společných přátel. Ale ani zde neviděl souvislost mezi misí a vztahy se svými přáteli. Změnu popisoval ve vztahu k ostatním v tom smyslu, že se stal více všímavější k ostatním, že se snaží více pomoci a je ochotný více pomáhat než před misí, kdy se popisoval spíše jako chladný k ostatním. Také se změnil v reagování na různé změny ve vztahu v tom smyslu, že pokud cítí, že se něco děje, nebojí se zeptat a řeší situaci hned a nenechává to „vyhnít“, jak to dělal dříve.

2. *„Jak se u vojáka změnil zájmy?“*

Nové zájmy se u pana Štěpána neobjevily. Na druhou stranu si díky misi uvědomil, že to, co dělá, ho skutečně baví a je v tom dobrý. Začal tedy prohlubovat a rozvíjet to, co dělal již před misí. Začal se věnovat střeleckým kurzům, konkrétně lidové obranné střelbě. Také se začal učit angličtinu, jelikož zjistil, že jazyk je skutečně důležitý a mrzí ho, že na to dříve „kašlal“.

3. *„Jak se u vojáka změnilo vnímání sebe sama?“*

Pan Štěpán se popisoval jako jiný člověk, než byl před misí. Nevěděl konkrétně v čem jiný, ale rozhodně to souviselo jak s misí, tak s rozchodem, který pro něho byl skutečně těžký. Zároveň si na základě mise začal více věřit. Měl pocit, že dokáže lépe zvládat životní obtíže a že je na ně i více připravený. Také si připadal více psychicky odolnější, ale nevěděl, jestli na základě mise nebo s přibývajícím věkem.

#### 4. „*Jak se u vojáka změnilы hodnoty?*“

Hodnoty se u pana Štěpána změnilы v tom smyslu, že si více váží fungujícího vztahu a nikdy ho nebere jako samozřejmost, jako tomu bylo před misí. Více dbá i na své potřeby a přání a chce více budovat kariéru. Tyto změny souvisely s misí a s rozchodem, který zažil. Také si začal více vážit času, zároveň ho ale nedokáže lépe využívat a stále ho má nedostatek.

#### 5. „*K jakým změnám došlo v oblasti spirituality/víry?*“

Před misí se pan Štěpán dokázal určitým způsobem identifikovat s věřícími křesťany, ačkoli se považoval za ateistu. „*Dřív jsem s tím jako koketoval, ale teďka už vůbec*“. Po tom, co zažil a viděl, od toho zcela ustoupil, sice respektuje věřící i jejich víru, ale nechápe to. V poslední době se identifikoval s myšlenkou: „*na ničem nelpět, protože pokud na ničem nebude lpět, nemůže o nic přijít*“.

#### ➤ **Lukáš**

Pátým respondentem byl také muž, pan Lukáš. S panem Lukášem jsme se sešli v kavárně v místě jeho bydliště. V době rozhovoru mu bylo 35 let, měl dvě děti a byl spokojeně ženatý. Vystudoval střední odbornou školu s maturitou. U AČR složil 15. rokem a nyní pracoval u vojenské policie. Pan Lukáš absolvoval misi KFOR v Kosovu, která trvala 7 měsíců, a uběhlo od ní již 12 let. Pan Lukáš na misi působil jako řidič a spojač. Spolu s dalšími kolegy zabezpečoval veškerou komunikaci jednotek na misi, ale i spojení do České republiky.

Na otázku, zda se v misi setkal s nějakou situací/událostí, která by ho ohrožovala na životě, odpověděl, „*asi ne*“. Zažil dvě nepříjemné situace, obě dopravní nehody. První z nich byla nepříjemná, jelikož vezl 6 žen spojaček a k nehodě došlo v lese, kdy se střetli s místním „*pečuáncem*“, který si ulomil zrcátko. Nikomu se nic nestalo, ale celou situaci musela řešit policie, a to jak místní, tak vojenská. Pan Lukáš se bál, jelikož byl nucený stát v lese a čekat. Než dorazila policie, seběhlo se k místu nehody opravdu hodně místních obyvatelů, kteří na ně pokřikovali. „*To pro mě bylo takový hodně nepříjemný, že jsem nevěděl, co se stane*“. Při druhé nehodě došlo ke zranění místní policistky. Auto neřídil pan Lukáš, ale jeho kolega.

Pan Lukáš v tu dobu ještě neměl vlastní rodinu a děti, takže to pro něho bylo mnohem snazší, než kdyby měl odjet nyní, jelikož by se mu neskutečně stýskalo, a možná by ani kvůli rodině neodjel. Po celou dobu mise bojoval s pocitem nedůvěry v ostatní, myslel tím místní obyvatelé. „*Fakt jsem měl strach, protože voni se na tebe smějou haha sranda, ale nebyl sis jistej, aby ti v uvozovkách nevrátili kudlu do zad. Což pro mě bylo dost nepříjemný v tom bejt takovou dobu.*“

1. „*Jak se u vojáka změnil vztahy k druhým lidem?*“

Vztahy v rodině popisoval jako „*zajímavé*“, jelikož než nastoupil do armády, studoval vysokou školu, kterou ale po dvou semestrech ukončil. Otec se s ním od té doby nebavil a jejich vztah se tak narušil. Všechno se srovnalo, až když se pan Lukáš vrátil z mise. Vztah s otcem je od té doby výborný, tráví spolu hodně času a pan Lukáš se snaží „*vynahradiť*“ si s ním ztracený čas, kdy se spolu nebavili. S maminkou měl a stále má výborný vztah. Popisoval se jako „*maminčin mazánek*“. Také má sestru, se kterou se vztah žádným způsobem nezměnil, stále spolu vycházejí a často se navštěvují. Pan Lukáš má dva nejlepší kamarády „*na život a na smrt*“, které znal už dlouhou dobu před misí. Vztah mezi nimi se po misi nezměnil. Změnu popisoval ve vztahu k některým kolegům, kdy díky misi zjistil, že se na několik „*kluků*“ může spolehnout a přátelství, které začalo na misi, přetrvalo do současnosti. Je si jist, že kdyby se cokoliv dělo, může se na ně kdykoliv spolehnout.

2. „*Jak se u vojáka změnil zájmy?*“

Pan Lukáš předtím, než odjel na misi, často chodil na diskotéky, „*párty, hlavně blbnout a honit holky*“. Díky misi si uvědomil, že nechce celý život „*propařit*“, a když se vrátil, změnil svůj dosavadní způsob života. Rozhodl se, že se chce věnovat psování u armády a odešel k vojenské policii a skutečně se stal profesionálním psovodem. Psům se věnuje i v civilním životě. Také tvrdil, že možnosti a příležitosti leží všude okolo nás. Pokud něco chceme dělat, můžeme.

3. „*Jak se u vojáka změnilo vnímání sebe sama?*“

Pan Lukáš se před misí popisoval jako hodně veliký cholerik a „*nervák*“. Díky misi, a asi i věkem, se jeho výbušnost umírnila a snížila. Před misí byl prý „*takový mladý ucho, blázen*“ v průběhu mise si začal uvědomovat, že takový nechce být a začal si „*dávat život*“

*dohromady*“. A to tím způsobem, že se celkově zklidnil, uvědomil si, že chce rodinu a usadit se. „*K tomu uvědomění mi pomohla ta mise.*“ Pan Lukáš byl před misí velice komunikativní, otevřený a upřímný ke všem. Na misi se naučil lidem ještě více důvěřovat, ale po návratu domů zjistil, že v běžném životě takto nemůže věřit každému, jelikož se mu to párkrát vymstilo. V současné době více rozmýšlí, komu se otevře a sdělí své pocity. Díky misi se panu Lukášovi zvedlo sebevědomí a začal si více věřit. Také má pocit, že se posílila jeho psychická odolnost. Na druhou stranu popisoval, že s příchodem dětí se mu psychická odolnost částečně „*nabourala*“ a také začal být citlivější.

#### 4. „*Jak se u vojáka změnilы hodnoty?*“

Pan Lukáš si díky misi uvědomil, že nic víc kromě šťastné a zdravé rodiny nepotřebuje. „*Mám manželku, kterou miluju, a ona miluje mě. Máme dvě zdravý děti, což je prostě (odmlčení, slzy v očích) člověk víc nepotřebuje k životu. Jinak všechno ostatní se něk pofuckuje.*“ Ani peníze pro něho už nejsou tak důležitým faktorem jako dřív. Na základě toho, co viděl v misi, si začal více vážit svého života a nikdy by ho nechtěl vyměnit. Také si více váží věcí, které v dnešní společnosti bereme zcela automaticky, jako například splachovacího záchodu či sprchy. „*Opravdu lidi, který tam nebyli, tak nepochopí, jó.*“ Pro pana Lukáše se stal čas to nejdůležitější, co má. Rozhodně chce veškeré chvíle trávit s rodinou a dětmi.

#### 5. „*K jakým změnám došlo v oblasti spirituality/víry?*“

Před misí pan Lukáš nevěřil v žádnou víru, což se žádným způsobem nezměnilo. Celkově se k jakékoliv víře v Boha staví odmítavě. Popisoval se jako „*silný ateista a totální bezvěrec.*“ O duchovní svět, spiritualitu se nikdy nezajímal a ani nezajímá.

#### ➤ **Tadeáš**

Šestáým respondentem byl také muž, pan Tadeáš. S panem Tadeášem jsme se sešli v kavárně v místě jeho pracoviště. V době rozhovoru mu bylo 39 let, měl dvě děti a byl podruhé ženatý. Vystudoval střední odbornou školu zakončenou maturitou. U AČR sloužil 20. rokem. Absolvoval dvě mise KFOR, obě trvaly 7 měsíců a od poslední z nich uběhlo již 13 let. Na první misi působil jako průzkumník a řidič a na druhé jako technik roty.

Na otázku, zda se v misi setkal s nějakou situací/událostí, která ho ohrožovala na životě, odpověděl, „*jó*“. V první situaci na něho mířil Srb s kulometem na vzdálenost cca 20

metrů. Také byl součástí přestřelky se zloději dřeva. Další situace nastala, když musel projet davem rozbouřených „Albánců“, pro své družstvo, které měli evakuovat z daného místa. „*Tak tam jsem měl asi největší obavy, že nás tam upálí.*“ Pan Tadeáš se v misi setkal i se smrtí „Albánců“, když prohledával spolu se svými kolegy jejich domy. Na misi bohužel řešil i rodinné problémy, konkrétně se svojí bývalou manželkou. Bylo pro něho obtížné „*překlapnout se*“ a řešit se ženou maličkosti (kapající kohoutek), což se postupem času stalo zdrojem hádek a nepochopení. Také se mu v průběhu mise narodila dcera. Byl velice rád, že jsou manželka i dcerka v pořádku, ale nenechal se vyvést z míry. S touto skutečností počítal již při odjezdu do mise. Rozhodil ho až návrat domů, kdy mu manželka začala vyčítat, že s ní nebyl atp. Velice těžkým zážitkem byla pro pana Tadeáše vypálená škola, ve které potom měli novou základnu. Když mi pan Tadeáš vyprávěl o vyklízení školy, ohořelých dětských obrázcích atd., draly se mu do očí slzy.

*1. „Jak se u vojáka změnil vztahy k druhým lidem?“*

Pan Tadeáš neměl dobrý vztah s matkou ani s otcem. Matka se ho víceméně zřekla, jelikož se rozhodla starat o své rodiče, a tak pan Tadeáš zůstal pouze s otcem. Po čase se i s otcem vztahy určitým způsobem „*vyhrotily*“. I proto se rozhodl jít na vojenskou školu, která byla v té době značně „*izolační*“. Domů tedy od svých 14 let jezdil cca 1 za dva měsíce. Po misi se vztah s rodiči „*stabilizoval*“. Konkrétně s otcem se vztah výrazně zlepšil a byl dobrý až do jeho smrti. S matkou má vztah „*normální*“. Vztah k bratrovi popisoval jako normální, který se po misích částečně zlepšil. Cítí, že je vztah s ním lepší, ale spíše z jeho strany. To znamená, že se s ním snaží nehádat, a když cítí, že by k hádce došlo, přesune konverzaci k jinému tématu. Pan Tadeáš mnoho přátel nemá ani nikdy neměl. Důvodem je pracovní vytížení. Má ale jednoho opravdového přítele, se kterým se vztah po misích nezměnil.

*2. „Jak se u vojáka změnil zájmy?“*

Pan Tadeáš se v dětství věnoval historickému šermu a rybaření. Postupem času se začal věnovat bojovému umění, což přetrvalo až do současnosti, dokonce se stal instruktorem. Změna po misích nenastala, stále se věnuje stejným zálibám jako dřív.

### 3. „*Jak se u vojáka změnilo vnímání sebe sama?*“

Pan Tadeáš byl před misí taková „*plnička*“, splnil každý rozkaz, který dostal. Popisoval se jako méně oblíbený, jelikož nerad pil a kouřil, raději trávil čas svými koníčky a zájmy. Také byl velice zodpovědný a spolehlivý, a to jak v profesním, tak osobním životě. Na druhou stranu byl ale spíše extrovert a měl rád společnost. Po misi se pan Tadeáš uzavřel více do sebe a dle jeho slov se z něj stal introvert. Souvislost vidí mezi misí a svým sebevědomím, kdy si začal více uvědomovat své kvality, schopnosti a posílil tak své sebevědomí. Také se změnilo to, že se nebojí říci svůj názor a „*ne*“, pokud něco nechce dělat. Uvědomil si, že se nemůže zavděčit všem. Cítí, že dokáže lépe zvládat životní obtíže a je více psychicky odolnější. Slovy pana Tadeáše: „*Když nejde o život, jde o hovno.*“

### 4. „*Jak se u vojáka změnila hodnota?*“

Pan Tadeáš byl z této otázky velice rozpačitý a tvrdil, že na ni není žádná racionální odpověď. Nakonec došel k závěru, že jedinou hodnotou před misí byla hodnota „*já*“. „*V té době si myslím, že i když jsem si to třeba neuvědomoval, tak jsem byl sobecký.*“ Po misi si začal více vážit života, a uvědomil si, jak je pomíjivý a jak je jednoduché jej vzít. Uvědomil si, že jsou mnohem důležitější pěkné chvílky, například projít se v přírodě, než neustále pracovat a plnit povinnosti. Ve svém životě se od té doby snaží dělat vše proto, aby pěkné chvílky zůstaly na 1. místě.

### 5. „*K jakým změnám došlo v oblasti spirituality/víry?*“

Pan Tadeáš byl vychováván v evangelické víře. Již od dětství navštěvoval kostel, angažoval se v mládeži, jezdil na církevní tábory, jednak jako dítě a poté i jako instruktor. Před misí se považoval za silně věřícího. Víra pana Tadeáše se po misi určitým způsobem posílila. Zároveň na ní získal větší nadhled.

## ➤ **Jindřich**

Sedmým respondentem byl také muž pan Jindřich. S panem Jindřichem jsme se sešli v kavárně v místě jeho pracovního pobytu. V době rozhovoru mu bylo 42 let, měl dvě malé děti a byl ženatý. Vystudoval střední odbornou školu zakončenou maturitou. U AČR složil 14. rokem a nyní pracoval u vojenské policie. Pan Jindřich absolvoval dvě mise ISAF v Afghánistánu. První z nich trvala 6 měsíců a druhá 9 měsíců. Od poslední mise uběhlo 8



let. Na první misi působil jako průzkumník – specialista a odstřelovač, na druhé misi zastával funkci velitele družstva.

Na otázku, zda se v misi setkal s nějakou situací/událostí, která by ho ohrožovala na životě, odpověděl, „*ano, několikrát.*“ Pan Jindřich zažil sebevražedný atentát a několik útoků na základnu. „*Byl jsem zaplat' pán Bůh v kontingentech, kde jsme se vrátili všichni živí a zdraví.*“

Nepříjemná pro něho byla situace, která nastala mezi ním a některými jeho kolegy. Pan Jindřich těžko „*skousával*“ to, jak se někteří jeho spolupracovníci/kamarádi vybarvili, a teprve až na misi poznal, jací skutečně jsou. Osobní problémy ani jiné krize na misi nepocíťoval. Byl sice zadaný, ale jeho přítelkyně měla stoprocentní důvěru. Vzhledem k tomu, že neměl děti, popisoval situaci jako snazší a z tohoto důvodu bezproblémovou. Pan Jindřich se na misi setkal se smrtí hned několikrát. Viděl mrtvé civilní obyvatele i koaliční vojáky. Obtížné pro něj bylo vidět mrtvé děti. Situace, které zažil, ale vnímá pozitivně, má pocit, že ho právě tyto situace nejvíce posílily.

### 1. „*Jak se u vojáka změnil vztahy k druhým lidem?*“

Pan Jindřich popisoval vztahy s rodinou před misi jako pozitivní, pohodové, bez problémů. S rodiči i prarodiči vycházel dobře. Také má mladšího bratra, se kterým vycházel bez problémů. Po misi se vztahy mezi ním a rodinou nikterak nezměnily, stále jsou bezproblémové a pohodové. Změnilo se ale to, jak pan Jindřich svoji rodinu vnímá „*určitě si rodiny teď víc vážím, to ta mise určitě ovlivnila*“. Vztahy mezi Jindřichem a jeho civilními přáteli se nezměnily. Na základě mise změnil názor na několik kolegů, které v té době považoval za kamarády. Zjistil, že jim už nemůže věřit tak, jako dřív.

### 2. „*Jak se u vojáka změnil zájmy?*“

Zájmy a koníčky se u pana Jindřicha od dětství točily kolem armády. Vždy ho bavil sport, střelení, zajímal se i o zbraně. Mise to žádným způsobem nezměnila.

### 3. „*Jak se u vojáka změnilo vnímání sebe sama?*“

Pan Jindřich se před misemi popisoval jako sobec, který se soustředil zejména na kariéru a nehleděl tolik na příbuzné jako hledí dnes. Před misemi byl uzavřený a spoustu věcí, zejména pocitů si nechával pro sebe, což mise výrazně ovlivnilo. Své emoce začal dávat více najevo a stal se více otevřenějším ke svým blízkým. Také dává najevo své rodině více

lásky. Pokud se objeví jakýkoliv problém, neschovává své emoce a snaží se vše otevřeně řešit. Cítí se psychicky silnější, v tom smyslu, že dovede zvládat nečekané životní události a jen tak něco s ním „nezamává“. Také si začal více věřit než před misemi.

#### 4. „Jak se u vojáka změnila hodnoty?“

Pan Jindřich změnu v oblasti hodnot rozhodně zaznamenal. Díky misím si více váží rodiny, manželky a dětí a začal je stavět na první místo v jeho životě. Také pociťuje větší úctu ke svému životu a zdraví než před misemi. Díky misím si uvědomil, že je pro něho jeho okolí skutečně důležité a začal se svým blízkým více věnovat. Snaží se žít tak, aby byl přínosem i pro ostatní a vzorem pro své děti.

#### 5. „K jakým změnám došlo v oblasti spirituality/víry?“

Pan Jindřich, nebyl vychováván v žádné víře, nicméně částečně již před misemi v Boha věřil. Mise posílily jeho víru ke křesťanskému, konkrétně evangelickému náboženství. Přemýšlel i o pokřtění sebe i svých dětí. „Mise k té víře určitě napomohly, dovolím si tvrdit, že mě to k víře v Boha posunulo.“

### ➤ Alfréd

Osmým respondentem byl muž, pan Alfréd. S panem Alfrédem jsme se sešli v klidné kavárně v místě jeho bydliště. V době rozhovoru mu bylo 37 let a byl rozvedený. Alfréd vystudoval střední vojenskou školu zakončenou maturitou. U AČR sloužil 6 let. Po odchodu z AČR pracoval jako státní policista a v současné době pracoval jako profesionální řidič kamionu.

Absolvoval mise KFOR a ENDURING FREEDOM, obě mise trvaly 6 měsíců. Nicméně z druhé mise (ENDURING FREEDOM) odjel na vlastní žádost po několika týdnech. Dle jeho slov kvůli tomu, že „prokoukl“ to čemu slouží. Od poslední z nich uběhlo již 15 let. Na misích zastával funkci průzkumníka, řidiče a svářeče. Ačkoliv reálně dělal to, co bylo potřeba.

Na otázku, zda se v misi setkal s nějakou situací/událostí, která ho ohrožovala na životě, odpověděl, že ano. Ve smyslu, že nevěděl, co od koho může čekat, jelikož byl téměř každý den v kontaktu s místními obyvateli. „Tam to bylo nebezpečný v tom, že jakoby se nic nedělo, ale o to horší to pro mě bylo, jelikož to trvalo dlouho.“ Osobní problémy bohužel musel, pan Alfréd, řešit. Konkrétně s přítelkyní, se kterou v té době chodil. Omylem jí totiž

poslal sms zprávu, kterou chtěl poslat jiné ženě. Také popisoval, že se neustále cítil v „presu“ a do jisté míry bezmocný změnit situaci v Kosovu i Kuvajtu, a tak se snažil v každé volné chvíli spát. Velice nepříjemná situace pro něho nastala, když doprovázel „finančáka“ do banky, kterému dělal spolu s kolegy ozbrojený doprovod. „*A ted' si predstavte, že nás poslali bez nábojů, jenom se samopalama a s prázdnyma zásobníkama.*“ Pan Alfréd silně nesouhlasil s některými postupy v armádě, i proto později z AČR odešel.

### 1. „*Jak se u vojáka změnil vztahy k druhým lidem?*“

Pan Alfréd, popisoval vztahy v rodině, jako komplikované. Jeho rodiče se rozvedli, když mu bylo asi 11 let. Od té doby tomu bylo tak, že když vycházel s matkou hádal se s otcem a naopak. Nicméně před misí se rodinné vztahy urovnaly a pan Alfréd vycházel, jak s matkou, tak s otcem. Také má dvě mladší sestry, pro které byl spíš jako rodič, jelikož je musel často hlídat a starat se o ně. Po misi se jeho vztah k rodičům ani k sestrám nezměnil. V současné době se s otcem nebaví a s matkou vychází „*tak nějak normálně*“. Pan Alfréd měl před druhou misí přítelkyni se kterou se oženil po návratu z mise. Vztah k ní se na základě mise nijak nezměnil. Vztah ke svým přátelům se také nezměnil. „*Jsou lidi, který vijou, kde mám klíče od baráku a můžou kdykoliv přijít.*“ Tvrdil, že v oblasti vztahů se nic nezměnilo.

### 2. „*Jak se u vojáka změnil zájmy?*“

Pan Alfréd, hrál fotbal, hodně četl a zajímal se o politiku. Díky misi se začal ještě více zajímat o politické dění a snaží se být v této oblasti aktivní. Také se považoval a stále považuje za nacionalistu. Vnímá se jako silný vlastenec a rád by změnil politickou situaci, která v České republice panuje. V tomto ohledu je velice aktivní.

### 3. „*Jak se u vojáka změnilo vnímání sebe sama?*“

Pan Alfréd se považuje za hodně tvrdohlavého člověka, takový byl prý už od dětství. Před misí byl spíše uzavřený a své pocity si nechával pro sebe. Zřejmě misí, ale i jinými okolnostmi (věkem, jinými zážitky) se v tomto ohledu změnil a k lidem je více otevřenější. Také se díky misi cítí více průbojný a psychicky odolnější vůči nečekaným životním událostem.

#### 4. „*Jak se u vojáka změnilы hodnoty?*“

Pan Alfréd mezi své hodnoty řadil zejména spravedlnost, vlastenectví, rodinu a svoji dceru. Změnu v oblasti hodnot popíral. Tvrdil, že zmíněné hodnoty se misí nijak nezměnily.

#### 5. „*K jakým změnám došlo v oblasti spirituality/víry?*“

Pan Alfréd vlastními slovy popsal své vnímání víry takto: „*Nevěřím v dědečka s šedým fousem na obláčku, to né. Ale věřím tomu, že jsme mravenci v nějakým tom terárku a někdo nad námi je.*“ Na misi začal číst bibli a hledat v ní odpovědi a rady. Právě v Kosovu začal víru v Boha vnímat jinak než dřív a zalíbilo se mu pravoslavné náboženství.

#### ➤ **Dušan**

Devátým respondentem byl muž pan Dušan. S panem Dušanem jsme se sešli v klidné kavárně v místě jeho bydliště. V době rozhovoru mu bylo 62 let a byl podruhé ženatý. Pan Dušan má tři dospělé syny. Vystudoval vojenskou vysokou školu zakončenou inženýrským titulem. V AČR sloužil 30 let.

Pan Dušan absolvoval jednu misi SFOR, která trvala 9 měsíců. Na misi zastával pozici důstojníka. Jeho úkolem bylo přijímat hlášení od jednotlivých jednotek, a pokud se dělo něco mimořádného, vydával společně s dalšími důstojníky opatření. Také jezdil na kontroly jednak k místním obyvatelům, ale také na kontroly vlastních jednotek. Od mise uběhlo již 20 let. Po odchodu z AČR se stal ředitelem domova důchodců a v současné době je v důchodu.

Na otázku, zda se v misi setkal s nějakou situací/událostí, která ho ohrožovala na životě, odpověděl, že přímo taková situace asi nenastala. Ovšem po celou dobu pobytu si byl vědom rizika, které hrozilo. Často se mu hlavou honily myšlenky, co všechno se může stát, když například jezdil na kontroly k místním obyvatelům, nebo když přejížděli z bodu A do bodu B. Plně si uvědomoval, že může být někde schovaný odstřelovač, mina atd. Velice nepříjemný až traumatizující byl pro pana Dušana samotný příjezd na místo. Jednak když přilétali do místa určení, začala veliká bouřka, „*jako už tam jsme si zažili svoje, protože to bylo malý letadlo*“. Na pana Dušana působilo samotné místo pobytu velice negativně: „*Tam na mě působilo depresivně, že tam byly třeba holý zdi baráků, zříceniny, jenom komín třeba, několik vypálených baráků. Pak zas barák, který nevypadal o moc líp než ty předchozí, ale bylo vidět, že tam svítí světýlko, že tam někdo je jako prostě...*“

Se smrtí se, pan Dušan, setkal pouze zprostředkovaně, když dostával hlášení od jednotek. Žádné osobní problémy či trápení nemusel řešit. Nicméně popisoval, že se mu velice stýskalo po ženě i celé rodině.

1. „*Jak se u vojáka změnil vztahy k druhým lidem?*“

Pan Dušan, žil se svými rodiči do 15 let, poté odešel na střední školu na Slovensko. Od té doby jezdil za rodiči velice málo, zejména kvůli škole. Nicméně před samotnou misí měl s rodiči dobrý vztah, s otcem vycházel velice dobře, s matkou tak nějak normálně. Otec pana Dušana zemřel již před misí. Po misí se vztah k matce a k bratrovi žádným způsobem nezměnil. Jeho vztahy s kamarády se také nezměnily. Díky misí poznal mnoho nových přátel a s některými je stále v kontaktu. Také popisoval, že s kamarády z armády mají daleko bližší, vřelejší a takový upřímnější vztah než s civilními kamarády. To se misí výrazně změnilo, jelikož spolu prožili téměř celý rok. Na pana Dušana silně působil fakt, že byl velice dlouhou dobu bez rodiny. Uvědomil si, že bez nich „dokáže přežít“, ale také to, že se neskutečně rád vrátí. „*Myslím si, že to posílilo tu radost být s těma blízkějma.*“ Mise určitým způsobem posílila vztah s manželkou a on si začal více vážit toho, co má, tedy manželky, dětí, celkově své rodiny. Vztah k ostatním lidem se změnil, v tom smyslu, že se dokáže více vcítit do druhých.

2. „*Jak se u vojáka změnil zájmy?*“

Pan Dušan měl od dětství velice rád sporty různého druhu, fotbal, atletiku, volejbal a další. Misí se na tom nic nezměnilo. I v současné době si rád zahraje volejbal či tenis. Ovšem vzhledem k věku už to není tak často. Mise ho „*nakopla*“ v učení angličtiny, kdy si uvědomil, že je jazyk skutečně důležitý a začal se zdokonalovat.

3. „*Jak se u vojáka změnilo vnímání sebe sama?*“

Pan Dušan popisoval, že mise rozhodně posílila jeho zodpovědnost a také sebedůvěru. „*Myslím si, že jsem si sám v sobě v těch očích povyrost. Hodnotím to tak, že prostě jsem to přežil ve zdraví a už to má pozitivní vliv jako.*“ Zároveň vnímá, že mise určitým způsobem zapůsobila na jeho psychickou odolnost a v současné době se cítí více psychicky odolnější.

#### 4. „Jak se u vojáka změnilы hodnoty?“

Pro pana Dušana byla již před misí důležitá rodina, manželka, jelikož o první rodinu přišel. Po misi hodnota rodiny ještě více zesílila. Začal si více vážit toho, co má, rodiny, přátel, ale i zdraví. Také obyčejných věcí, například chleba, krajiny či bezpečí. Celkově si začal více vážit života, který žije.

#### 5. „K jakým změnám došlo v oblasti spirituality/víry?“

Pan Dušan již před misí nevěřil v Boha a nevyznával žádnou víru. Tento postoj zastával již od dětství a misí se nic nezměnilo. „Říkám si prostě, kdyby ten Bůh existoval, tak nedopustí tohleto. A bohužel to jsem tam viděl.“

#### ➤ **Kristián**

Desátým respondentem byl také muž, pan Kristián. S panem Kristiánem jsme se sešli v klidné kavárně v místě jeho pracoviště. V době rozhovoru mu bylo 50 let a byl po druhé ženatý. S první ženou měl dvě dcery a se současnou ženou měl tři dcery a jednoho syna. Vystudoval vysokou školu, obor všeobecné vojenské lékařství, zakončenou titulem MUDr. Pan Kristián absolvoval několik misí: 2x SFOR, 1x ISAF, 1x KFOR a 1x IRAQI FREEDOM, od poslední z nich uběhlo 13 let. Na první misi pracoval jako lékař, na dalších jako náčelník polní nemocnice, velitel kontingentu, zdravotní poradce velitele brigády. V současné době již v AČR nepůsobil a pracoval jako záchranář.

Pan Kristián byl několikrát vystaven situaci, která ho ohrožovala na životě. Jednak popisoval odstřelování základny fosforovými raketami v Afghánistánu. Zmíněné rakety jednak vybuchovaly a jednak zapálily všechno kolem. Ovšem jako nejnebezpečnější popisoval situaci, která nastala v misi KFOR, tedy v Kosovu. „Tam to byla 3 denní reálná válka se vším všudy.“ Pan Kristián měl na starosti zdravotnické zabezpečení celé brigády. Situaci popisoval jako velice hektickou a vypjatou, jelikož se z „klidné“ mise stala ze dne na den skutečná válka. Zároveň jezdil na pozice jednotek, kde ošetřoval zraněné vojáky, zde se setkal i s mrtvými vojáky. Pan Kristián danou situaci dokreslil vlastními slovy takto: „Tak tam to bylo takový to, že nevíte, jestli to dostanete nebo ne. Jako že by Vám někdo držel pistoli u hlavy to ne. Ale je to tak jako když prostě jde jednotka do útoku a někoho trefí, někoho ne. Tak asi tento způsob, protože tam fungovali odstřelovači a další věci, takovýdle ty zrádný, minomety, polotěžký zbraně, tak jako tam nevíte.“

Jako těžké a nepříjemné zážitky popisoval každé zranění „z *vlastních řad*“, obzvláště pak zranění smrtelná. Velice těžký pro něho byl zážitek, kdy ošetřoval svého kamaráda, který byl smrtelně zraněný granátem, který se snažil zneškodnit. „*Dneska ho máte vedle sebe živýho a zdravýho a najednou není. Jako asi jeho štěstí, že to nepřežil, protože to si neumím představit, jak by ten život vypadal potom. Nejhorší je, že potom člověk ztrácí takový ten nadhled, jako ten odbornej.*“

V misi ISAF v Afghánistánu bohužel pan Kristián řešil i osobní komplikace. Jeho starší dcera, v té době jí bylo 8 let, velice špatně nesla, že je otec takovou dobu pryč a začala mít zdravotní problémy, které se lékařsky nijak nevysvětlily. Dokonce byla i hospitalizovaná v nemocnici. „*Jako já už tak nějak tušil, odkud vítr vane, co je za problém. Naštěstí to bylo úplně v závěru té mise, že jsem věděl, že ten konec se blíží.*“ Po návratu pana Kristiána se její zdravotní stav upravil a výrazně zlepšil, i proto pan Kristián tvrdil, že na mise by měli jezdit pouze svobodní a bezdětní vojáci.

#### 1. „*Jak se u vojáka změnil vztahy k druhým lidem?*“

Pan Kristián popisoval vztahy v původní rodině jako bezproblémové až nadstandardní. Rozuměl si jak s matkou, tak s otcem. Vztah se svojí sestrou popisoval jako „*těžce nadstandardní*“. Tvrdil, že byli až „*patologicky souznící dvojice*“. Žádné změny ve vztahu k rodičům ani k sestře nepocítil. Ovšem změnu cítil ve vztahu ke svojí vlastní rodině. Díky misi si uvědomil, že nejdůležitější je rodina a jeho děti. Před misí totiž upřednostňoval kariéru a celkově práci a neuvědomoval si, že tím trpí jeho vlastní rodina. Výraznou změnu popisoval ve vztahu k dětem. Uvědomil si, že být s dětmi je „*skutečný základ, že to je extrémně důležitá věc.*“

#### 2. „*Jak se u vojáka změnil zájmy?*“

Hlavním zájmem pana Kristiána byla práce, která ho bavila a stále baví. Také se zajímal o zbraně, bavila ho střelba, turistika a celkově příroda. V tomto ohledu se u něho nic nezměnilo. Co se ale díky misi změnilo, byl jeho názor na život. Uvědomil si, čemu sloužil a že toho (armády) nechce být součástí. V podstatě se mu „*zbořil*“ jeho ideál, který odjakživa měl. Díky misím se začal zajímat o politické dění.

### 3. „*Jak se u vojáka změnilo vnímání sebe sama?*“

Pan Kristián se po všech misích, které absolvoval, vnímal pořád stejně. Vždy se považoval za společenského člověka, neměl problém navázat kontakt s cizími lidmi, a to například i na misích s místními obyvateli. Považuje se za klidného a vyrovnaného člověka, ale jen do určité doby, než ho něco skutečně „vytočí“. Těžko řeší konflikty v osobním životě. „*To já nesnáším úplně bytostně.*“ Pan Kristián se ve svém životě řídí svým svědomím „*já musím mít pocit, že nedělám nějaký svihárný.*“ Zmíněné charakteristiky se u pana Kristiána nezměnily. Díky misím, ale i věkem a zkušenostmi u pana Kristiána, „*přibylo diplomacie a nadhled na věci.*“ Popisoval, že se misí určitě něco změnilo, ale nedokázal konkrétně říci, co. Nakonec to popsal takto: „*Že s takového toho trubcového pohledu na život, co řeším a tak, že to teď vidím z jiné perspektivy ty věci.*“ U pana Kristiána se výrazně změnilo vnímání života. Dříve si myslel, že se má každý věnovat své práci, rodině, a tak nějak si žít ten svůj život. Díky misím ale změnil názor a uvědomil si, že i obyčejní lidé by měli být aktivní a zajímat se o náš národ, o naši zem. Také popisoval, že se stal více psychicky odolnějším „*Je to tak, že co tě nezabije, to tě posílí, to prostě platí.*“

### 4. „*Jak se u vojáka změnilo hodnoty?*“

Před misí pan Kristián jednoznačně preferoval práci a kariéru. „*Chtěl jsem být v tom svém oboru dobřej. To jsem hodně upřednostňoval. No a dneska to chci pořád, ale už to pro mě není největší priorita no.*“ Nejvyšší prioritou se u něho stala zdravotní stránka a jednoznačně jeho rodina, manželka a děti. „*Děti jsou velká priorita, to, co člověk ztratí, to už s nima nikdy nedožene.*“ Zmíněné změny priorit v jeho životě rozhodně souvisí s misemi, na kterých byl. V souvislosti s tím, co viděl a zažil, si začal více vážit míru, který v naší zemi máme. Také možnosti vychovávat své děti v klidném a bezpečném prostředí. „*Aby nepoznaly takový hrůzy, jak jsou někde jinde, to bych řekl, že je hlavní priorita.*“

### 5. „*K jakým změnám došlo v oblasti spirituality/víry?*“

Rodiče, pana Kristiána byli vychováni v katolické víře, stejně jako on. Nicméně cestu k Bohu si našel sám až v průběhu času. „*U mě se to vyvíjelo vlastně i s tím poznáním a hlavně s tou medicínou bych řekl, protože já jsem k tomu jakoby, dospěl.*“ Mise jeho víru v Boha svým způsobem upevnily. Výraznou změnu ale nepocítil.



## 9.2. Dotazník posttraumatického rozvoje

Před samotným zahájením interview každý respondent vyplnil českou verzi dotazníku PTGI upravenou panem M. Preissem, J. Krutišem a J. Marešem (2008).

Dotazník slouží pro srovnání výsledků s interview. Vzhledem k tomu, že k dotazníku nejsou vytvořené žádné normy, v hodnocení respondentů vycházím ze studie amerických autorů Tedeschiho a Calhouna (2004). Dle nich jedinci (muži), kteří vykazují posttraumatický rozvoj, dosahují následujících průměrných hodnot v jednotlivých faktorech (tabulka 3).

Tabulka č. 3: Průměrné hodnoty v dotazníku PTGI

<b>Vztahy s druhými</b>	23
<b>Nové možnosti</b>	18
<b>Osobnostní růst</b>	15
<b>Spirituální změna</b>	5
<b>Ocenění života</b>	11
<b>Celkem</b>	74

V hodnocení respondentů se odkazují na tyto hodnoty, dle nich pak zvažují, zda se posttraumatický rozvoj dostavil či nikoliv. Nicméně musíme mít stále na paměti, že dané hodnoty jsou pouze orientační, vzhledem k tomu, že je posttraumatický rozvoj velice individuální.

1. faktor: „*vztahy s druhými*“

Pan Jakub získal v tomto faktoru 8 bodů, Antonín 0, Jáchym 10, Štěpán 13, Tadeáš 3, Jindřich 6, Alfréd 17. Tito respondenti, dle dotazníku PTGI, v této oblasti nedosahují posttraumatického rozvoje. Respondent Kristián získal 20 bodů, což se blíží průměrné hodnotě 23, v tomto případě lze usuzovat na částečný rozvoj v dané oblasti. Pan Lukáš a Dušan získali stejný počet bodů – 28, což ukazuje na posttraumatický rozvoj.

2. faktor: „*nové možnosti*“

Pan Jakub získal v tomto faktoru 8 bodů, Antonín 2, Jáchym 6, Štěpán 2, Lukáš 6, Tadeáš 1, Jindřich 2, což je pod průměrnou hodnotou 18. Posttraumatický rozvoj v této oblasti se u nich nedostavil. U pana Kristiána lze usuzovat na částečný posttraumatický rozvoj

v této oblasti, jelikož získal 17 bodů. Pan Alfréd a Dušan získali 18 bodů, což potvrzuje posttraumatický rozvoj.

### 3. faktor: „*osobnostní růst*“

Pan Jakub získal v této oblasti 9 bodů, Antonín 2, Jáchym 8, Štěpán 10, Tadeáš 8, Jindřich 6. U těchto respondentů se posttraumatický rozvoj nedostavil. U pana Lukáše, Alfréda a Kristiána můžeme pozorovat částečný posttraumatický rozvoj, jelikož se jejich získané hodnoty (12 bodů) blíží k průměrné hodnotě 15. Pan Dušan získal 16 bodů, v tomto případě můžeme říci, že se posttraumatický rozvoj dostavil.

### 4. faktor: „*spirituální změna*“

Pan Antonín, Jáchym, Štěpán a Lukáš získali v této oblasti 0 bodů, Jindřich a Alfréd 2 body. U těchto respondentů se posttraumatický rozvoj nedostavil. U pana Jakuba a Dušana můžeme pozorovat částečný rozvoj, jelikož se jejich hodnoty (3 body) blíží k průměrné hodnotě 5. Pan Kristián získal 6 bodů, Tadeáš 8, což ukazuje na posttraumatický rozvoj v této oblasti.

### 5. faktor: „*ocenění života*“

Pan Jakub a Alfréd získali v této oblasti 5 bodů, Antonín, Štěpán a Jindřich 3, Jáchym 7, Lukáš a Tadeáš 8 bodů. U těchto respondentů se posttraumatický rozvoj nedostavil. Pan Kristián získal 10 bodů, což se blíží průměrné hodnotě 11 a lze pozorovat částečný rozvoj. Pan Dušan získal 13 bodů, což znamená, že se u něho posttraumatický rozvoj dostavil.

Celkově v 1. faktoru (vztahy s druhými) i v 2. faktoru (nové možnosti) dosáhli posttraumatického rozvoje tři respondenti. U 3. faktoru (osobnostní růst) a 4. faktoru (spirituální změna) se posttraumatický rozvoj objevil u 4 respondentů. V případě 5. faktoru (ocenění života) posttraumatický rozvoj zaznamenali pouze 2 respondenti.

V dotazníku PTGI dosahují posttraumatického rozvoje ti jedinci, kteří celkově získali alespoň 74 bodů z maxima 105 bodů. Podle tohoto hodnocení posttraumatického rozvoje dosáhl pouze jeden respondent (Dušan), který celkově získal 78 bodů. Hranici 74 bodů se blíží také respondent Kristián, který získal 65 bodů, i zde tedy můžeme usuzovat na částečný rozvoj. U ostatních respondentů se posttraumatický rozvoj dle dotazníku

neprojevil. Jejich hodnoty byly následující: Jakub – 33, Antonín – 7, Jáchym – 31, Štěpán a Tadeáš – 28, Lukáš a Alfréd – 54 a Jindřich – 19 bodů.

Souhrn získaných hodnot v jednotlivých faktorech u jednotlivých respondentů uvádím v příloze č. 9.

## 10. Interpretace výsledků

V předchozí kapitole jsem nastínila výsledky všech 10 respondentů, z interview i z dotazníku PTGI. Nyní zodpovím jednotlivé výzkumné otázky u každého respondenta, poté data všech respondentů propojím a poukážu na podobnosti, souvislosti napříč respondenty.

Pro lepší orientaci, uvádím znovu výzkumné otázky:

1. „*Jak se u vojáka změnilo vztahy k druhým lidem?*“
2. „*Jak se u vojáka změnilo zájmy?*“
3. „*Jak se u vojáka změnilo vnímání sebe sama?*“
4. „*Jak se u vojáka změnilo hodnoty?*“
5. „*K jakým změnám došlo v oblasti spirituality/víry?*“

### ➤ **Jakub**

Pan Jakub zážitky v misích částečně vnímal jako stresující až traumatizující. Subjektivně pociťoval malou změnu v důsledku mise. V oblasti vztahů s druhými došlo ke změně (více si váží své rodiny – matky, otce, bratra). V oblasti zájmů k žádné změně nedošlo. V oblasti vnímání sebe sama se určitá změna projevila (začal být více důsledný v činnostech, zvýšila se jeho psychická odolnost). Změny v oblasti hodnot a spirituality se neprojevily. Vzhledem k výzkumným otázkám se posttraumatický rozvoj dostavil v malé míře, ve dvou oblastech – vztahy s druhými a vnímání sebe sama. Dle dotazníku PTGI se částečný posttraumatický rozvoj dostavil pouze v oblasti spirituální změna.

### ➤ **Antonín**

Pan Antonín zážitky v misích nevnímal jako stresující či traumatizující. Subjektivně nepociťoval výraznou změnu ve svém životě, v souvislosti s misemi. V oblasti vztahů s druhými došlo spíše k negativní změně (nedůvěřuje ostatním tak, jako dříve). V oblasti zájmů k žádné změně nedošlo. V oblasti vnímání sebe sama se určitá změna dostavila (je více všímavým k okolnímu světu, více si užívá svého života a umí lépe využít čas, který má k dispozici, zvýšila se jeho sebedůvěra a psychická odolnost). Hodnoty se změnilo výrazně (více si váží běžných věcí – přírody, čistoty, zdravotnictví atp.). V oblasti spirituality/víry došlo spíše k negativní změně. Uvědomil si, že lidé jsou schopni zabíjet kvůli víře, s čímž byl v rozporu. Vzhledem k výzkumným otázkám se posttraumatický

rozvoj dostavil ve dvou oblastech – vnímání sebe sama a hodnoty. Dle dotazníku PTGI se posttraumatický rozvoj nedostavil v žádné z 5 oblastí.

#### ➤ **Jáchym**

Pan Jáchym zážitky v misích nevnímal jako stresující či traumatizující. Celkově cítil malou změnu v důsledku mise. V oblasti vztahů s druhými došlo k určité změně (druhým lidem se nebojí říci svůj názor a stojí si za ním, získal nová a pevná přátelství, je tolerantnější, snaží se více pomáhat druhým a cítí, že s druhými více soucítí). Změnilo se i to, jak vnímá konflikty a problémy s druhými (snaží se druhým více porozumět). V oblasti zájmů nezaznamenal žádnou změnu. V oblasti vnímání sebe sama se změna dostavila (více o sebe pečuje, více si věří a má vyšší sebevědomí, snaží se dávat najevo své pocity, dovede lépe zvládat životní obtíže a cítí se více psychicky odolnější). Objevil u sebe novou vlastnost – svědomitost. V oblasti hodnot a spirituality/víry se v souvislosti s misí nic nezměnilo. Vzhledem k výzkumným otázkám se posttraumatický rozvoj dostavil ve dvou oblastech – vztahy s druhými a vnímání sebe sama. Dle dotazníku PTGI se rozvoj nedostavil v žádné z 5 oblastí.

#### ➤ **Štěpán**

Pan Štěpán zážitky v misích vnímal jako stresující až traumatizující. Cítil určitou změnu v důsledku mise. V oblasti vztahů s druhými došlo ke změně (k ostatním lidem je všímavější a snaží se více pomáhat, problémy v jakémkoliv vztahu neodkládá a řeší ihned). V oblasti zájmů ke změně také došlo (své zájmy začal prohlubovat, a také se začal věnovat angličtině). V oblasti vnímání sebe sama došlo k výrazné změně (popisoval se jako jiný člověk, začal si více věřit, také cítil, že je lépe připravený na nečekané životní události a že je zároveň dokáže lépe zvládat, zvýšila se jeho psychická odolnost). V oblasti hodnot došlo ke změně (více si váží fungujícího vztahu a nebere ho jako samozřejmost, začal více upřednostňovat své zájmy a kariéru, více si váží času, který má). V oblasti spirituality/víry došlo k negativní změně (od křesťanské víry zcela ustoupil). Vzhledem k výzkumným otázkám se posttraumatický rozvoj dostavil ve čtyřech oblastech – vztahy s druhými, zájmy, vnímání sebe sama a hodnoty. Dle dotazníku PTGI se rozvoj nedostavil v žádné z 5 oblastí.

### ➤ **Lukáš**

Pan Lukáš zážitky v misích vnímal jako stresující až traumatizující. Cítil značnou změnu v důsledku mise. V oblasti vztahů s druhými zaznamenal výraznou pozitivní změnu (zlepšil se vztah s otcem, získal nová pevná přátelství). Interview odkrylo výraznou změnu v oblasti zájmů (změnil svůj dosavadní způsob života, rozhodl se věnovat profesionálnímu psování). V oblasti vnímání sebe sama došlo k několika změnám (snížila se jeho výbušnost, usadil se, zvýšilo se jeho sebevědomí, cítí, že je psychicky odolnější). Došlo ale i k negativní změně (je uzavřenější vůči okolí). V oblasti hodnot došlo k výrazné změně (rodinu staví na první místo, více si váží svého života a běžných věcí, které máme k dispozici – toalety, sprchy...). V oblasti spirituality/víry nedošlo k žádné změně. Vzhledem k výzkumným otázkám se posttraumatický rozvoj dostavil ve čtyřech oblastech – vztahy s druhými, zájmy, vnímání sebe sama a hodnoty. Dle dotazníku PTGI se posttraumatický rozvoj dostavil v oblasti vztahů s druhými a částečně i v oblasti osobnostního růstu.

### ➤ **Tadeáš**

Pan Tadeáš zážitky v misích vnímal jako stresující až traumatizující. Cítil značnou změnu v důsledku mise. V oblasti vztahů s druhými došlo ke změnám (výrazně se zlepšil vztah s otcem, částečné zlepšení vztahu zaznamenal i směrem k bratrovi). V oblasti zájmů se nic nezměnilo. V oblasti vnímání sebe sama došlo také ke změnám (nebojí se říci svůj názor, má vyšší sebevědomí, dokáže lépe zvládat životní obtíže, je více psychicky odolnější). V této oblasti došlo i k negativní změně (více se uzavřel do sebe a stal se z něho spíše introvert a samotář). V oblasti hodnot došlo ke značné změně (více si váží svého života a pěkných chvil v něm). V oblasti spirituality/víry se změny také projeví (posílení víry). Vzhledem k výzkumným otázkám se posttraumatický rozvoj dostavil ve čtyřech oblastech – vztahy s druhými, vnímání sebe sama, hodnoty a spiritualita/víra. Dle dotazníku PTGI se posttraumatický rozvoj dostavil v oblasti spirituální změny.

### ➤ **Jindřich**

Pan Jindřich zážitky v misích částečně vnímal jako stresující až traumatizující. Cítil také značnou změnu v důsledku mise. V oblasti vztahů s druhými se výrazně změnilo vnímání vlastní rodiny (více si váží rodiny). Došlo i k negativní změně ve vztahu s kolegy (snížila se důvěra mezi nimi). V oblasti zájmů nebyla zaznamenána žádná změna. Změna proběhla

v oblasti vnímání sebe sama (je otevřenější k druhým, více sděluje své emoce a vyjadřuje lásku k rodině, zvýšila se schopnost zvládat nečekané životní události a situace, také si více věří). Výraznou změnu zaznamenal v oblasti hodnot (rodinu staví na první místo, pociťuje větší úctu k životu, více si váží zdraví, více se věnuje svým blízkým). V oblasti spirituality/víry se určitá změna také dostavila (mise posílily jeho víru v Boha, přemýšlel o pokřtění sebe i svých dětí). Vzhledem k výzkumným otázkám se posttraumatický rozvoj dostavil ve čtyřech oblastech – vztahy s druhými, vnímání sebe sama, hodnoty a spiritualita/víra. Dle dotazníku PTGI se posttraumatický rozvoj nedostavil v žádné z 5 oblastí.

#### ➤ **Alfréd**

Pan Alfréd zážitky v misích nevnímal jako stresující či traumatizující. Nezaznamenal výraznou změnu v důsledku misí. V oblasti vztahů s druhými nedošlo k žádné změně. V oblasti zájmů proběhla zajímavá změna (více se zajímá o politické dění a je v této problematice aktivní). Změna proběhla i v oblasti vnímání sebe sama (k ostatním je otevřenější, cítí se více průbojný a psychicky odolnější). V oblasti hodnot nedošlo k žádné změně. Určitá změna nastala i v oblasti spirituality/víry (částečně se přiklonil k pravoslavnému náboženství). Vzhledem k výzkumným otázkám se posttraumatický rozvoj dostavil ve třech oblastech – zájmy, vnímání sebe sama a spiritualita/víra. Dle dotazníku PTGI se posttraumatický rozvoj dostavil v oblasti nových možností a částečně v oblasti osobnostního růstu.

#### ➤ **Dušan**

Pan Dušan zážitky v misích vnímal jako stresující až traumatizující. Cítil značnou změnu v důsledku mise. V oblasti vztahů s druhými došlo k několika změnám (vztahy mezi ním a kolegy přerostly v celoživotní přátelství, více si váží rodiny a přátel, dokáže se více vcítit do druhých). V oblasti zájmů zaznamenal mírnou změnu (začal se více věnovat angličtině). Značná změna proběhla i v oblasti vnímání sebe sama (zvýšila se jeho zodpovědnost, sebedůvěra a psychická odolnost). Výraznou změnu zaznamenal v oblasti hodnot (rodinu staví na první místo, více si váží svého zdraví a života, míru, bezpečí, ale i obyčejných věcí – chleba, přírody atp.). V oblasti spirituality/víry se nedostavila žádná změna. Vzhledem k výzkumným otázkám se posttraumatický rozvoj dostavil ve čtyřech oblastech – vztahy s druhými, zájmy, vnímání sebe sama a hodnoty. Dle dotazníku PTGI se posttraumatický

rozvoj dostavil ve všech měřených oblastech (vztahy s druhými, nové možnosti, osobnostní růst, spirituální změna, ocenění života).

### ➤ **Kristián**

Pan Kristián zážitky v misích vnímal jako stresující až traumatizující. Cítil změnu v důsledku misí. V oblasti vztahů s druhými došlo k výrazné změně (více se věnuje rodině, děti jsou pro něho to nejdůležitější). V oblasti zájmů došlo k výrazné změně (začal se zajímat o politické dění a být v této oblasti aktivní). Změna proběhla i v oblasti vnímání sebe sama (naučil se větší diplomacii, získal na věci určitý nadhled, změnil pohled na život jako takový, uvědomil si, že i on musí být aktivní a zajímat se o náš národ, cítil, že je více psychicky odolnější). Výraznou změnu zaznamenal v oblasti hodnot (prioritou se pro něho stalo jeho zdraví, rodina a děti, více si váží míru a bezpečí v naší zemi). V oblasti spirituality/víry se určitá změna také dostavila (mise posílily a zpevnily jeho víru v Boha). Vzhledem k výzkumným otázkám se posttraumatický rozvoj dostavil ve všech pěti oblastech – vztahy s druhými, zájmy, vnímání sebe sama, hodnoty a spiritualita/víra. Dle dotazníku PTGI se posttraumatický rozvoj dostavil ve všech měřených oblastech (vztahy s druhými, nové možnosti, osobnostní růst, spirituální změna, ocenění života).

Následující tabulka č. 4 shrnuje, u koho a v jaké oblasti se dle interview posttraumatický rozvoj dostavil (+) a u koho nikoliv (-).

*Tabulka č. 4: Posttraumatický rozvoj u jednotlivých respondentů dle interview*

<b>Respondent</b>	<b>Vztahy s druhými</b>	<b>Nové možnosti</b>	<b>Osobnostní růst</b>	<b>Spirituální změna</b>	<b>Ocenění života</b>
<b>Jakub</b>	+	-	+	-	-
<b>Antonín</b>	-	-	+	-	+
<b>Jáchym</b>	+	-	+	-	-
<b>Štěpán</b>	+	+	+	-	+
<b>Lukáš</b>	+	+	+	-	+
<b>Tadeáš</b>	+	-	+	+	+
<b>Jindřich</b>	+	-	+	+	+
<b>Alfréd</b>	-	+	+	+	-
<b>Dušan</b>	+	+	+	-	+
<b>Kristián</b>	+	+	+	+	+



V tabulce č. 5 shrnuji, u koho a v jaké oblasti se dle dotazníku PTGI posttraumatický rozvoj dostavil (+) a u koho nikoliv (-).

Tabulka č. 5. Posttraumatický rozvoj u jednotlivých respondentů dle dotazníku PTGI

<b>Respondent</b>	<b>Vztahy s druhými</b>	<b>Nové možnosti</b>	<b>Osobnostní růst</b>	<b>Spirituální změna</b>	<b>Ocenění života</b>
<b>Jakub</b>	-	-	-	+	-
<b>Antonín</b>	-	-	-	-	-
<b>Jáchym</b>	-	-	-	-	-
<b>Štěpán</b>	-	-	-	-	-
<b>Lukáš</b>	+	-	+	-	-
<b>Tadeáš</b>	-	-	-	+	-
<b>Jindřich</b>	-	-	-	-	-
<b>Alfréd</b>	-	+	+	-	-
<b>Dušan</b>	+	+	+	+	+
<b>Kristián</b>	+	+	+	+	+

Ačkoliv je posttraumatický rozvoj zcela individuální záležitostí, z interview se vynořilo několik podobností mezi případy, které zde v krátkosti prezentuji.

V případě 1. výzkumné otázky: „*Jak se u vojáka změnil vztahy k druhým lidem?*“ se ukazuje, že jedinci, kteří do mise šli jako zadaní či ženatí, vykazují posttraumatický rozvoj v této oblasti až na jednu výjimku, pana Antonína, který zadaný byl a změnu v této oblasti nepopisoval. Také u respondentů, kteří popisovali problémové vztahy v rodině před misí, došlo k pozitivní změně v této oblasti. Konkrétně u dvou respondentů (Lukáše a Tadeáše) došlo ke zlepšení vztahu s otcem, se kterým měli před misí značně problematický vztah. Nutné je ale podotknout, že pokud problémy v rodině byly značné, jako v případě pana Alfréda, k posttraumatickému rozvoji v této oblasti nedošlo. Dva respondenti (Jáchym, Štěpán) začali díky misi více pomáhat druhým lidem. U dvou respondentů (Antonína a Jindřicha) došlo k negativní změně a to takové, že nedůvěřují ostatním lidem tolik, jako tomu bylo před misí.

V případě 2. výzkumné otázky: „*Jak se u vojáka změnil zájmy?*“ došlo u dvou respondentů (Alfréda a Kristiána) k výrazné změně. Tito respondenti se díky misi začali zajímat o politické dění naší země a být v této oblasti velice aktivní. Z důvodů zachování anonymity nemohu dále popisovat konkrétní aktivity těchto respondentů. Zmíněná změna u obou respondentů nastala po tom, co „*prokoukli*“ to, čemu sloužili. U dvou respondentů

došlo k rozvíjení zájmu o anglický jazyk, jelikož si díky misi uvědomili, že cizí jazyk je v dnešní době velice důležitý.

V souvislosti se 3. výzkumnou otázkou: „*Jak se u vojáka změnilo vnímání sebe sama?*“ interview ukázalo, že u všech deseti respondentů došlo k výrazné změně v oblasti vnímání vlastní psychické odolnosti. Bez ohledu na to, co respondenti na misi prožili, všichni se s odstupem času vnímali jako více psychicky odolnější. V souvislosti se situacemi, které na misi vojáci prožili, došlo u šesti respondentů ke zvýšení sebedůvěry a třem respondentům se zvýšilo sebevědomí. Tři respondenti začali být otevřenější ke svému blízkému okolí a dávat najevo své emoce. U dvou respondentů došlo k negativní změně – více se uzavřeli do sebe před svým okolím.

U 4. výzkumné otázky: „*Jak se u vojáka změnila hodnoty?*“ se projevil posttraumatický rozvoj zejména u těch vojáků, kteří zážitky z mise vnímaly jako stresující až traumatizující. U 5 vojáků jsem zaznamenala významný posttraumatický rozvoj v této oblasti, konkrétně uváděli, že si více váží svého života. Z interview vyplynulo, že respondenti, kteří mají svoji vlastní rodinu, si ji více váží a věnují jí více času. Tři respondenti uvedli, že si více váží běžných věcí, jelikož zjistili, že tak běžné a samozřejmé nejsou ve všech zemích. Další tři respondenti uvedli, že si více váží svého zdraví. Tato změna může souviset i s vyšším věkem, jelikož ji uvedli právě respondenti ve věku 42, 50 a 62 let.

U 5. výzkumné otázky: „*K jakým změnám došlo v oblasti spirituality/víry?*“ se dostavil posttraumatický rozvoj zejména u respondentů, kteří již před misí v určité míře věřili v Boha. Konkrétně u třech respondentů došlo k posílení jejich víry v Boha. Žádný z respondentů nekonvertoval k jiné víře. Nicméně jeden respondent uvedl, že se mu zalíbilo pravoslavné náboženství, ačkoliv se nepovažuje za praktikujícího křesťana. U dvou respondentů došlo k negativní změně (ustoupení od přemýšlení o Bohu a náboženských otázkách).

Jedinci, kteří situaci subjektivně vnímali jako stresující až traumatizující, vykazovali vyšší posttraumatický rozvoj v jednotlivých oblastech. Celkově vnímám jistou souvislost mezi posttraumatickým rozvojem a dobou od uplynutí události. Ve smyslu: čím delší čas od události, tím vyšší posttraumatický rozvoj. Interview ukazuje i na souvislost mezi posttraumatickým rozvojem a věkem (čím vyšší věk, tím vyšší rozvoj).

## 11. Diskuze

Cílem práce bylo zjistit, zda se u vojáků, kteří se zúčastnili vojenské zahraniční mise, projevil posttraumatický rozvoj, popřípadě v jakých oblastech. Ke svému výzkumu jsem použila jako hlavní metodu interview a jako doplňkovou metodu dotazník PTGI. Interview jsem zpracovávala pomocí interpretativní fenomenologické analýzy, ačkoliv jsem si vědoma toho, že se zahraniční vojenskou misí nemám své vlastní zkušenosti, jelikož jsem na žádné z nich nebyla. Tuto metodu zpracování dat jsem si vybrala proto, že jsem se na každý případ dívala skutečně jako na žitou zkušenost, kterou jsem detailně analyzovala. Zároveň jsem se snažila najít podobnosti napříč případy. S výběrem této metody souvisí i fakt, že jsem si dané téma zvolila z osobních důvodů. Konkrétně z důvodu zájmu o armádu jako takovou a mise s ní spojené. Zároveň proto, že členové mé rodiny jsou vojáci, kteří mise absolvovali. I já jsem tedy byla součástí toho, jaké to je, když člen rodiny odjede na několik měsíců do cizí a potenciálně nebezpečné země. Zároveň bych v budoucnu chtěla směřovat do vojenské psychologie. I proto jsem zvolila právě tuto cílovou skupinu.

Můžeme si povšimnout značné odlišnosti ve výsledcích v interview a v dotazníku PTGI. Konkrétně v interview všichni respondenti vykazovali vyšší posttraumatický rozvoj ve všech oblastech než v dotazníku PTGI. Důvodem těchto rozdílů může být to, že v interview se podařilo získat důvěru respondentů k výzkumníkovi, tedy ke mně. Respondenti tak sdělili více informací než v dotazníku PTGI. Také ale mohlo dojít k nepochopení jednotlivých tvrzení v dotazníku PTGI, na rozdíl od interview, kde se určitá nepochopení mohla vysvětlit a objasnit. Zároveň je nezbytné připomenout, že zmíněný dotazník nemá pro naši populaci přesné normy. Z toho důvodu nemůžeme zjistit, kde leží hranice, která by znamenala posttraumatický rozvoj. Vzhledem ke zmíněnému problému by bylo vhodné zaměřit se v jiném výzkumu právě na tvorbu norem k danému dotazníku.

Z výzkumu vyplývá, že u všech respondentů se dostavil určitý posttraumatický rozvoj alespoň ve dvou oblastech. Otázkou je, zda se respondenti záměrně nesnažili zkreslit výsledky ve prospěch tématu a odpovídat tzv. sociálně žádoucně, i přes to, že změnu necítili. Nicméně nedokáží najít důvody, proč by takto jednali, vzhledem k tomu, že jim nešlo o pracovní ani jinou prestiž a zapojení do výzkumu bylo zcela dobrovolné. Zároveň si myslím, že se mi podařilo nastavit příjemnou atmosféru, která napomohla k tomu,

aby se respondenti nebáli otevřít a upřímně sdělit své pocity. U jednotlivých respondentů bylo různě obtížné takovou atmosféru nastavit a udržet. V případě prvního respondenta, pana Jakuba, byla i pro mě situace nová a značně obtížná. Zejména v tom smyslu, že jsem jela do neznámého města za neznámým mužem dělat interview, které jsem si vyzkoušela pouze jednou v podobě pilotní studie. Upřímně jsem měla i strach a v hlavě se mi honily otázky, zda je pro mě situace bezpečná. Nicméně jsem cítila, že je upřímný a vděčný za to, že někomu může sdělit své pocity, protože do té doby to s nikým tímto způsobem nesdílel. Atmosféra byla velice příjemná a otevřená. V případě druhého respondenta Antonína, jsem zpočátku cítila nervozitu, která se v průběhu interview do značné míry ztratila. Vzhledem k tomu, že byl v době interview aktivním členem AČR, dával si pozor na to, co řekne, aby nevyzradil žádná z vojenských tajemství. Co se týče popisu jeho vlastních pocitů, všimla jsem si, že jsem zřejmě první člověk, kterému se svěřuje. Myslím si, že i z tohoto důvodu měl částečně problémy se plně otevřít a takzvaně pustit své emoce ven, jelikož pro něho byla tato situace nová. U třetího respondenta Jáchyma jsem opět v počátcích interview cítila nervozitu, která v průběhu našeho povídání zmizela. Jsem si jistá, že se ho na misi tímto způsobem ještě nikdo neptal, a zřejmě proto ani sám mnohdy nevěděl, co vlastně cítí a jak to ve skutečnosti je. O vojenských věcech neměl problém povídat a ani jsem necítila, že by měl strach z toho, že prozradí něco, co by neměl. Nicméně na osobní informace jsem se musela skutečně detailně doptávat. Sám přiznal, že má problém svěřovat své pocity někomu jinému, natož cizímu člověku. V případě čtvrtého respondenta Štěpána jsem cítila určitou hrdost na to, že celou misi zvládl v pořádku. Do našeho interview často zasahoval jeho minulý vztah s přítelkyní. I proto mnohdy nevěděl, zda je změna způsobena samotnou misí, anebo problematickým vztahem. Nakonec došel k závěru, že obě tyto události ho do značné míry ovlivnily. U pátého respondenta Lukáše, jsem na počátcích našeho interview měla strach, že se nedostaneme pod povrch jeho vyprávění. V průběhu povídání se ale ukázal pravý opak. Velice si vážím toho, že se dokázal otevřít a pustil své emoce ven, v jednu chvíli i v podobě slz. Sám mi sděloval, že se ho na misi tímto způsobem ještě nikdo neptal, a tak i sám si díky našemu povídání uvědomil několik věcí, za které mi po skončení interview děkoval. V oblasti vojenských informací se ale velice kontroloval a dbal na to, aby neprozradil něco, co by neměl. U šestého respondenta Tadeáše jsem v průběhu interview zjistila, že aktuálně řešil rodinné problémy. I proto velice oceňuji, že se výzkumu aktivně zúčastnil. Vážím si také toho, že byl schopný projevit své pocity, dokonce i pláč. V jeho vyprávění jsem cítila upřímnost jak v oblasti

vojenských informací, tak v oblasti pocitů. U sedmého respondenta Jindřicha, jsem po celou dobu interview vnímala to, že se hlídá a kontroluje v hovoření o interních informacích armády. Nicméně v oblasti vlastních pocitů byl dle mého názoru upřímný a pravdivý, ačkoliv strohý. U osmého respondenta Alfréda jsem vnímala značný odpor k armádě a ke všemu s ní spojené. I proto naše interview často sbíhalo ke kritizování současného stavu armády, což hodnotím jako moji chybu ve vedení interview. Nicméně oceňuji absolutní upřímnost jak v oblasti informací ohledně armády, tak v oblasti pocitů a názorů. U devátého respondenta Dušana jsem vnímala naopak kontrolu nad informacemi, které se týkaly armády, přestože již v armádě nesloužil. Co se týkalo pocitů, byl upřímný a autentický. U tohoto respondenta jsem cítila neskutečnou vděčnost za to, v jakých podmínkách žijeme. Konečně poslední respondent, tedy desátý Kristián, byl velice upřímný a sdílný člověk. Nebál se pojmenovat své pocity i říci vše tak, jak to skutečně bylo i v souvislosti s armádními záležitostmi.

Vzhledem k tomu, že se jednalo o armádu, objevily se otázky ohledně vojenského tajemství. I přes to, že se můj výzkum nezabýval prioritně armádou jako takovou a samotnými zážitky z misí, vnímala jsem, že i toto téma se v průběhu interview objevilo. Z interview bylo patrné, že vojáci, kteří k armádě měli negativnější vztah, prozradili více informací ze zákulisí armády. Nebáli se říci, jak to ve skutečnosti na misích vypadá a co se potom prezentuje v médiích. Zejména u respondentů Alfréda a Kristiána jsem zaznamenala silnou upřímnost a potřebu sdělit vše tak, jak to skutečně bylo. Při této příležitosti jsem si sama uvědomila, že nelze věřit všemu tak, jak je nám servírováno a že je nutné sám se angažovat a zjišťovat informace a teprve potom si udělat konečný obrázek na danou věc, ať už se jedná o cokoli.

Z teoretických poznatků vyplývá, že k posttraumatickému rozvoji je nutný závažný distres. Pokud tento distres zcela chybí nebo naopak přesáhne určitou hranici, posttraumatický rozvoj se neprojeví (Mareš, 2012). Výzkum potvrzuje toto tvrzení. Ti respondenti, kteří misi a události, které na ni zažili, vnímali jako stresující až traumatizující, vykazovali vyšší posttraumatický rozvoj než respondenti, kteří události nevnímali jako stres či trauma.

Z výzkumu vyplynulo, že oblast vztahů s druhými a oblast hodnot se částečně prolínají. V tom smyslu, že pokud jedinec zaznamenal pozitivní změnu ve vztahu k rodině, změnil se i jeho hodnoty. Konkrétně tak, že si rodiny začal více vážit a stavět jí na první místo.

Za zmínku stojí i fakt, že všichni respondenti pocítili změnu v oblasti osobnostního rozvoje. Zejména v podobě subjektivního pocitu vyšší psychické odolnosti. Mohli bychom přemýšlet, zda nedošlo k nějaké systematické chybě, například při pokládání otázek v oblasti změn vnímání sebe sama. Určitou souvislost bychom mohli najít v přímém dotazu na psychickou odolnost, nicméně stejným způsobem jsem se doptávala i na sebedůvěru a další charakteristiky, ve kterých se stejný trend neprojevil. Vysvětlením by mohl být fakt, že na mise jsou vojáci pečlivě vybíráni již s jistou mírou psychické odolnosti, kterou mohou na misích ještě více zvýšit.

Ukázalo se, že v oblasti vztahů s druhými a vnímání sebe sama někteří respondenti popisovali pozitivní změnu a zároveň změnu negativní. Tento jev ukazuje na to, že posttraumatický rozvoj může vzniknout i tam, kde se zároveň objevují různé negativní aspekty.

Určité zkreslení výsledků mohl způsobit fakt, že samotní respondenti mnohdy nevěděli, zda se změna dostavila v důsledku mise, anebo v důsledku jiných životních událostí či s přibývajícím věkem. Na tomto místě se nabízí otázka, zda by jedinci vykazovali stejný posttraumatický rozvoj i bez zážitků z mise. Vzhledem k individualitě jednotlivých respondentů si netroufám odpovědět na položenou otázku.

Potenciálním zdrojem zkreslení výsledků mohlo být i místo, kde se interview konala. Ačkoliv jsme se sešli vždy na klidném místě (kavárna, restaurace), kde jsme měli svůj vlastní „koutek“, mohli mít respondenti obavy z toho, zda je neposlouchá někdo cizí. Určitou roli mohl hrát i čas, kdy k interview došlo. Vzhledem k povinnostem vojáků nešlo sjednotit časy schůzek, a tak každé interview probíhalo v jinou denní dobu. Nicméně musím poznamenat, že žádné z interview se nekonalo ve večerních hodinách, a tak jsem se pokusila alespoň částečně vyvarovat únavě po celém dni. Na zkreslení výsledků mohla působit i forma položení otázek. Ačkoliv jsem měla rámec výzkumu pečlivě připravený (i s možnými otázkami), v průběhu výzkumu se otevírala nová témata, na která jsem pochopitelně reagovala a doptávala se. Dbala jsem na to, abych respondentům žádným způsobem nepodsouvala odpovědi, ovšem nejsem schopná nezaujatě říci, zda se mi to podařilo u každého respondenta zvládnout na sto procent. Nutno podotknout, že jsem se v průběhu interview několikrát ubezpečovala, zda chápu správně to, co mi bylo sděleno.

Myslím si, že i tento postup přispěl k menší míře zkreslení či nepochopení odpovědi z mé strany.

Zdrojem zkreslení se mohlo stát také nahrávání respondentů na diktafon. Ačkoliv všichni respondenti s nahráváním souhlasili, mohli být nervózní či mít strach, zda bude nahrávka v dobrých rukou. S tím souvisí i fakt, že jsme se se všemi respondenty viděli poprvé až v době konání interview. Pro respondenty mohlo být těžké svěřovat se cizí osobě. Určité zkreslení mohlo být způsobené i faktem, že výzkumníkem byla žena. I přes to si troufám říci, že se mi podařilo navázat důvěryhodnou atmosféru. Několikrát se mi stalo, že mi respondenti sdělili, že to, co říkají, mě neříkají jen tak na potkání, a že jsou rádi, že se svěřili, ačkoliv mě vůbec neznají. Velice příjemně mě překvapilo, že téměř všichni respondenti dokázali odkrýt své emoce i přes to, že to u vojáků není obvyklé a běžné. Kladně hodnotím i to, že respondenti projevíli veliký zájem o výsledky výzkumu. Celkem se mi podařilo sehnat 10 respondentů, což vnímám jako pozitivum tohoto výzkumu. Pozitivně hodnotím i fakt, že účast na výzkumu nebyla žádným způsobem odměněna. Respondenti tak sami dobrovolně podstoupili daný výzkum, bez finanční či jiné odměny. Jsem velice vděčná všem zúčastněným respondentům za čas, který věnovali pro tento výzkum, jelikož se jednalo o jejich soukromí čas, který mají vyhrazený zejména pro svoji rodinu.

K limitům této práce patří její délka. Jsem si vědoma toho, že je tato práce značně rozsáhlá. A to zejména z toho důvodu, že jsem ke každému respondentovi vypracovala případovou studii, kterou nešlo ošidit o důležité informace. Otázkou je, zda by bylo efektivnější oslovit méně jedinců a zpracovat výzkum ještě více do hloubky.

Jako limit výzkumu vnímám i fakt, že jsem původní interview doplnila o další otázky. Určitým nedostatkem bylo tedy to, že jsem se na doplněné otázky nemohla doptat prvních respondentů, kteří již výzkumem prošli.

Téma posttraumatického rozvoje jako takové je v našich podmínkách novou oblastí, která není zcela prozkoumaná. Armáda České republiky je navíc značně uzavřená veřejnosti i výzkumné činnosti. Jediný dosavadní výzkum na toto téma provedli Krutiš J., Mareš J. a Ježek S. (2011). Tuto problematiku zkoumali kvantitativně právě pomocí dotazníku PTGI. Vzhledem k tomu, že v mém případě se jedná o kvalitativní design, nelze přímo srovnávat naše výsledky. I přes to se pokusím nalézt určité podobnosti či odlišnosti napříč

pracemi. Například dle zmíněného výzkumu autorů Krutiše J., Mareše J. a Ježka S. věk respondentů nemá vliv na posttraumatický rozvoj. Daný výzkum poukazuje na určitou souvislost mezi věkem respondentů a vnímání změny v jejich životě v tom smyslu, že čím starší byl respondent, tím vykazoval vyšší posttraumatický rozvoj. Dle autorů nemá doba od uplynutí mise žádný vliv na posttraumatický rozvoj. V tomto výzkumu se objevila určitá souvislost mezi posttraumatickým rozvojem a dobou, která od mise uplynula. Konkrétně se posttraumatický rozvoj zvyšoval s rostoucím časem od mise. Ačkoliv i zde si musíme uvědomit, že tento jev je proměnlivý a záleží na tom, v jaké situaci jsem daného respondenta zastihla. Oba výzkumy potvrdily, že k tomu, aby se posttraumatický rozvoj projevil, je zapotřebí určitá míra distresu. Pokud žádný distres vojáci nezaznamenali, posttraumatický rozvoj se objevil ve velice malé míře.

V případě výzkumu války v Perském zálivu bylo zjištěno, že sociální opora od blízkých lidí pozitivně koreluje se zlepšením vztahů k druhým (Maguen et al., 2006). Tento trend se do jisté míry potvrdil i v tomto výzkumu v tom smyslu, že jedinci, kteří měli svoji vlastní rodinu či byli zadaní, vykazovali vyšší posttraumatický rozvoj než jedinci, kteří v tu dobu vlastní rodinu neměli. Na druhou stranu jedinci, kteří popisovali problematické vztahy v rodině, také zaznamenali určitou míru posttraumatického rozvoje v oblasti vztahů s druhými. Myslím si, že právě tento rozporuplný výsledek ukazuje na značnou individualitu v souvislosti s tímto tématem.

Mise jako taková má bezpochyby negativní i pozitivní dopady na život vojáků. V souvislosti s příslušníky Armády České republiky se odborníci často zaměřují na negativní dopady vojáků, což je nepochybně důležitá oblast, která by neměla být žádným způsobem zanedbána. Zároveň se ale otevírá možnost více prozkoumat a proniknout do oblasti pozitivních dopadů na život konkrétních jedinců. Obecně se oblast pozitivních změn zanedbává a bere se jako méně důležitá. Jsem přesvědčená, že i tuto oblast je nutné jednak více zmapovat a jednak rozvíjet. Nabízí se otázka, zda existuje nějaká možnost podpořit pozitivní změny a napomoci k posttraumatickému rozvoji.

Také by bylo zajímavé probádat, co konkrétně ke změně přispělo. Byl to přístup rodiny k respondentovi po návratu z mise, vnitřní vyrovnání se se zážitky z mise, anebo zcela něco jiného? Všimlo si změny, kterou respondenti popisovali, jejich blízké okolí (rodina a nejbližší přátelé), anebo se jedná o určitou subjektivní iluzi?



Závěrem bych chtěla podotknout, že mě každý z respondentů obohatil a předal mi kus sebe a své zkušenosti, díky které si více vážím svého života, rodiny i bezpečného prostředí, ve kterém mohu žít. Všechny příběhy pro mě byly velice silné a neskutečně poučné a do určité míry mě poznamenaly v pozitivním slova smyslu. Nebála bych se tvrdit, že mě celý tento výzkum posunul určitým způsobem vpřed.

## 12. Závěry

Z výsledků interview vyplývá, že posttraumatický rozvoj se v určité míře projevil u všech zkoumaných respondentů (tedy 10). Ti respondenti, kteří zážitky z misí vnímali jako stresující až traumatizující, vykazovali vyšší posttraumatický rozvoj než jedinci, kteří zážitky z misí takto nevnímali. Tento fakt se projevil zejména v oblasti hodnot.

Výsledky z interview nejsou totožné s doplňkovou metodou dotazníku PTGI. Výsledky v této použité metodě ukazují na značně nižší posttraumatický rozvoj ve všech subškálách.

Ukazuje se zajímavý trend mezi jednotlivými případy v oblasti vztahů s druhými, kdy jedinci, kteří byli před misí zadaní či měli vlastní rodinu, vykazovali v této oblasti vyšší posttraumatický rozvoj než jedinci, kteří byli svobodní a vlastní rodinu ještě neměli. Také u respondentů, kteří popisovali problémové vztahy v rodině před misí, došlo k pozitivní změně v této oblasti. Na druhou stranu, pokud byly problémy značné, posttraumatický rozvoj se nedostavil.

Zajímavé je, že všichni respondenti pocítili značný rozvoj v oblasti osobnostního rozvoje v podobě vyšší psychické odolnosti. Ukázalo se, že v oblasti spirituální změny došlo ke změnám zejména u jedinců, kteří již před misí byli určitým způsobem věřící anebo se o toto téma zajímali. U jedinců, které tato problematika nezajímala, nedošlo k žádným změnám.

Další zajímavostí je, že u některých respondentů se objevoval posttraumatický rozvoj a zároveň určitá negativní změna v dané oblasti.

## Souhrn

Posttraumatický rozvoj je v našich podmínkách novým, rozvíjejícím se tématem. To, že traumatická životní událost nemusí přinášet pouze negativní dopady ve formě posttraumatické stresové poruchy, se začalo zkoumat zejména v 90. letech 20. století (Mareš, 2012). Existuje mnoho nejasností a otázek spojených s tématem změn, které vedou k pozitivním důsledkům v životě jedinců, kteří prožili jakékoliv trauma. Otevírá se tak nová a zajímavá oblast vhodná k psychologickému bádání.

Ve své práci jsem se rozhodla toto téma prozkoumat u příslušníků Armády České republiky, tedy u vojáků, kteří absolvovali jakoukoliv zahraniční misi. V teoretické části jsem čtenářům nejprve přiblížila armádu jako takovou. Zároveň jsem se zaměřila na proběhlé i stále probíhající zahraniční mise a na to, co je důležité splnit, aby voják z povolání mohl do takové mise vyjet. Zahraniční mise jako taková představuje pro vojáky značný stres a psychickou zátěž v několika ohledech. Vojáci si musí zvykat na nové životní podmínky (soužití s více lidmi na malém prostoru, náročné pracovní povinnosti), nečekané, nebezpečné události (odstřelování základen, sebevražední atentátníci), ale také na fakt, že jsou odtrženi od své rodiny a svých blízkých přátel v zemi, kterou neznají, a navíc neví, co se může stát.

V této části práce také vysvětluji samotný pojem posttraumatického rozvoje. Jedná se o pozitivní změnu v jedincově kognitivním i emočním životě. Zmíněná změna se může dostavit, jestliže byl člověk vystaven nějaké zátěži či traumatu. Jedinec vlivem negativní události může takzvaně povyrůst, stát se silnějším v mnoha ohledech a změnit tak svůj dosavadní přístup k životu (Mareš, 2012). Na posttraumatický rozvoj působí mnoho faktorů. Ovšem musíme mít stále na paměti, že se jedná o individuální proces, který se u každého jedince značně liší. Zcela stejná situace může u jednoho člověka vést k posttraumatickému rozvoji u jiného nikoliv. Důležitou informací je i to, že posttraumatický rozvoj může existovat vedle posttraumatické stresové poruchy, není to tedy „buď anebo“.

Na posttraumatický rozvoj existuje několik odborných pohledů. Nejvyužívanější z nich představili američtí autoři Tedeschi a Calhoun v roce 1996, kdy popsali pozitivní změnu v životě člověka v pěti oblastech (vztahy s druhými, nové životní možnosti, osobnostní

rozvoj, spirituální změna a ocenění života). Zároveň sestrojili dotazník PTGI (Posttraumatic Growth Inventory), který se do dnes používá k měření posttraumatického rozvoje.

V našem prostředí se tématem posttraumatického rozvoje zabývá zejména profesor Mareš. On spolu s panem Krutišem J. a Ježkem S. provedli v roce 2011 zajímavou kvantitativní studii s vojáky AČR. Potvrdili svůj předpoklad o tom, že i u příslušníků AČR může dojít k posttraumatickému rozvoji. Zmíněná studie je zatím jediná v našem prostředí, která se zaměřovala na posttraumatický rozvoj u tak uzavřené skupiny vojáků. Rozhodla jsem se na toto téma podívat z jiného úhlu pohledu, a tedy kvalitativně.

Můj výzkum se zaměřoval na skupinu vojáků, kteří zažili jakoukoliv zahraniční misi. Důležitou podmínkou bylo to, že od dané mise musel uplynout nejméně jeden rok. Zúčastnilo se celkem 10 respondentů (mužů) ve věku od 30 do 62 let, kdy průměrný věk činil 39,8 let. Doba od prožití zahraniční mise se napříč respondenty lišila. Nejkratší doba od mise byla 4 roky, nejdelší 20 let, průměrná doba tedy činila 10,5 let. K výběru výzkumného vzorku jsem zvolila dvě nepravděpodobnostní metody – metodu záměrného výběru přes instituci (Sdružení válečných veteránů) a metodu záměrného výběru.

Celý výzkum byl kvalitativního rázu. Jako hlavní metodu sběru dat jsem použila polostrukturované interview a jako doplňkovou metodu zmíněný dotazník PTGI, konkrétně jeho upravenou českou verzi PTGI – CZ (Preiss, Krutiš & Mareš, 2008).

Cílem celé práce bylo zmapovat, zda se u českých vojáků, kteří prožili jakoukoliv zahraniční misi, dostavil posttraumatický rozvoj, a pokud ano, v jakých oblastech. Výzkumné otázky (celkem 5) se zaměřovaly na jednotlivé oblasti možné změny dle dotazníku PTGI. Jednalo se o oblasti změn vztahů s druhými lidmi, zájmů, vnímání sebe sama, hodnot a spirituality/víry. K analýze a interpretaci dat jsem využila interpretativní fenomenologickou analýzu. Můžeme tedy vidět případové studie jednotlivých respondentů (tedy 10). Výzkumné otázky byly zodpovězeny u každého respondenta zvlášť, jelikož se jedná o velice individuální konstrukt. Zároveň jsem se zaměřila na některé podobnosti a souvislosti napříč případy.

Výsledky ukázaly, že u všech respondentů došlo k určitému posttraumatickému rozvoji alespoň ve dvou oblastech. Jedinci, kteří vnímali zážitky z misí jako stresující či traumatizující, vykazovali vyšší rozvoj než jedinci, kteří zážitky z misí takto nevnímali.

V oblasti vztahů s druhými zaznamenalo pozitivní změnu 8 respondentů. Respondenti popisovali, že si více váží rodiny, věnují jí více času; zlepšení vztahu s druhými; získání nových, pevných přátelství; vyšší všímavost, toleranci a soucítění k ostatním a ochotu pomoci. V oblasti zájmů zaznamenalo pozitivní změnu 5 respondentů. Změny se projeví v prohlubování dosavadních zájmů, rozvojem nových zájmů (zájem o angličtinu, politickou situaci) či změnou dosavadního způsobu života. U všech 10 respondentů se projevil posttraumatický rozvoj v oblasti vnímání sebe sama v různých formách (vyšší psychická odolnost, sebedůvěra, sebevědomí, zvýšení důslednosti, zodpovědnosti, snížení výbušnosti, získání nadhledu na život, vyšší otevřenost vůči druhým, větší důraz na vyjadřování emocí, lepší zvládání životních obtíží). V oblasti hodnot došlo k pozitivní změně u 7 respondentů. Respondenti popisovali, že si začali více vážit života, pěkných chvil v něm, také zdraví, bezpečí, míru, vztahů i své rodiny, kterou začali stavět na první místo, také běžných věcí, které dříve brali jako samozřejmé. Jeden respondent naopak začal upřednostňovat kariéru a své zájmy. V poslední oblasti spirituality/víry pocítili pozitivní změnu 4 respondenti, a to ve formě posílení víry.

Výsledky výzkumu nelze zobecňovat na všechny vojáky, kteří prožili zahraniční misi, jelikož se jedná o individuální jev. Nicméně alespoň částečně nám tento výzkum odkryl problematiku posttraumatického rozvoje u tak uzavřené skupiny. Výzkum přinesl nový pohled na danou problematiku v podobě kvalitativního přístupu.

## Seznam použité literatury

1. Balík, S. (1996). *Vedení lidí v armádě*. Brno: Ministerstvo obrany České republiky GŠ AČR.
2. Baštecká, B., & Goldmann, P. (2001). *Základy klinické psychologie*. Praha: Portál.
3. Cakirpaloglu, P. (2012). *Úvod do psychologie osobnosti*. Praha: Grada.
4. Čermák, I., & Kohoutek, T. (2009). *Psychologie katastrofické události*. Praha: Academie.
5. Dekel, S., Mandl, C., & Solomon, Z. (2011). *Shared and Unique Predictors of Post-Traumatic Growth and Distress*. *Journal of Clinical Psychology*, 67 (3), 241–252.
6. Dziaková, O. (2009). *Vojenská psychologie*. Praha: Triton.
7. Frankl, V. E. (2006a). *A přesto říci životu ANO*. Kostelní Vydří: Kermelitánské nakladatelství.
8. Frankl, V. E. (2006b). *Vůle ke smyslu*. Brno: Cesta.
9. Hartl, P., & Hartlová, H. (2010). *Velký psychologický slovník*. Praha: Portál.
10. Hendl, J. (2016). *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. Praha: Portál.
11. Jahodová, S. (2014). *Atributy posttraumatického rozvoje u osob s prožitkem blízkosti smrti*. (Bakalářská práce). Univerzita Palackého v Olomouci.
12. Joseph, S. (2017). *Co nás nezabije...Možnosti posttraumatického růstu*. Praha: Portál.
13. Kolařík, M., Dolejš, M., Dostál, D., Charvát, M., Pechová, O., Seitlová, K., ... Vtípil, Z. (2017). *Manuál pro psaní diplomových prací na katedře psychologie FF UP v Olomouci*. Získáno 13. února 2018 z [http://psych.upol.cz/wp-content/uploads/2014/08/4.Aktualizovan%C3%BD\\_Manual-pro-psani-BP-a-DP\\_2017.bez-zadani\\_.pdf](http://psych.upol.cz/wp-content/uploads/2014/08/4.Aktualizovan%C3%BD_Manual-pro-psani-BP-a-DP_2017.bez-zadani_.pdf)
14. Kosová, M. et al. (2014). *Logoterapie. Existenciální analýza jako hledání cest*. Praha: Grada.

15. Krutiš, J. (2009). *Posttraumatický rozvoj u vojáků po návratu ze zahraniční mise*. (Bakalářská práce). Univerzita Karlova v Praze.
16. Krutiš, J., Marš, J., & Ježek, S. (2011). *Posttraumatický rozvoj u vojáků AČR po návratu se zahraniční mise*. *Československá psychologie*, 55 (3), 245–256.
17. Křivohlavý, J. (2002). *Psychologie nemoci*. Praha: Grada.
18. Křivohlavý, J. (2009). *Psychologie zdraví*. Praha: Portál.
19. Maguen, S., Vogt, D., S., King, L., A., King, D., W., & Litz, B., T., (2006). *Posttraumatic Growth among GulfWar Veterans: The Predictive Role of Deployment-related Experiences and Background Characteristics*. *Journal of Loss and Trauma*, 11, 373–388.
20. Majer, P. et al. (2003). *Armáda České republiky a zahraniční mise*. Praha: Ministerstvo obrany České republiky-Agentura vojenských informací a služeb.
21. Mareš, J. (2009). *Posttraumatický rozvoj: výzkum, diagnostika, intervence*. *Československá psychologie*, 3, 271–290.
22. Mareš, J. (2012). *Posttraumatický rozvoj člověka*. Praha: Grada.
23. Miovský, M. (2010). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada
24. Ministerstvo obrany ČR (1995). *Bílá kniha o obraně České republiky*. Praha: Ministerstvo obrany.
25. Ministerstvo obrany ČR (2011). *Bílá kniha o obraně*. Praha: Ministerstvo obrany ČR-odbor komunikace a propagace.
26. Orel, M. (2015). *Na Freuda já nemám čas, doktore*. Praha: Portál.
27. Orel, M. (2016). *Psychopatologie*. Praha: Grada.
28. Paulík, K. (2017). *Psychologie lidské odolnosti*. (2. vyd.). Praha: Grada.
29. Preiss, M. (2009). *Trauma a posttraumatický růst*. *Psychiatr pro Praxi*, 10 (1), 12–18.
30. Preiss, M., Krutiš, J., & Mareš, J. (2008). *Česká verze dotazníku PTGI*. Praha.

31. Řiháček, T., Čermák, I., Hytych, R. et al. (2013). *Kvalitativní analýza textů: čtyři přístupy*. Brno: Masarykova univerzita.
32. Slezáčková, A. (2012). *Průvodce pozitivní psychologií*. Praha: Grada.
33. Solomon, Z., & Dekel, R. (2007). *Posttraumatic Stress Disorder and Posttraumatic Growth Among Israeli Ex – POWs*. *Journal of Traumatic Stress*, 20 (3), 303–312.
34. Stehlík, P. (2017). *Já, voják v Afghánistánu. Vzpomínky českých veteránů*. Praha: Albatros.
35. Svoboda, M., Humpolíček, P., & Šnorek, V. (2013). *Psychodiagnostika dospělých*. Praha: Portál.
36. Špatenková, N. et al. (2011). *Krizová intervence pro praxi*. (2. vyd.). Praha: Grada.
37. Tedeschi, R.G., & Calhoun, L.G. (1996). *The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the Positive Legacy of Trauma*. *Journal of Traumatic Stress*, 9 (3), 455-471.
38. Tedeschi, R.G., & Calhoun, L.G. (2004). *Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence*. *Psychological Inquiry*, 15 (1), 1–18.
39. Vodáčková, D. et al. (2012). *Krizová intervence*. (3. vyd.). Praha: Portál.
40. Yalom, I. D., (2006). *Existenciální psychoterapie*. Praha: Portál.
41. Yalom, I. D., (2008). *Pohled do slunce*. Praha: Portál.
42. Zacharová, E., Hermanová, M., & Šrámková J. (2007). *Zdravotnická psychologie. Teorie a praktická cvičení*. Praha: Grada.

#### **Elektronické zdroje:**

43. Knichal, J. (6. května 2013). *Armádní kaplani*. Získáno 21. března 2017 z <http://www.cshpraha.cz/nase-aktivity/armadni-kaplani.html>.
44. Ministerstvo obrany. (22. července 2013). *ISAF PRT*. Získáno 15. března 2017 z <http://www.mise.army.cz/scripts/detail.php?id=87307>.
45. Ministerstvo obrany. (27. února 2017). *Historie zahraničních misi*. Získáno 15. března 2017 z <http://www.mise.army.cz/historie-misi/historie-zahranicnich-misi-3699/>.



46. Ministerstvo obrany. (2. února 2005). *TRVALÁ SVOBODA – protiteroristická operace, 2002-2003, Kuvajt, 612 příslušníků*. Získáno 30. března 2017 z <http://www.mise.army.cz/scripts/detail.php?id=3688>.
47. Ministerstvo obrany. (nedat.). *SFOR-mírová operace, 1996-2004, Bosna a Hercegovina*. Získáno 12. března 2017 z <http://www.mise.army.cz/scripts/detail.php?id=3707>.
48. Ministerstvo obrany. (nedat.). *CONCORDIA-operace EU, od 4/2003 do 12/2003, Makedonie, 2 příslušníci*. Získáno 12. března 2017 z <http://www.mise.army.cz/scripts/detail.php?id=3714>.
49. Ministerstvo obrany. (20. února 2017). *7. strážní rota Bagram Air Field, Afghánistán*. Získáno 17. března 2017 z <http://www.mise.army.cz/aktualni-mise/afg-parwan-sr-baf/afghanistan-parwan-sr-baf-rs-90380/>.
50. Ministerstvo obrany. (2017). *Aktuální mise*. Získáno 15. března 2017 z <http://www.mise.army.cz/aktualni-mise/default.htm>.
51. Ministerstvo zahraničních věcí České republiky. (nedat.) *Severoatlantická aliance (NATO)*. Získáno 15. března 2017 z [http://www.mzv.cz/jnp/cz/zahranicni\\_vztahy/bezpecnostni\\_politika/nato/index.html](http://www.mzv.cz/jnp/cz/zahranicni_vztahy/bezpecnostni_politika/nato/index.html).

## **Seznam příloh**

**Příloha č. 1: Český a cizojazyčný abstrakt diplomové práce**

**Příloha č. 2: Důsledky prožitého traumatu**

**Příloha č. 3: Model posttraumatického rozvoje osobnosti dle Tedeschiho a Calhouna**

**Příloha č. 4: Otázky pro interview**

**Příloha č. 5: Ukázka celého interview s panem Jindřichem**

**Příloha č. 6: Ukázka z interview s panem Kristiánem**

**Příloha č. 7: Časové délky jednotlivých interview**

**Příloha č. 8: Dotazník – sociodemografická data**

**Příloha č. 9: Hodnoty jednotlivých respondentů v dotazníku PTGI – CZ**

**Příloha č. 10: Informovaný souhlas s účastí na výzkumu**

## **Příloha č. 1: Český a cizojazyčný abstrakt diplomové práce**

### **ABSTRAKT DIPLOMOVÉ PRÁCE**

**Název práce:** Posttraumatický rozvoj u českých vojáků po absolvování zahraniční mise

**Autor práce:** Bencová Adéla

**Vedoucí práce:** Mgr. Martin Kupka, Ph.D.

**Počet stran a znaků:** 97, 180 987

**Počet příloh:** 10

**Počet titulů použité literatury:** 51

**Abstrakt (800–1200 zn.):** Vojenská zahraniční mise je bezpochyby silnou životní událostí pro každého vojáka. V předkládané práci se soustřeďuji na to, zda se u jednotlivých vojáků dostavil posttraumatický rozvoj, a pokud ano, v jakých oblastech a jakým způsobem. Výzkumných otázek je celkem pět. A to, jak se u vojáka změnil vztahy k ostatním lidem, zájmy, vnímání sebe sama, hodnoty a priority a spirituální oblast, tedy oblast víry a duchovního světa. Ke svému výzkumu jsem využila kvalitativní přístup, abych mohla problematiku prozkoumat více do hloubky. Konkrétně případové studie deseti vojáků, kteří prožili zahraniční misi a od oné doby uplynul alespoň jeden rok. Data jsem získala pomocí polostrukturovaného interview a dotazníku posttraumatického rozvoje. Výsledky ukázaly, že u každého vojáka se určitá změna projevila alespoň ve dvou oblastech. Zároveň respondenti, kteří zážitky z misí vnímali jako stresující až traumatizující, vykazovali vyšší posttraumatický rozvoj než jedinci, kteří zážitky z misí takto nevnímali.

**Klíčová slova:** posttraumatický rozvoj, zahraniční mise, traumatická životní událost, voják, psychická odolnost

## ABSTRACT OF THESIS

**Title:** Posttraumatic growth in czech soldiers after completing foreign mission

**Author:** Adéla Bencová

**Supervisor:** Mgr. Martin Kupka, Ph.D.

**Number of pages and characters:** 97, 180 987

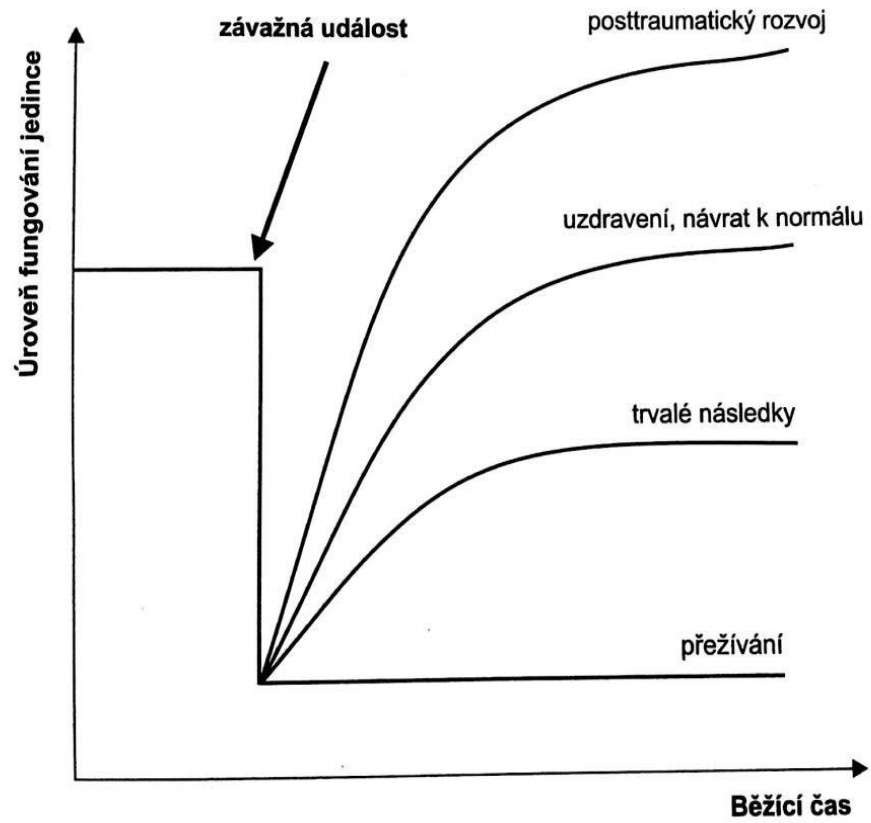
**Number of appendices:** 10

**Number of references:** 51

**Abstract (800–1200 characters):** A foreign military mission is undoubtedly hard life event for every soldier. In this work focus on the question if soldiers have posttraumatic growth, if they have – in which areas and in what way. There are five research questions – the changes of soldiers' relationships with other people, the changes of their hobbies, perception of themselves, their life values and priorities and spirituality/faith. In my research I used qualitative approach to explore the topic in more detail. Specifically, the case studies of ten soldiers who participated in foreign missions more than one year ago. I obtained the data using a semi-structured interview and Posttraumatic Growth Inventory. The results showed that each soldier felt some change at least in two areas. At the same time, the respondents who perceived mission experiences as stressful or traumatic showed higher posttraumatic growth than individuals who did not perceive experiences in the same way.

**Key words:** posttraumatic growth, foreign mission, traumatic life event, soldier, resilience

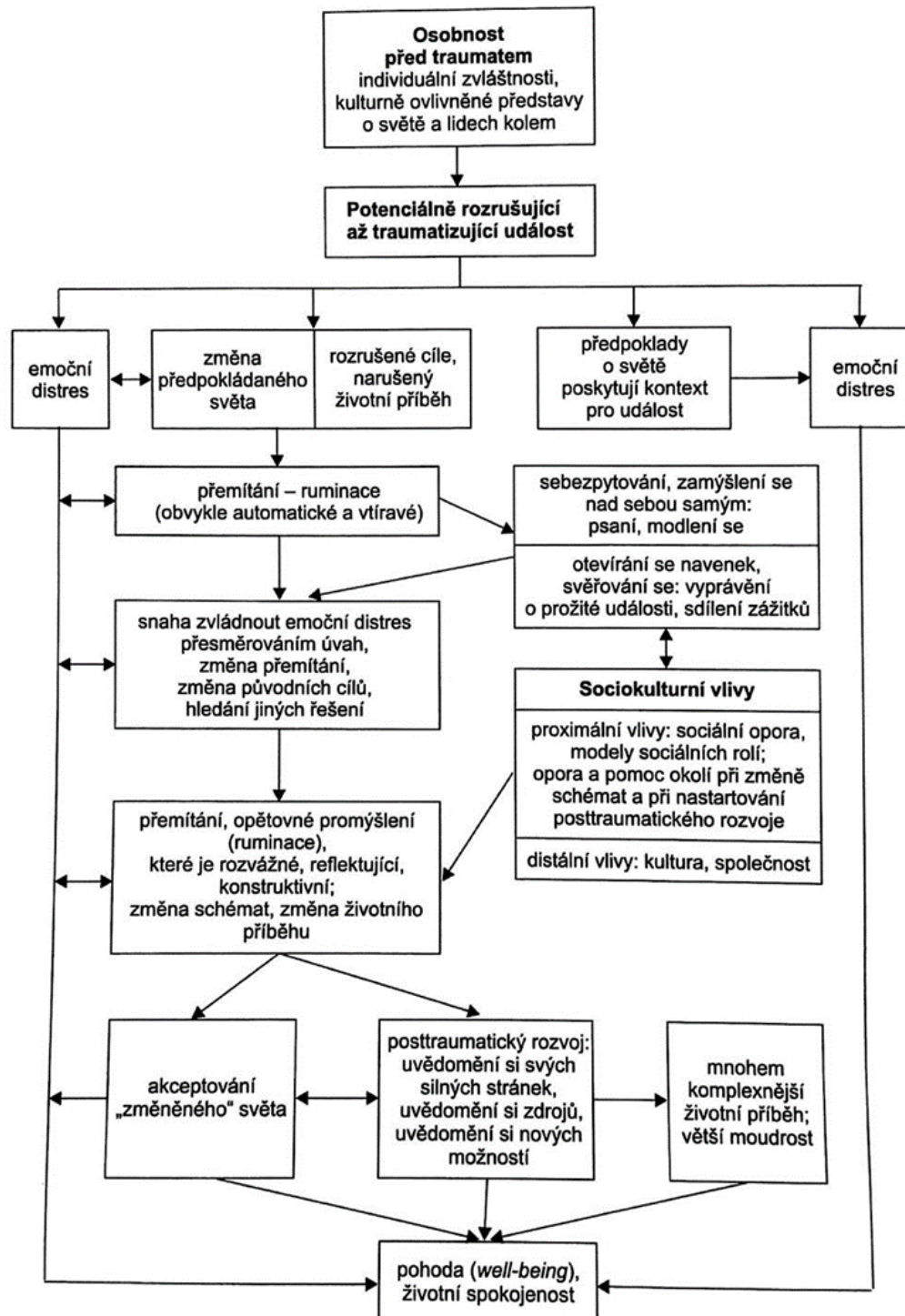
**Příloha č. 2: Důsledky prožitého traumatu** (modifikace podle Carver, 1998 in Mareš, 2012, 22)



**Obr. 1** Rozdílné důsledky prožitého traumatu (modifikovaně podle Carver, 1998)

**Příloha č. 3: Model posttraumatického rozvoje osobnosti dle Tedeschiho a Calhouna**

(Mareš, 2012, 26)



**Obr. 2** Souhrnný model posttraumatického rozvoje osobnosti (modifikovaně podle Calhoun, Cann, Tedeschi, 2010, s. 6)

## **Příloha č. 4: Otázky pro interview**

### **A. před misí**

Popište prosím Vaše vztahy s druhými lidmi před misí.

1. Jaké jste měl vztahy s rodinou (rodiči, sourozenci)?
2. Měl jste přítelkyni/manželku? Jak byste popsal vztah s ní?
3. Měl jste děti? Jak byste popsal vztahy ke svému dítěti (dětem)?
4. Jaké vztahy jste měl k ostatním lidem (přátelům)?

Popište prosím Vaše zájmy před misí.

5. Jaké zájmy/koníčky jste měl? O co jste se zajímal, co Vás bavilo?

Popište prosím sebe sama před misí.

6. Jaký jste byl (Vaše vlastnosti, charakteristiky)?

Popište prosím Vaše hodnoty před misí.

7. Jaké byly Vaše hodnoty/postoje?

Popište prosím Vaši spiritualitu/víru před misí.

8. Byl jste věřící, v co jste věřil (jak byste popsal svoji víru)?
9. Jaký byl Váš duchovní svět?

### **B. Průběh mise**

Popište prosím Vaši misi/e a zážitky, které jste na misi zažil.

10. Na jaké jste byl misi, a jakou funkci jste tam zastával (jak to vypadalo)?
11. Mohl byste mi popsat zážitky/situace, které pro Vás byly, jakkoliv nepříjemné?
12. Setkal jste se se situací, která by Vás ohrožovala na životě?
13. Setkal jste se v misi se smrtí?
14. Musel jste v misi řešit osobní problémy, konflikty nějaké trápení?

### **C. Po misi**

Popište prosím Vaše vztahy s druhými lidmi po misi.

15. Jaké vztahy máte s rodinou (rodiči, sourozenci) v současnosti? Změnilo se něco?
16. Jaký vztah máte s přítelkyní/manželkou v současnosti? Změnilo se něco?
17. Jaký vztah máte s dětmi v současnosti?
18. Jaké vztahy máte k ostatním lidem (přátelům)?
19. Změnilo se to, jak vnímáte vztahy k druhým lidem?

Popište prosím Vaše zájmy po misi.

20. Změnily se Vaše zájmy/koníčky díky misi?
21. Objevil jste ve svém životě nové možnosti, které jste dříve neviděl?

Popište prosím sebe sama po misi.

22. Jak byste se popsal dnes (vlastnosti, charakteristiky)?
23. Změnilo se Vaše vnímání sebe sama (sebedůvěra, psychická odolnost, sebepojetí...)?

Popište prosím Vaše hodnoty po misi.

24. Jaké jsou Vaše hodnoty/postoje? Změnilo se v tomto ohledu něco?
25. Co je pro Vás nejdůležitější dnes? Změnil se Váš „žebříček hodnot“?
26. Chápete Váš život jinak než dříve?

Popište prosím Vaši spiritualitu/víru po misi.

27. Jste stále věřící/nevěřící?
28. Změnilo se Vaše vnímání duchovního světa? Jak?



## **Příloha č. 5: Ukázka celého interview s panem Jindřichem**

**Dobře, děkuji za vyplnění dotazníků. Můžeme nyní přejít k samotnému interview?**

Jasně, můžem.

**Skvělý, já bych se Vás chtěla zeptat jaké vztahy jste měl s rodinou (matkou, otcem, sourozencem/a) před odjezdem do Vaší první mise? Mohl byste mi to popsat?**

Myslím si, že jsem měl pozitivní vztahy s rodinou, jak s mamkou, tak s taťkou. Myslím si, že jsem s nima vycházel dobře. Žádný rozpory, fakt jako v pohodě. Byl jsem svobodnej. Se zbytkem příbuzenstva taky dobrý. A se sourozencem, taky v pohodě. Jako žádný problémy jsme neřešily nic. Tohle si myslím, že jsem měl dobrý, že jsem nemusel do toho všeho řešit nějaký rodinný krize.

**A máte bratra nebo ségru?**

Mám bráchu mladšího a s tím taky v pohodě. Žádný jako problémy jsme mezi sebou neměly. Takovej normální vztah bych řekl.

**A jaké jste měl vztahy se svými přáteli a takovým tím širším okolím?**

Tak já jsem vždycky měl více méně uzavřenou skupinu přátel a kamarádů. A mám to tak i dnes. Jsou to kámoši se kterejma se znám léta letoucí a jsme, tak nějak na stejný názorový vlně. A to že jsem vstoupil do armády nebo tak, na to nehrálo žádnou roli. Jako mohl bych to rozdělit na takový dvě skupiny. Jedna jsou a byli civilní kamarádi a jedna víceméně spolupracovníci v armádě se kterejma jsem měl kamarádskej vztah.

**A když jste odjížděl na první misi, tak jste byl tedy svobodný?**

Jo, byl jsem svobodnej, ale přítelkyni jsem měl ale jako nebyl jsem ženatý. A považoval jsem to jako velký plus, protože jsem, tak nějak nekoukal na to, co by se mohlo stát, kdybych se nevrátil, a že bych doma nechal ženu a děti. Byla to taková větší pohoda a možná i psychický uvolnění, že člověk měl vlastně zodpovědnost jen sám za sebe.

**A jaký jste měli s přítelkyní vztah před tím, než jste odjel do mise? Mohl byste mi to popsat?**

No tak já si myslím, že přítelkyně z toho nějakou vědu nedělala, jako z toho, že jedu pryč. V podstatě byla postavená před hotovou věc, že jedu pryč. Věděla, že já chci jet pryč

a neměli jsme s tím ani jeden problém. Prostě já jsem to bral tak, že co vona bude dělat tady, je její věc, ani jsem se nad tím nějak netrápil. Nejsem žárlivej a jak se říká, co oči nevidí, to srdce nebolí a zbytečně by ses tím člověk užíral jó potom. A vlastně jsme spolu absolvovali obě ty mise. Řekl bych, že náš vztah byl tak nějak normální.

**A přítelkyně, o které mluvíme je v současné době Vaše manželka?**

Jo, je to v současné době moje manželka, ale po druhé misi jsme se rozešli já jsem se oženil, za dva roky jsem se rozvedl a po čtyřleté pauze jsem se vrátil k téhle bývalé přítelkyni, s kterou jsem se oženil a se kterou mám dvě děti.

**A kdybyste se měl pokusit shrnout to, jaký jste měl vztah sám k sobě?**

Já si myslím že, jsem odjel do té mise takovej jakej jsem byl, a že jsem se tak i vrátil. Snad jen mám pocit, že jsem se vrátil o trošku silnější, a to jak psychicky, tak fyzicky. Prostě, že mě to ještě víc zocelilo, když to řeknu takhle jakoby v uvozovkách.

**A jaký jste vlastně byl, před tím, než jste odjel do mise?**

Jako myslím si, že jsem byl a jsem společenský člověk, ale to zase znamená odsad' až posad'. Nejsem ten typ, co by vyhledával za každou cenu společnost mnoha lidí. Jak říkám mám úzký okruh přátel. S těma se rád stýkám jsem hodně fixovanej na svý rodinný příbuzný. No a jinak vždycky jsem byl veselej, otevřenej, rád jsem se bavil v určitý míře teda samozřejmě (*smích*). A vzhledem k tomu, že jsem jezdil do tehlejších misí, do kterých jsem teda jel, tak tam se jako i hodně vybíral určitej profil toho dotyčného. Byli jsme na různých psychotestech a vlastně jsme museli splňovat určitý kritéria. Tak si myslím, že jsem se dostal tam, kam by se né každěj trouba dostal, konkrétně do toho Afgánistánu. Jinak v tu dobu bylo asi mojí jedinou slabou stránkou, že jsem do všeho šel hrozně bezhlavě, a že jsem si tolik nevážil života jako si ho vážím teď s odstupem času. Že jsem prostě neměl problém jít do věcí i co se týče těch bojovějch akcí. No ale samozřejmě po průběhu těch misí, co tam člověk zažil si pak začal víc vážit sebe, i svýho života a samozřejmě i těch přátelství, který vydržely všechny ty mise, ale taky spousta těch přátelství zanikla, protože tam teprve člověk poznal, co je druhej zač. Když s ním tráví 24 hodin denně, tak se člověk nemá, tak nějak před svým negativním já schovat. Jako člověk se dokáže přetvařovat pár dnů, týdnů, možná i měsíců, ale ne půl roku nebo skoro rok jó. Mojí silnou stránkou je to, že jsem vždycky dokázal podržet kolegu, kamaráda ve slabý

chvíli, že dokážu podpořit druhý. Že se pro svý kamarády dokážu hodně obětovat a na těch misích to je nezbytný, protože tam se člověk stará o málo věcí, o zbraně, svůj život a kolegu. A jako myslím si, že po tý misi se tyhle ty silný stránky akorát navýšili a akorát se začaly víc zaměřovat na tu rodinu. Že si prostě víc vážím svý rodiny, příbuzných, rodičů, potažmo teďka hlavně manželky a dětí. Třeba teďka v současný době bych se do mise nijak netlačil, protože mám malý děti, užívám si to, měl jsem je pozdě. A jsou ty děti pro mě rozhodně víc, než vycestovat a vydělat nějaký peníze nó.

**Můžu to chápat tak, že Váš vztah k manželce a rodině se vlivem mise nějak změnil?**

Dovolil bych si tvrdit, že před těma misema jsem byl možná trošku víc sobec sám k sobě, že jsem si jel jenom svoje, že jsem se soustředil jenom na svojí práci, že jsem nekoukal tolik na tu starost těch mejch příbuznejch, nebo mý přítelkyně, že by se my na těch misích mohlo něco stát. Po těch misích samozřejmě na tohleto člověk zřetel bere. Jsem rád, že jsem se vrátil živej a zdravej. Myslím si, že jsem si tam taky dost toho štěstíčka už vybral. Takže teďka se k tomu stavím jinak, kdybych tam měl jet, tak nevím no, za prvé bych nechtěl kvůli dětem (*odmlčení*). Kdybych musel, tak bych teda jel, ale už bych na všechno koukal jinak no. Báł bych se, jak to tady oni ponosou. Vím, že by to nesli těžce, takže by to teďka byl úplně jinej úhel pohledu na to. Říkám já jsem rád, že jsem jel, když jsem byl svobodnej a bezdětnej (*odmlčení*). Určitě si rodiny teď víc i vážím, to ta mise určitě ovlivnila! Člověk viděl, jak ten život v podstatě může bejt lehce ztracen (*odmlčení*). A říkám no, člověk si potom zpětně vybavuje, že možná do některých věcí jsem šel víc akčně nebo víc bez hlavy, než jsem musel, než bylo zdrávo. Nebylo to proto, že bych se chtěl někomu zabít nebo, že bych si chtěl udělat někde nějaký vočko, ale prostě v tu dobu jsem to bral, že není problém splnit věc nad rámec svých možností, a taky jsem to tak plnil no. Říkám, teďka na to člověk kouká jinak prostě.

**A máte pocit, že si takto i víc vážíte například kamarádů? Nebo se to vztahuje jenom k té rodině.**

Tak já nevím, vztah k přátelům se nezměnil v globálu. Koho jsem měl rád před misí mám rád i po misi. Vždycky ty moji kamarádi byli rádi, že jsem se živej a zdravej vrátil. Bylo pak vždycky o čem popovídat, protože každýho to logicky zajímalo, jak to tam probíhalo. Naopak jsem byl rád, že ani oni nezměnili svůj úhel pohledu vůči mě, že mi jako nikdo

nedával najevo, tak ty máš teďka zasebou tohleto, tak seš někdo atp. A hlavně ty lidi viděli, že jsem se vrátil takovej, jakej jsem odjel.

### **A změnil jste vztah k cizím lidem?**

Jako nevim, já jsem svým způsobem uzavřenej člověk, a mám spíš svůj úzkej okruh známých a přátel. A myslím si, že jako nechci teďka říct, že bych opovrhoval určitejma skupinama lidí, i když jako mám vůči určitejm skupinám negativní postoj. Ale ta mise na tom nic nezměnila jako jó. Maximálně, když to vezmu z tohoto úhlu pohledu, byl jsem v islámský zemi, jako poznal jsem, co ten islám dokáže, jaký ty lidi jsou. Jako zase nechci je házet do jednoho pytle, protože spousta těch lidí tam žije v neskutečný bídě a chudobě a nemyslím si, že by byli schopní nák ublížit, ale potom když se člověk vrátí sem do Český Republiky a vidí jak ty jiní takzvaní islamisti se chovaj, tak potom vůči týhleť skupině mám, nebudu říkat odpor, ale prostě vím, co od nich čekat. A když to řeknu v uvozovkách nevěřim jim ani nos mezi vočima jó. Ale jako v globálu říkám, kdo mě vadil mi vadí i po misi. A můžu říct, že třeba i na tý misi jsem poznal, že i na ty lidi, ke kterým jsem měl svým způsobem pozitivní vztah, myslel jsem si, že jsme v rámci tý armády kamarádi, že si můžeme věřit, spolehnout se na sebe, tak i ty mise mě naučili, že né každému se tahle dá věřit. Ty mise potom mi ukázaly, že se ty vztahy, kamaráčovty, dost značně vytríbily potom. I proto jsem rád, že lidi, kterým jsem věřil a zůstali na takový úrovni, že jsem jim mohl věřit i potom, tak že to takhle zůstalo. A naopak, že zase lidem, kterejm jsem věřil, tak že mi ta mise ukázala, že zas tak férový lidi to nejsou, tak se to potom trošku vytríbilo no.

### **A změnilo se to, jak a komu vyjadřujete své pocity?**

Myslím si, že před misema jsem svý emoce tolik najevo nedával a snažil jsem se nedávat ani v průběhu těch misí, protože jsem zaprvé nechtěl rozptylovat sám sebe a za druhý ani rodinu, která byla tady doma. Tím myslím rodiče, svým způsobem i tu přítelkyni. Takže jsem ty emoce najevo nedával. A teďka po těch misích s odstupem času, tak si myslím, že i ty moji blízcí potřebují vidět ty emoce, že je má člověk rád, že mu na nich záleží. Takže né, že bych to hnal nějak do extrému, ale myslím si, že jsem v týhleť stránce v těch mezilidskejch vztahů a těch emocí, vůči těm svejm příbuznejm otevřenější, a že i ty emoce dávám více najevo než dřív.

### **A změnilo se ještě něco v oblasti vztahů ať už k rodině či přátelům?**

Tak věděl jsem, jaký to je, když ten člověk je takhle dlouho pryč. V tu dobu, jak jsem říkal, jsem nebyl ženatý a neměl jsem děti, takže po týhle stránce to nemůžu objektivně posoudit. Ale zase jsem to viděl u těch rodičů. Protože třeba moje maminka tím hodně trpěla psychicky, babička taky. Samozřejmě táta, tak chlapi jsou větší tvrdáci v tomhle, takže jako myslím si, že ta mise to změnila v tom smyslu, že vím, že si svý vytrpěli, když jsem byl pryč. Takže se jim snažím tu lásku a tu dobrotu, tak nějak dávat víc najevo a samozřejmě se s níma snažím trávit víc času. A když je nějaký problém, tak se neschovávat, emočně sám pro sebe, ale naopak se to snažím s níma tak nějak otevřeně vyřešit žejjo. Proto si jako myslím, že v tý mise byla pro mě pozitivum, že jsem se víc otevřel vůči tomu svému okolí, který mám rád. Jako né vůči okolí jako takovému, ale vůči svým blízkým, rodině, manželce.

### **A změnilo se nějak to, jak vnímáte sám sebe?**

Jako nevím, jestli to je pozitivní nebo negativní, ale ty mise mi malinko zvedly ego, s tím, co jsem tam dokázal, jak jsem byl hodnocený po těch misích. I že jsem byl vyznamenaný třeba čestným odznakem Přemysla Otakara II., což je vyznamenání, který má málo vojáků. Jsem na to svým způsobem hrdej a pyšnej. Ale jinak bych řekl, že vztah sám k sobě zůstal stejnej. Jsem rád, že jsem si dokázal, že jsem měl na to, co jsem od sebe očekával jó. Že jsem sám sebe nezklamal takhle bych to řekl. Jinak jako mám se rád, stejně jako před misí, tak po misi. Takže asi takhle.

### **A zaznamenal jste nějakou změnu ve Vašich vlastnostech? Tím myslím třeba, zda se změnila Vaše sebedůvěra, odolnost atp.?**

Určitě zaznamenal. Třeba ta sebedůvěra určitě stoupla, říkám člověk si v praxi ověřil, na co má, čeho je schopen. A jak reaguje v situacích, které tady prostě v České republice v civilu prostě nepozná, o tom žádná. Říkám, po týhle stránce ta sebedůvěra určitě stoupla, ale nemyslím si, že by stoupla v nějakou nezdravou namachrovanost nebo, že by mi to ego stouplo do takových výšin, kdyby to bylo okolí nebo mě škodlivý. Ale v tom zdravým úhlu pohledu určitě stoupla (*odmlčení*). Jako k odolnosti a ke zvládnání nějakých náročnějších situací jsem za první určitým způsobem vycvičený, za druhý jsem se už i s tímhle do armády i šel, že to dokážu zvládat, a právě armáda mě v tomhle jenom posílila. A ty mise mě v tom dvojnásob posílily. Takže jako určitě se cítím víc

odolnější vůči tomu stresu a zátěži. A ta mise byla ještě přínosná v tom, že co si myslím, že co by s druhým zamávalo, tak se mnou prostě už nezamává.

### **To přikládáte hlavně tomu vojenskému výcviku?**

Tak já si myslím, že člověk se tak ze šedesáti procent nebo alespoň z poloviny takovej narodí a byl sem i tak nějak vychovávanej. Když jako si šáhnu do svý minulosti a do dětství, můj táta hodně inklinoval k trempingu a takže jsem jako byl polovojensky (*smích*) dalo by se říct vychovávan. Od mládí jsem tíhnul k těmletěm věcem. Takže říkám asi z padesáti procent jsem tam byl vychovanej. A pak samozřejmě vzhledem k tomu, že jsem byl u bojový jednotky, tak ta armáda ten zbytek doladila. Jak se říká ten kámen armáda doladila v diamant. A ty mise to prostě doleštily úplně.

### **Aha a změnilo se třeba ještě nějak Vaše vlastnosti?**

Já si myslím, že čím člověk je starší a stále dělá tohleto zaměstnání, tak že jsou na něj stále kladeny nový a nový požadavky, nové úkoly a člověk, jak stárne, tak bych řekl se stále zdokonaluje. Takže si myslím, že kdybych to takhle vzal, tak slabý stránky ubejvaj a ty lepší dovednosti a schopnosti se stále zdokonalujou. Myslím si, že i do určitýho věku, než se to zlomí v to negativní stáří, tak člověk má furt možnost se zdokonalovat a zlepšovat. A myslím si, že jsem v tom stádiu, kdy ještě v určitých věcech stoupám nahoru.

### **Ted' bych se ráda zaměřila na Vaše zájmy před tím, než jste do mise odjel. Mohl byste mi popsat, co Vás bavilo, zajímalo?**

Tak vzhledem k tomu, že jsem si vybral povolání vojáka, tak jsem k tomu inklinoval vždycky. Takže to znamená, zájmy a koníčky vše, co se točí kolem armády. Samozřejmě taky sportování, střelení, zbraně. Mám zbroják, vlastním i více zbraní a chodím střílet baví mě to a vždycky bavilo. I takovej ten lehce pravicovej pohled na svět, tak samozřejmě málokdo by šel do armády s tím, že by byl „hipík“ nebo květinový dítě.

### **Chápu, a změnilo se to nějak po misi?**

Ne určitě ne. Nezačal jsem dělat nic novýho. Když teda opomenou, že jsem se začal starat o dvě děti a o ženu (*smích*). Ale ta mise byla možná i pozitivní v tom, že, co se týče toho sportování, tak že tam na to měl člověk víc času, protože tam když sis udělal svojí práci, tak pak ses mohl věnovat, co se týče posilovny a to.. Tak nic jinýho se tam ani dělat nedalo

žejo (*smích*). Ale jako jinak koníčky, který jsem měl mi zůstaly. Řekl bych takhle jako na tý misi jsem si je mohl svým způsobem trochu rozšířit. Protože konkrétně já mám pozitivní vztah ke zbraním, tak tam jsem poznal nový zbraně, výbavu a výstroj vojáků cizích armád. Já se o toto zajímám, takže to pro mě bylo přínosem a byl jsem rád, že takovou možnost mám. Nic se neotočilo naruby, co jsem si jel před tím si jedu i teď.

### **Ještě mě napadá, zda se změnilo to, jak dokážete pracovat s časem?**

Jako já nevím (*přemýšlí*). Tak jako na tý misi to je svým způsobem hrozně jednoduchý, protože člověk se stará jen o sebe, a svoji zbraň a o svého kolegu jó. A vlastně vůbec neřešíš takový ty problémy všedního života (složanky, starost o rodinu). Plánování právě toho osobního života, tam si nic neplánovala jó, tams to měla jasně daný. Jelikož jsem voják a svým způsobem perfekcionista, tak si myslím, že si dokážu rozvrhnout dobře svůj čas, jako nemám s tím problém. Ta mise mi akorát ukázala, že to teďka to je možná trochu ně složitější ale dělám trochu víc zodpovědnějc a líp, že jsem se v tom jakoby zdokonalil. Jinak si myslím, že jsem tak nějak žil na plno a žiju furt na plno jó. Na tom se nic nezměnilo.

### **Teď bych se ráda zaměřila na Vaše životní hodnoty a na to, zda se nějak změnilo po návratu z mise?**

Já si myslím, že základní věc po tý misi nebo po těch misích je to, že si člověk opravdu začne vážit víc toho života, kterej žije. A je to i větší úcta k životu, celkově ke zdraví, i ke svým blízkým, rodině, ženě, dětem.

### **Takže se Vaše hodnoty změnilo nebo zůstali stejné jako před misemi?**

Určitě změnilo. Říkám prostě tohle je ta pozitivní stránka mise. Jako možná jsem byl dřív prostě větší sobeček, tak ta mise tyhle věci u někoho, konkrétně u mě, změnila. Prostě, že se člověk nad sebou víc zamyslí. Řekne si, že třeba některý věci byly dřív trochu špatně, a že je třeba některý věci poměnit. Zkrátka se teď snažím víc dávat svému okolí, rodině, manželce a hlavně dětem.

### **Přemýšlíte nad smyslem svého života?**

Nikdy jsem se nezabýval, takovou tou filozofickou otázkou, co je vlastně smyslem života, jako takovýho, nebo konkrétně mého života. Snažím se ten život žít, co nejlíp dokážu. Snažím se ho žít tak, abych byl pro své blízké okolí přínosem. A snažím se žít, abych teďka

v současné době, byl vzorem svým dětem, a aby ve mně viděli dobrého člověka, jakým bych chtěl být a za jakého se teda považuju, že snad jsem. I když to je asi dvousečný. Spousta lidí si asi řekne, že jsem obyčejnej blbeček a spousta lidí si zas třeba řekne, jó je to dobrej, férověj chlap, a tak to má být. Takže jako nehledám smysl života, jako takovej, ale snažím se ten život žít tak, abych se za sebe nemusel stydět.

### **A chápete svůj současný život nějak jinak, než jste ho chápal dřív?**

Myslím si, že ty mise na to nemaj vůbec vliv. Ty tohleto nezměnily. Jediný, co se mi změnilo to, že se mi narodily ty děti. Jak jsem říkal děti se mi narodily pozdě. Takže můj pohled změnily až ty děti. Takže spíš se bojím v tom smyslu, že by se mohlo stát něco, že bych tady nemusel být už a nemohl je ochránit a postarat se. Ale určitě tohleto nezměnily ty mise.

### **Teď bych se ráda zaměřila na otázky ohledně víry. Považujete se za věřícího?**

No byl jsem vychovávaný jako ateista, ačkoliv svým způsobem v Boha věřím a vzdávám křesťanské hodnoty. A ta mise ve mně tu víru ve mně maličko posílila. Jako věřící se ze mě nestal v pravém slova smyslu.

### **Mohl byste mi to prosím více objasnit, popsat?**

No nejsem prostě křesťan, protože nejsem křtěnej. Oficiálně jsem stále ateista, ale ty mise, malinko takovou tu víru v Boha, nechci říkat konkrétně v Ježíše Krista, ale jako určitě to posílili. A jako nikdy jsem se nestavil negativně k lidem, který v Boha věřili a věřej. Naopak jako říkám proti islámu jako takovému mám značný výsady, a teďka v poslední době, co se děje je mám hodně značný. A naopak svým způsobem bych byl i rád, kdyby mí děti byli věřící, ale jelikož já jsem oficiálně ateista a moje žena taky, tak asi nikdy pokřtěný nebudou.

### **Aha, můžu to chápat tak, že nad otázkami víry více přemýšlíte?**

Jo to jako určitě právě. Přemýšlel jsem, i o křtu svých dětí, ale jelikož já jsem ateista i moje manželka je ateistka, tak asi nikdy pokřtěný nebudou, no nevím.

### **A přemýšlel jste i o tom, že byste se nechal pokřtít i Vy?**

Jako určitě jsem o tom přemýšlel, ale jelikož jsem nežil plně bez hříchu a asi ani nebudu tak jsem o tom spíš jen tak přemýšlel a uvažoval. No ale jako ty mise tomuhle určitě



napomohli. A hlavně i po tý misi člověk na některý věci kouká jinak. Takže jakoby malinko mě to k tomu, k tý víře v Boha posunulo. To si dovolím tvrdit, že rozhodně ano.

**Ted' mluvíme hodně o víře, tím myslíte křesťanskou víru v Boha?**

Jo, křesťanskou. Spíš mám blíž k evangelíkům než ke katolíkům. To je možná i tím, že, co se týče dějepisu, jsem orientován na husitské období a tu dobu před bělohorskou, český stavovský povstání. Takže to s tím nesouhlasím s tou rekatolizací českých zemí.

**Ano, tomu rozumím. Nyní bych se ještě ráda zaměřila na to, jak dané mise probíhaly? Mohl byste mi to popsat?**

Tak v první misi jsem dělal ochranu základny, patroly, doprovázení civilních pracovníků, kteří tam d'áli pro ten provinční rekonstrukční tým, dále vojenský doprovod vojenským „simikářům“ a „sajobsu“, což jsou jednotky nebo jedinci, kteří dělají právě spolupráci s tím civilním obyvatelstvem. A ty potřebovali vždycky ozbrojený doprovod samozřejmě. No v podstatě to fungovalo tak, že jsme třeba ze 7 dnů v týdnu opravdu 6 dní měli, co dělat a potom jsme měli jeden den volna, abychom si trochu odpočinuli. Byly tam samozřejmě nárazové akce, záleželo na bezpečnostní situaci. Takže jako říkám, člověk si udělal svoji práci, pak se vždycky staral o to, aby se v pohodě vyspal, v pohodě najedl. A když byla volná chvíle a mělas vyčistění zbraně a udělanou svoji výstroj, výzbroj, tak si šel člověk zacvičit, zaběhat. A když byl večer čas, tak jsme si šli posedět, což byla tady i možnost, že tam byl jako takovej v uvozovkách bar, kde jsme se jako mohli tak náěk lehce odreagovat. Ale jako musím říct, že mise svým způsobem splnila to, co jsem od ní očekával. Bavilo mě to, d'ál jsem to dokonce i s nadšením s přesvědčením. Takže, co se týče týchletý věci jako práce, tak mě tam nic nezklamalo. No a v tý druhý misi, tam už jsem byl velitelem družstva čty ochrany. A ta měla především na starosti ochranu celé základny plus vnějšího perimetru základny. Což jako nebylo pro mě, tak zajímavý, jako ta první mise, ta byla opravdu taková různorodější. Hodně jsme cestovali mimo základnu. Na týchletý druhý misi jsme se spíš motali kolem tý základny. Zase ta, byl rozdíl v tom, že v první misi jsme byli ve vysokých horách, kde byla úžasná příroda. No v uvozovkách úžasná teda (*smích*). Ta druhá mise byla na jihu, takže jenom pouště, kopce, velký vedra, extrémní teda počasí 50 ve stínu 70 na sluníčku. Tak to jako byl mazec. Ale zase jsme tam byli natolik zabití tou prací, nebo těma, já to nazvu službama, že jsme toho času moc neměli. Takže jako to utíkalo a byl jsem vždycky vděčnej za nějaký ten odpočinek. Jinak

já konkrétně jsem byl rád, že tam potom byli kluci z francouzské armády cizinecký legie, jak jsem říkal, zajímám se o armádu, zajímám se o zbraně, takže jsem se jako snažil hodně svýho volnýho času snažil trávit s nima. Poznat jako, jak to u nich funguje. Přece jenom je to top armáda cizinecká legie francouzská. Takže jsem nebyl z těch českých vojáků, který by to volno trávil u počítače. Fakt jsem se ho snažil maximálně využít a využíval jsem ho no. Jako i když tahle mise byla delší, tak mě se jako svět nijak nehroutil, neměl jsem žádnou ponorkovou nemoc. S lidma se kterýma jsme si lezli na nervy, tak jsem se s nima přestal bavit. S mejma lidma se kterejma jsem byl ubytovanej, byli jsme vlastně 4 chlapi na malym prostůrku, ale vycházeli jsme perfektně, takže to bylo v pohodě.

**A zažil jste nějakou situaci, ve které Vám nebo Vaším spolupracovníkům šlo o život?**

Tak těch tam bylo několik. Zažil jsem sebevražedný atentáty, to že jsme byli nastřelený, jako myslím základna. Byl jsem zaplat' pán Bůh v kontingentech, kde jsme se vrátili všichni zdraví a živí. Když jsem byl třeba na tý první misi, tak tam nás potom střídali kluci a do čtrnácti dnů po našem odjezdu měli mrtvýho a těžce zdraněnýho. Nám se toleto zaplat' pán Bůh všechno vyhlo. Samozřejmě na spoustu lidí tohleto působilo jinak. Tam se právě ukázalo, jak tyhleto stresový situace dokážou s lidma zamávat. Je to podle mě bída český armády todleto, že když ten člověk se tam psychicky složí, tak že aby si kontingent neudělal ostudu, tak ten člověk není repatriován a není odeslán zpátky a vyměněn za někoho jinýho, ale zůstává na místě. No a efekt to má pouze takovej, že není vysílán do míst, kde by to bylo trošku víc exponovaný. Naopak si v klidu sedí na základně, bere stejný peníze jako ty kluci, který tam místo něj musí chodit. Tohle je třeba to, co mě trošku mrzelo, nebo štválo. Ale prostě hold takhle to je.

**Aha, takže taková situace na misi nastala?**

Jo stalo se to, stává se to, ale říkám, takhle jsou hold karty rozdaný.

**Aha, jasný. A Vám konkrétně se taková situace stala? Že byste musel zůstat z nějakého důvodu na základně?**

Jak jsem říkal, byl jsem v tu dobu za prvé bez rodiny, jako myslím bez vlastní rodiny. Takže naopak já jsem se to snažil odbýt se ctí a nejlíp, jak dovedu. Jak jsem říkal už na začátku. Šel jsem do těch věcí možná až zbytečně moc po hlavě. Takže mě se tohleto nestalo no. Jako já jsem to bral tak, že ty věci tam prostě jsou. Naopak jsem se snažil ty

věci řešit, dalo by se říct, co nejlépe, to vyřešit šlo. Nehledal jsem nějaký únikový metody, a hlavně jsem měl kolem sebe i stejně smýšlející kolegy. Tak jsem to tak v tu chvíli prostě bral. Musím říct, že se tam nenaskytla žádná situace, která by mě totálně položila. Říkám, šel jsem do toho naplno.

**A vy jste říkal, že jste šel do nějakých akcí až zbytečně moc po hlavě. Jak bych si to měla představit. Mohl byste mi to nějak popsat, přiblížit?**

No, popsat, přiblížit (*přemýšlí*). Můžu dát asi příklad. Třeba zajistíš místo a máš třeba zajistit sto metrů čtverečních. No a my jsme v rámci naší vlastní iniciativy zajistili jednou tak větší místo, jednou tak větší prostor. Když došlo k nástřelu nebo k vyhocení situace, nestáhli jsme se, naopak jsme se snažili místo zajistit, aby byli v bezpečí ty, které jsme měli chránit. Byly třeba situace, kdy někteří kolegové se rozhodli, že situace je natolik vážná, že je lepší se stáhnout. Naopak my jsme situaci vyhodnotili tak, že jí ještě zvládáme a nebudem kvůli tomu přerušovat patroly nebo dané úkol a splníme ho do konce a zůstaneme na místě. To potom je na posouzení velení, jestli jsme se zachovali správně nebo ne. Říkám, jedni lidi by se stáhli, jedna parta, my jsme byli taková parta, že jsme se prostě nestáhli. Nikdy nám to nebylo dáno za zlý jó. S odstupem času si potom člověk musí uvědomit, jestli to bylo správné nebo to nebylo správné. Jako takhle, zabalit to můžeš vždycky, ale prostě jsme se snažili úkol splnit do poslední dané možnosti, co bylo v našich silách.

**Aha, ano. A setkal jste se v misi se smrtí?**

Ano se smrtí jsem se setkal, né teda vlastních lidí, zaplat' pán Bůh za to. Ale viděl jsem mrtvý civilní obyvatelstvo. Zažili jsme úmrtí koaličních vojáků. V podstatě tyhle ty otázky ti dává i psycholog, když se vrátíš z mise na tom výstupním pohovoru. Jako věděl jsem do čeho jdu, nezamávalo to se mnou nikterak. Samozřejmě to bylo jiné, když člověk viděl mrtvý děti. Stalo se nám, že nám přivezli na základnu holčičku, která v podstatě umřela ještě na bráně, než jsme stačili ten doprovod prohledat a tu holčičku. Protože už byla prostě tak vážně nemocná, nebo tak v zbědovaném stavu. Ale tam to k tomu patří prostě v tom Afgánistánu, je to prostě země, kde ty lidi umírají brzy, žijou tam v hroznejch podmínkách, lékařská péče nulová, ještě islám takovej, že muž si nepřeje, aby mu prvně nevěřící viděl ženu, takže tam je vozili k ošetření na základnu až když byli v podstatě mrtví. Tak to tam prostě fakt je. Jako nežralo mě to. Nedělalo mi to problém, jako hled na smrt, na mrtvýho

člověka, na krev. Samozřejmě, že bych se v tom vyžíval, to rozhodně ne, ale jako nemám z toho trauma. Neměl jsem z toho trauma tam, ani doma tady potom. Prostě беру to tak, že co bylo tam bylo tam a co je tady je tady. Vrátil jsem se do civilizovaného světa, a tak to je. Samozřejmě i tady v České republice se naskytou příležitosti, kdy člověk je svědkem dopravní nehody, zranění někoho. Naopak si myslím, že to co jsem zažil můžu zúročit tady, že mě to možná i posílilo. Prostě člověk viděl ledacos takže ho ani tady takovýchle věci nerozhodí.

### **Aha, aha. A musel jste řešit nějaké osobní problémy/krize?**

Jako s přítelkyní jsem žádnou krizi neřešil, moje přítelkyně měla sto procentní důvěru ode mně, disponovala i mojí výběrovou kartou. Naopak byla natolik skromná, že místo toho, aby si trošku vyhodila z kopýtka, jak se říká, tak si pomalu ani nic na sebe nekoupila. Když jsem se vrátil z mise, tak jsem se snažil odměnit tý rodině, že jsem třeba zaplatil rodičům dovolenou, přítelkyni dovolenou, že jsme vyjeli takhle všichni jó. Jako po týchletý strážce žádný krize nebyly. Nevolal jsem domů každý den, ani to teda nešlo. Stačilo volat jednou za týden, jsem živej, zdravej všechno v pořádku. Vono taky, co chceš do toho telefonu pořád říkat. Vzhledem k tomu, že jsem neměl ty děti, tak to bylo snazší. Ale jako byl jsem rád, že jsou voni doma v pohodě, a že já jsem v pohodě. Fakt jako já osobně jsem žádnou krizi neměl, že bych se tam někde tloukl do hlavy, kurva ať už jsem doma. Nic takového.

### **A zůstala ve Vás zakořeněná nějaká událost, která pro Vás byla na misi nejtěžší?**

No kupodivu to není nic, co bych tam zažil, co se týče těch vojenských věcí. Ale, co jsem třeba dlouho zkoušaval, bylo potom to, že se někteří jedinci, jako kolegové, vybarvili tak, jak se vybarvili. A to jsem jako zkoušaval hodně těžko. A řeknu Vám na rovinu, že i po těch letech, co ta mise je za náma, tak zůstala, mezi mnou a některýma jedincema, taková situace, že bysme se teďka jenom s bídou pozdravili. Já teda už nesloužím tam, kde jsem sloužil, protože jsem vodušel k vojenský policii. A možná i to, jak jsem viděl, jak někteří lidi dokáží fungovat a jak se chovali, tak to byl možná jeden z důvodů, proč jsem odtamtud odešel. Tohleto mě teda vadilo, a skoušaval jsem to dlouho a těžce. A švalo mě, že jsem některým lidem věřil a myslel jsem, že tam budeme v pohodě a prostě na někoho to bylo asi dlouhý nebo prostě měli doma nějaký problémy, a prostě tam potom došlo k situacím, že jsme spolu třeba už ani nekomunikovali jo. A voni už třeba chtěli hrozně

domů, my jsme zas tolik nespěchali jó. Tohle mě jako štválo no. Takže, co se týče mezilidských vztahů tam, tak jsme skončili na tichý domácnosti no.

**Vy jste se na začátku zmínil, že jste byl čestně oceněný. Můžete mi říci, za co jste ocenění získal, nebo je to tajemství?**

No, jako jo, bylo to čestný ocenění Přemysla Otakara II. Jako takhle po každý misi dostane voják ocenění. Dostaneš ocenění od NATA pak od Ministerstva obrany medaili za účast v misi. Ale tohle ocenění jsme z celého kontingentu dostali 4. A bylo to za vzorné plnění úkolů v zahraniční misi, protože jsem opravdu dělal nad rámec svých možností. Za to jsem dostal i několik pochval přímo v průběhu mise. A na závěr jsem byl právě vybraný velitelem kontingentu právě na toleto ocenění. Kterýho si teda nesmírně považuju a jsem na to patřičně hrdej.

## **Příloha č. 6: Ukázka z interview s panem Kristiánem**

### **Jaké jste měl vztahy s rodinou (rodiči, sourozenci)?**

Tak myslím si, že naprosto bezproblémový, jako spíš nadstandardní bych řekl, protože my jsme měli hezký dětství, žádný problém bych neviděl teda. Nemyslím si, že by něco bylo v nepořádku. Jinak mám mladší sestru, se kterou jsem měl těžce nadstandardně dobrý vztah a mám do dneška. Že jsme byly až taková patologicky souznící dvojice. Vždycky říkali všichni jak to, že vy se nehádáte. To bylo dobrý (*úsměv*).

### **Měl jste přítelkyni/manželku? Jak byste popsal vztah s ní?**

V té době už jsem měl manželku a dvě dcery. Té starší bylo už 8 právě. Tak tam jsem akorát možná málo dbal na to, že to je nejdůležitější, že jsem měl pocit, že ta pracovní kariéra je dost důležitá v té době. Jako já si myslím, že žádný takový, že bych vnímal zásadní problémy v té rodině to ne. Ale já jsem prostě v té době to měl tu prioritu postavenou tak, že teda jako lékař a voják, v podstatě, že bych měl pracovat na tom, abych po té profesní stránce se zdokonaloval nějak. Tenkrát jsem to vnímal tak, že i ty mise vlastně jsou jakousi pomyslnou čárkou v životě toho vojáka vlastně, když ji nemá, tak jako kdyby nebyl zcela plnohodnotnej. Tak jako jsem to dost upřednostnil teda. A pak jsem teda zjistil, že teda (*odmlčení*) dodatečně jsem zjistil, že třeba ty děcka tím docela trpěli, teda ty nejstarší moje no, aniž bych si to tenkrát uvědomoval, protože oni to nedávali samozřejmě otevřeně najevo, ale pak se to teda projevilo, že měli strach, že to bylo takový, že to bylo náročný i pro ně no. Hlavně pro tu nejstarší, když to tak jako hodnotím no. Ta mladší spíš jako trpěla tím, že jsem nebyl doma, ale ta starší ta si uvědomovala i ty rizika, ale jako nikdy to neřekla, ale pak to z toho vyplynulo.

### **A kdybych se ještě vrátila ke vztahu k Vaší manželce před misí. Jak byste ho popsal?**

Tak já nevím v té době bych řekl celkem standardní tak nějak. Akorát tam možná do toho vstupovalo mírně negativně ještě to, že já jsem teda začal sloužit na jiném místě, jako voják teda a je fakt, že manželka s tím příliš nesouhlasila, jako s touhle lokalitou, tak asi možná o to, to bylo horší, že v podstatě já, když jsem odjel na tu misi, tak oni tam vlastně zůstali, tam kde být nechtěla vlastně, tak tam zůstali docela dlouho, to bylo těch 15 měsíců sami, tak to bylo možná takový nemilý no tenkrát.

### **Říkal jste, že v té době jste měl již 2 dcery, jak byste popsal vztah k nim?**

Jako dobrej právě, já jsem s těma dětma se všema, protože já těch dětí mám hodně (*smích*), ale prostě se všema mám dobrej vztah. Ale toto bych řekl, že byla taková černá kaňka na tom no, že právě ona to těžce nesla ta starší, ale ona zas byla takový možná v tom trochu introvert, že to neřekla prostě no, jako na rovinu, že by se s tím svěřila někomu. Spíš to jakoby, dusila v sobě, což možná jakože jí určitě taky nějak ovlivnilo. No a když teda to jsem byl pak v Afghánistánu, že vlastně ona si to nějak z těch zpráv uvědomovala a defacto ona kvůli tomu dá se říct i pak jakože onemocněla na psychosomatické jako takový potíže, který se víceméně nevysvětlili jinak. No a vlastně já, když jsem se potom vracel, tak ona teda úzkostlivě lpěla na tom, že přesto my jsme teda přijeli ve 2 ráno, tak ona byla bohužel ještě v nemocnici, tak chtěla zásadním způsobem, abych se za ní zastavil. No prostě nikdo to nechápal, ještě babička jí říkala, že přijedu v noci, že to bude prostě pozdě. *Ne, tatka za mnou určitě přijede a takový.* No to bylo takový (*odmlčení*). No a pak se to jakoby, upravilo ale je pravda, že si to jako až do dneška nese, že se jakoby, zakuklila mírně bych řekl.

### **A jaké vztahy máte s rodinou (rodiči, sourozenci) v současnosti? Změnilo se něco?**

No tátu už bohužel nemám, od roku 2015. Ale jako já opravdu jsem k nim měl vždycky, jako k rodičům i k sestře vždycky jako vztah nadstandardně dobrej a ten mi vydržel vlastně pořád stejně. To se vůbec nezměnilo.

### **Jaký vztah máte s přítelkyní/manželkou v současnosti? Změnilo se něco?**

Tak já už s první ženou nejsem. Ale to si myslím, že to nebylo v žádným případě v důsledku misí nebo tak, to spíš pramenilo z toho, že prostě asi já nevím my jsme měli ten náš vztah časnej a jaksi tam se neposuzovala nějaká ta konzistence názorová a tak dál, a to já si myslím, že to už se dá říct po těch 10 letech, že člověk už si uvědomoval, že tam jsou rozdíly, ale prostě jaksi ta ochota to řešit tam nebyla. Ta nastala až časem. To se víceméně projevilo, že jsme to né úplně dobře zvažili no prostě, že jsme byli úplně jakože rozdílný povahy no. Ale jako ve vztahu k misím se nic nezměnilo. To jako kdyby nebyly ty mise, aspoň z mého pohledu. Ale určitě rodina, manželka, a určitě děti jsou teď velká priorita.

### **A vztah k dětem se změnil?**

To jo, to jo, tam jako bych řekl, to jsem si uvědomil teda, že jako být s těma dětma je jako základ! Že to je extrémně důležitá věc. Jako teďka si představit, že bych odjel do Afghánistánu v době, kdy oni už budou chápat, že je něco špatně nebo tak, tak to si neumím představit. Jako osobně prostě jsem si uvědomil, že bych to těm dětem neměl dělat takový věci, že bych už teďka nejel. Tohle by měla být věc pro bezdětný lidi.

### **Mohl byste popsat Vaše životní hodnoty před misí?**

No tak já jsem hodně preferoval právě tu práci a kariéru. Jako já jsem nikdy netoužil být předsedou vlády nebo premiérem nebo nejvyšším lékařem ve státě to jako ne, ale jako v tom svém oboru jsem jako dobrej chtěl být. To jsem hodně upřednostňoval. No a dneska to chci pořádně, ale už to pro mě není největší priorita no.

### **A změnil se Vaše hodnoty na základě mise?**

To určitě, nejvyšší priorita je zdravotní stránka, protože já jsem třeba podřizoval hodně i toto, jako třeba prostě, že člověk na to nějak tak nehleděl, že kolikrát to šlo na doraz, i to vyčerpání z té práce, jako nebralo mezí. Já jsem zjistil, že nemá ani tak valný smysl se honit za kariérou. Tak bych řekl, že to ustoupilo do pozadí. Ale tak na rovinu určitě s tou rodinou a dětmi, že jsou velká priorita, že to, co člověk ztratí, to už nikdy nedožene s nima a oni to taky nedožene žejó. I stěma misema jakože, když si člověk uvědomí, v čem žijou ty lidé tam, žejó, naprosto nesmyslně. Takže vážím si toho klidu, míru toho rodinného prostředí, té možnosti ty děcka vychovávat v klidu a míru, aby nepoznaly takový hrůzy, jak jsou někde jinde, to bych řekl, že je moje hlavní priorita.



## **Příloha č. 7: Časové délky jednotlivých interview**

<b>Respondent</b>	<b>Časová délka interview</b>
<b>Jakub</b>	1:49:43
<b>Antonín</b>	1:29:16
<b>Jáchym</b>	1:10:47
<b>Štěpán</b>	1:21:35
<b>Lukáš</b>	1:19:48
<b>Tadeáš</b>	1:43:27
<b>Jindřich</b>	1:51:50
<b>Alfréd</b>	2:32:59
<b>Dušan</b>	1:48:56
<b>Kristián</b>	1:31:42
<b>celkem</b>	16:40:03

## **Příloha č. 8: Dotazník – sociodemografická data**

Kolik je Vám let?

Jaký je Váš stav (svobodný/á, ženatý/á, rozvedený/á, vdovec/vdova...)?

Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?

Kolik let sloužíte/sloužil jste v Armádě České republiky?

Kolik misí jste absolvoval?

Jaké to byly mise a jak dlouho jste na každé z nich byl?

Kolik času uběhlo od Vaší poslední mise?

Jaké bylo Vaše profesní zařazení na misi?

**Příloha č. 9: Hodnoty jednotlivých respondentů v dotazníku PTGI - CZ**

<b>Respondent</b>	<b>Vztahy s druhými</b>	<b>Nové možnosti</b>	<b>Osobnostní růst</b>	<b>Spirituální změna</b>	<b>Ocenění života</b>	<b>celkem</b>
<b>Jakub</b>	8	8	9	3	5	<b>33</b>
<b>Antonín</b>	0	2	2	0	3	<b>7</b>
<b>Jáchym</b>	10	6	8	0	7	<b>31</b>
<b>Štěpán</b>	13	2	10	0	3	<b>28</b>
<b>Lukáš</b>	28	6	12	0	8	<b>54</b>
<b>Tadeáš</b>	3	1	8	8	8	<b>28</b>
<b>Jindřich</b>	6	2	6	2	3	<b>19</b>
<b>Alfréd</b>	17	18	12	2	5	<b>54</b>
<b>Dušan</b>	28	18	16	3	13	<b>78</b>
<b>Kristián</b>	20	17	12	6	10	<b>65</b>
<b>Maximum bodů</b>	35	25	20	10	15	105

## **Příloha č. 10: Informovaný souhlas s účastí na výzkumu**

### **Informovaný souhlas s účastí na výzkumu v rámci bakalářské práce**

Název práce:

Autor práce:

Vedoucí práce:

Termín realizace:

Místo realizace:

1. Prohlašuji, že jsem byl/a seznámen/a s podmínkami účasti na výzkumu posttraumatického rozvoje a že se jej chci dobrovolně zúčastnit.
2. Beru na vědomí, že údaje poskytnuté pro účely tohoto výzkumu jsou anonymní (moje jméno se nebude nikde vyskytovat) a nebudou použity jinak než k interpretaci výsledku v rámci bakalářské práce.
3. Byl/a jsem poučen/a o rizicích/komplikacích, které se mohou v rámci výzkumu objevit.
4. Rovněž беру na vědomí, že mohu z výzkumu kdykoli podle svého vlastního uvážení vystoupit.

Dne.....

Jméno a příjmení.....

Podpis.....