

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI
KATEDRA PSYCHOLOGIE FILOFOFICKÉ FAKULTY



STRES A JEHO ZVLÁDÁNÍ U ÚČASTNÍKŮ
ZAHRANIČNÍ VOJENSKÉ MISE

Magisterská diplomová práce

Autor: Mgr. Bc. Radovan Honzek

Vedoucí práce: Doc. PhDr. Zdeněk Vtípil, Csc.

Olomouc 2017

Palacky University in Olomouc

Faculty of Philosophy, Department of Psychology

**THE STRESS MANAGEMENT AMONG THE
MEMBERS OF FOREIGN MILITARY MISSION**

Magister thesis

Author: Mgr. Bc. Radovan Honzek

Supervisor: doc. PhDr. Zdeněk Vtípil, CSc.

Olomouc 2017

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracoval samostatně a všechny použité prameny řádně citoval a uvedl.

V Olomouci 31. března

.....

Na tomto místě bych především rád poděkoval panu docentu PhDr. Zdeňku Vtípilovi, CSc., za významnou pomoc, inspiraci a nesmírnou ochotu při psaní této magisterské práce.

Významné poděkování dále patří paní podplukovnici Mgr. Markétě Kaštánkové, armádní psycholožce především za spolupráci při terénním výzkumu mezi příslušníky bojové jednotky v zahraniční operaci. Další poděkování patří panu kapitánu Mgr. Petru Osokinovi a majoru Mgr. Ladislavu Kabátovi, vojenským psychologům za fundované rady a pomoc.

Na závěr bych chtěl vyjádřit poděkování své vlastní rodině, především rodičům a manželce, bez jejíhož pochopení a trpělivosti by práce nevznikla.

Obsah

Úvod.....	8
Teoretická část.....	12
1. Armáda České republiky v současnosti	12
1.1. Bojové jednotky Armády ČR	15
1.2. Zahraniční mise	16
2. Profesionální voják a jeho kvality	19
2.1. Univerzální voják versus voják specialista	21
2.2. Voják v podmínkách zahraniční mise.....	24
2.2.1. Příprava vojáka k nasazení v zahraniční misi.....	25
2.3. Vojenský psycholog v zahraniční misi.....	28
3. Psychická zátěž a její prožívání v bojových podmínkách.....	33
3.1. Zátěžové faktory v bojovém nasazení.....	34
3.2. Bojová činnost a kognitivní funkce	36
3.3. Voják a stres	38
3.3.1. Pojetí stresu, vybrané definice stresu	40
3.3.2. Stresory a jejich dělení	42
3.4. Strategie zvládnání (coping)	48
3.5. Motivace vojáků	51
3.5.1. Syndrom vyhoření	53
3.6. Profesionální voják, trauma a PTSD	55
4. Výzkumná část.....	58
4.1. Výzkumný problém	58
4.2. Cíle výzkumu	59
4.3. Výzkumné hypotézy.....	60
4.4. Metody	60

4.4.1. Metoda výběru souboru	61
4.4.2. Popis souboru.....	62
4.4.3 Metody sběru dat.....	66
4.4.3 Dotazníky IPSS, SUPOS-7, SVF-78 a BM	67
5. Etické otázky a organizace výzkumu.	71
6. Zpracování dat	73
6.1. Symbolika výsledkové části	74
7. Výsledky výzkumu.....	75
7.1. Základní výsledky pro IPSS	75
7.2. Základní výsledky SUPOS -7.....	78
7.3. Základní výsledky SVF – 78.	81
7.3. Základní výsledky inventáře BM.	86
8. Koreláty vybraných dimenzí dotazníků IPSS, SUPOS,SVF – 78 a BM.....	88
8.1. Vybrané koreláty dotazníku IPSS	88
8.2. Vybrané koreláty dotazníku SUPOS-7.....	90
8.3. Vybrané koreláty dotazníku BM	90
8.4. Koreláty sociodemografických proměnných, vybraných dotazníků a jejich dimenzí.	92
9. Platnost hypotéz.....	94
10. Diskuze	96
Závěr.....	103
Souhrn	106
Seznam literatury:	110
Elektronické zdroje:.....	112
Přílohy	114
Příloha 1: Zadání bakalářské diplomové práce	115
Příloha 2: Český a cizojazyčný abstrakt diplomové práce	116

Příloha 3: Inventář pracovního stresu Spielberger (IPSS)	118
Příloha 4: Data výzkum BJ - výcvik.....	119
Příloha 5: Data výzkum BJ -mise.....	120

Úvod

*„Já jsem rváč a voják. Rváč a voják patří na frontu. Když fronta nejde za mnou, musím já za ní. Ale hluboce si vážím člověka, který umí zařídit, aby tuhle rostly pořádně brambory nebo tamhle aby pořádně jezdil vlak. Pít a nemístně kouřit není vojenské. **Vojenství znamená nejvyšší vypětí nejlepších vlastností muže. Právě vojenství je tak ušlechtilé, že nesnese moc alkoholu a tabáku.**“*

Armádní generál Josef Šnejdárek

Současná Armáda České republiky se právem považuje za následovatele tradic československých legií, které se v dobách nelítostných a krutých bojů První světové války staly hlavní hybnou silou nově se rodícího národního státu. Bez obětavosti a hrdinství tisíců jejích příslušníků by vznik samostatného, nezávislého a demokratického Československa zůstal pouhou proklamací, která by nenašla reálného naplnění. Právě díky osobní statečnosti našich předků se mohl sen o vlastním státě přeměnit v reálnou skutečnost. Zrod státu nebyl přitom jednoduchou a jasnou záležitostí. Kromě jeho samotného zrození bylo následně nutno stát konsolidovat a přivést k prosperitě. V době meziválečné, kterou dnes nazýváme První republikou, to byli právě legionáři, kteří tvořili zdravé jádro armády demokratického Československa. Byli to především vojáci, kteří se po těžké ráně, kterou jim zasadily události Mnichovské zrady, mezi prvními vzchopili a postavili se na odpor smrtelnému nebezpečí hitlerovského Německa. Vojáci v drtivé většině nepropadli trdomyslnosti, i když doba působila beznadějně. Českoslovenští vojáci, často opět legionáři, bojovali a umírali, a to nejen na všech důležitých frontách Druhé světové války, ale také doma v rámci odbojového hnutí. Bojovníci z frontových jednotek, letci nebo parašutisté vysazení v týlu nepřítelů, ti všichni prolévali krev v boji s nelidskou a zrůdnou ideologií nacismu prakticky na všech bojištích II. světové války. Nad rozbouřeným kanálem La Manche, na suchých Saharských pláních, na zasněžených ukrajinských hlinách nebo rozbahněných karpatských hřebenech, tam všude vždy projevovali vojáci nebyvalou dávku hrdinství a odříkání. I když se posléze poválečný vývoj ubíral zcela jiným směrem než právě k demokratickému a plně svobodnému Československu, nebyly a ani nemohly být demokratické hodnoty a Masarykovské ideály z povědomí národa vymazány nadobro. Jejich ukotvení v myslích všech vlastenců bylo příliš silné. Naplno se to projevilo v období

společenských událostí roku 1989. Pro armádu a vojáky byl zásadní změnou těchto historických událostí přechod od Československé lidové armády, jakožto symbolu a nástroje moci, ke standardu armády demokratického státu. Tento proces rozhodně neprobíhal jednoduše a nevyvaroval se také častých pochybení. Výsledkem však je, že v dnešní době má naše republika armádu diametrálně rozdílnou. Pokud pomineme politická a ideologická dogmata, největší a zásadní změnou je přerod armády na profesionální. Brance, kteří povětšinou postrádali jakoukoliv motivaci, nahradili profesionálové. Práci vojáka z povolání si zvolili dobrovolně a mohou se denně připravovat k potenciálnímu nasazení. To je ve srovnání s dobou dřívější výrazná a podstatná změna.

Armáda ČR byla tímto transformována na plně profesionální sbor na počátku roku 2005. Další stěžejní historickou změnou byl vstup České republiky do struktur Severoatlantické aliance (NATO) v březnu 1999. Tyto změny přinesly kvantitativní i kvalitativní změny a nové geopolitické ukotvení České republiky. Bylo třeba pravidelně plnit alianční závazky, což se především projevilo nasazováním vojáků naší armády do zahraničních operací. V rámci NATO si na tomto poli vojáci Armády České republiky postupně vydobyli vysokou prestiž u svých koaličních partnerů.

Jak již vyplývá z výše zmíněného, nastal v posledním desetiletí mnohdy téměř překotný přerod armády od té vševojskové, úzce zaměřené především na teritoriální obranu, až na armádu schopnou plnit expediční úkoly. Přestože tento přerod přinesl značné úspěchy a naši vojáci se mohli s hrdostí porovnávat v těžkých situacích s koaličními jednotkami, potvrdit si v těžkých podmínkách nasazení své schopnosti a nabýt potřebné sebevědomí, z celkového pohledu neprobíhala celá transformace rozhodně ideálně. Důvodem je dlouhodobý vnitřní dluh a značné poddimenzování zdrojového rámce. Nejvíce to poznamenalo zejména jednotky nevyčleňované do aliančních struktur nebo zahraničních operací. Nutno uznat, že i při největších škrtech v rozpočtu rezortu Ministerstva obrany se tyto restriktce oblasti nasazování vojsk do zahraničních operací dotkly pouze okrajově. Dnes tedy můžeme konstatovat, že je to právě tato oblast, kde se kde se udělaly největší pokroky. V současnosti patří právě zahraniční operace jednoznačně k tomu nejlepšímu, čím se může Armáda České republiky prezentovat. Pravidelná účast Armády České republiky v rámci zahraničních misí začala de facto v devadesátých letech operacemi na zajištění míru na Balkáně, především v Bosně a Hercegovině nebo v provincii

Kosovo. (SFOR, IFOR, KFOR). Přestože tyto zahraniční mise nebyly rozhodně jednoduché a vojáci se zde setkávali v rámci své služby s celou řadou náročných a vysilujících úkolů, jen těžko se dají svým charakterem srovnávat s dnešním působením v Afghánistánu. Přece jen se povětšinou jednalo o stabilizační mise na území, kde už přímé válečné operace neprobíhaly. Rovněž zde neexistovalo jasné nepřátelství stran konfliktu projevované ve formě letálních útoků vůči stabilizačním silám. V tom je každá mise v Afghánistánu diametrálně rozdílná a velmi náročná. Dnes má prakticky každé nasazení na tomto teritoriu, a to vzhledem k situaci, jaká tam panuje, nepochybně bojové parametry. Přestože se některé mise označovaly, či stále označují jako mise mírové (např. PRT – Provinční rekonstrukční tým působící v provincii Lógar v letech 2008 – 2013), jde o eufemismus, který nesouvisel s opravdovou denní realitou. Realita je v současnosti jednoznačně válečná. Porovnáme-li souběžně probíhající misi na území Mali v subsaharské Africe, případně dřívější mise na Balkáně, musíme uznat, že se v současnosti objektivně jedná na území Afghánistánu vždy o akce mnohem těžší a nebezpečnější, které kladou na každého jednotlivce vysoké nároky. V tomto ohledu je v současnosti ve zvláštním postavení Strážní rota na letišti Bagram v provincii Parwan, která se při střežení vnějšího perimetru této klíčové základny dostává během denních i nočních patrolovacích hlídek do střetu s nepřítelem prakticky téměř denně. Byla to právě tato jednotka, na kterou dolehl v roce 2014 tragický incident, při kterém zahynulo pět příslušníků armády. V toto „Černé úterý“, jak je tento incident nazýván, se dostala jedna z jednotek strážní roty do kontaktu se sebevražedným atentátníkem na motocyklu.

Právě pro extrémní náročnost služby, která může přinášet i takové situace, je nutné zmínit Psychologickou službu Armády České republiky. Ta prodělala od svého vzniku možná ještě složitější transformaci než armáda sama. V rámci kapitol o psychologické službě se o tom v teoretické části zmíníme. Nutno přiznat, že by toto téma ve své složitosti vydalo na samostatnou práci.

Tato magisterská diplomová práce se zabývá problematikou vnímání stresu u příslušníků vojenské zahraniční operace. Konkrétně se jedná o vojáky bojových jednotek naší armády v rámci nasazení v zahraniční operaci. Výkon služby vojáka a především jeho bojové nasazení, je vždy doprovázeno vysokou mírou psychické zátěže, a to platí i pro vojáky dobře připravené a vycvičené. Svou roli zde hraje celá

řada faktorů, které si klade za cíl tato práce pojmenovat a vysvětlit. Je nutno počítat především se samotnou náplní pracovní činnosti, která přináší nedostatek odpočinku, fyzické nepohodlí, proměnlivé cizí prostředí nebo pocit ohrožení.

Tato magisterská práce se zabývá zejména úrovní stresu a strategií jeho zvládnutí u příslušníků zahraniční vojenské mise. Dále zkoumá rovněž možnou přítomnost syndromu vyhoření u vojáků. Tato práce navazuje na dřívější výzkum, který probíhal v roce 2014 a byl součástí autorovy bakalářské diplomové práce. Dřívější výzkum se zabýval úrovní stresu u jednotek bojových a zabezpečovacích v během výcviku v posádce. Nyní je hlavním výzkumným úkolem zodpovědět a popsat určité vzájemné souvislosti u zjištěných dat týkajících se prožívaného stresu, psychického stavu, copingových strategií a míry vyhoření u vojáků během zahraniční operace a jejich srovnání s normou. Nedílnou součástí práce je také popis vzájemných vztahů a souvislostí u zjištěných data jejich srovnání s výsledky průzkumu, který proběhl o necelé dva roky dříve v mírových podmínkách v posádce. Tyto dvě skupiny poté porovnááme a zjišťujeme vzájemné shody, či naopak rozdíly v daných oblastech. Jestliže se rozdíly ukáží jako statisticky průkazné, je posléze možno těmto faktům přizpůsobit podmínky psychologické přípravy.

V teoretické části této práce se zabýváme výkladem a pojetím základních termínů, které souvisí s psychickou zátěží, stresem a syndromem vyhoření. Popisujeme nutné reálie související s úkoly a uspořádáním vojenských jednotek, které jsou nasazovány do zahraničních operací. Zabýváme se výběrem vojáků a požadavky na zařazení do stavu jednotky předurčené k nasazení v zahraničí.

V části empirické jsou postupně představeny jednotlivé testovací metody, které byly u příslušníků bojové jednotky administrovány během jejich nasazení v zahraničí. Cílem bylo především zjistit, jestli jsou u bojové jednotky, která je aktuálně přímo nasazená v zahraniční operaci, nějaké rozdílnosti při prožívání pracovního stresu, copingových strategií a míry vyhoření oproti běžné populaci a také proti jednotce plnící rutinní výcvikové úkoly v posádce za tzv. běžného mírového života.

Teoretická část

1. Armáda České republiky v současnosti

Ozbrojené síly České republiky mají tři základní složky. Armáda České republiky (AČR) je z nich největší a nejdůležitější. Dalšími složkami jsou Vojenská kancelář prezidenta republiky a Hradní stráž. Ozbrojené síly slouží primárně k obraně státu a zajištění ochrany obyvatelstva a jejich přesné nastavení odráží vlastní vojenskopolitické ambice. Ty jsou ve své podstatě stejné jako u každého středně velkého vyspělého evropského demokratického státu. Veškeré povinnosti jsou pro Ozbrojené síly ČR definovány ze zákona a znamenají především bezpodmínečnou povinnost ochrany vzdušného prostoru, obrany územní celistvosti a ochrany klíčové státní infrastruktury proti vnějšímu napadení. Armáda České republiky má v rámci ozbrojených sil největší míru vyplývajících povinností, zodpovědnosti a závazků. Armáda ČR je v rámci ozbrojených sil rozhodující silou. V tomto duchu také každý příslušník armády skládá vojenskou přísahu. Česká republika je dnes již etablovaným členem Severoatlantické aliance (NATO). Z tohoto členství však plyne i mnoho úkolů, které musí Armáda ČR plnit. Ke zdárnému plnění povinností je také samozřejmě nutné dlouhodobě plánovat a systematicky se připravovat. Samotné členství v NATO nás sice zásadním způsobem z hlediska obranyschopnosti posiluje, ale rozhodně nám neodebírání klíčovou povinnost postarat se o naši vlastní obranyschopnost. Zde se neodborná veřejnost výrazně mýlí, pakliže se domnívá, že je o nás automaticky postaráno zvenčí. Není tomu tak. I když existuje článek číslo 5, který zakotvuje princip kolektivní bezpečnosti, musí se každý z členů NATO postarat o svou bezpečnost především sám. Jednou z podmínek je vynaložení částky 2% HDP na obranu. Přiznejme si, že většina evropských členů se v podstatě jen „veze“ a neplní ani základní podmínku přispívat na svou vlastní obranu minimálně dvě procenta HDP. Světlou výjimkou, kde si své suverenity historicky vysoce váží a na obranu přispívají více, je především Polsko a Řecko. A pak již pouze tradiční mocnosti Velká Británie a samozřejmě USA. V současnosti je již jasné, že Spojené státy americké, které v rámci Severoatlantické aliance nesou hlavní podíl nákladů na společnou obranu členských zemí, tuto situaci nemíní do budoucna dlouhodobě přehlížet a tolerovat. Tento obrat je patrný již několik let. A naposledy se v tomto smyslu opakovaně a dost jasně vyjádřil během své ostré prezidentské kampaně

a posléze i po svém uvedení do funkce nově nastoupivší prezident USA Donald J. Trump. Nastává čas, aby si členské státy svou bezpečnost samy hradily.

Oficiální internetové stránky Ministerstva obrany ČR (2017) uvádí, že se Česká republika v rámci svého členství v NATO podílí v současnosti na operacích stabilizačních, záchranných, mírových a humanitárních. Podle tzv. Bílé knihy o obraně (2011) je hlavním úkolem ozbrojených sil připravovat se k obraně suverenity a územní celistvosti České republiky a bránit ji proti vnějšímu napadení. V tomto ohledu jde především o zodpovědný a dlouhodobě plánovaný přístup státu k vlastní obraně s důrazem na zachování územní celistvosti republiky a také k plnění spojeneckých závazků. A právě zde je nutno bez zbytečných debat dodat, že schopnosti armády kvůli dlouhodobě trvajícím rozpočtovým škrtnům prakticky nepřetržitě klesaly. Situace byla již prakticky neudržitelná. Například v letech 2011 - 2016 muselo Ministerstvo obrany vystačit s prostředky kolem 1 % HDP, což stačilo prakticky pouze na pokrytí mandatorních výdajů a spojeneckých závazků v oblasti nasazení v zahraničí. A to vše v době, kdy se začala docela dramaticky měnit mezinárodní bezpečnostní situace, a to k výrazně horšímu. Svět byl najednou ještě více složitý a nebezpečný. Mýlila se většina bezpečnostních studií, která nepovažovala válku v Evropě v nejbližším desetiletí za pravděpodobnou.

V roce 2013 vznikl na území destabilizovaného Iráku a občanskou válkou rozložené Sýrie tzv. Islámský stát (IS), neboli „Daeš“. Ve stejném roce definoval náčelník štábu Ozbrojených sil Ruské Federace, generál Gerasimov, teorii „hybridní války“, která byla záhy uplatněna při obsazení Krymu a následného konfliktu na východě Ukrajiny. V roce 2015 začala do Evropy proudit dosud nevídaná uprchlická vlna. Teroristické činy se přenášejí do Evropy, stupňuje se jejich frekvence, ale i závažnost a nebezpečnost. Bylo nutné se vzpamatovat a uvědomit si, že již nadále není možné rozpočet na obranu snižovat, či v lepším případě ho nechat stagnovat. Nejen odborná, ale i laická veřejnost začíná objektivně vnímat možné ohrožení, a to samozřejmě přináší tolik potřebný obrat ve vnímání potřeby ochrany a obrany naší země a s tím související navýšení prostředků. V roce 2020 by se již rozpočet MO měl dostat na hranici 1,4 % HDP. V době počínající profesionalizace, v době rozhodnutí zrušit základní vojenskou službu, na přelomu tisíciletí, mělo ministerstvo k dispozici dnes neuvěřitelných 2,2 % HDP. Pak již přicházely postupné škrty, snižování výdajů a nevyzpytatelné plánování, které přinášelo nestabilitu finanční a hlavně personální.

Když přišla hospodářská krize roku 2008 a hledaly se finance do státní kasy, přicházelo Ministerstvo obrany o prostředky de facto na prvním místě.

Nemůžeme řešit v této diplomové práci problematiku stresu u vojáků a nepřiznat si hned v úvodu, že výše zmíněné okolnosti mají na každého příslušníka ozbrojených sil v tomto ohledu nemalý vliv. Ozbrojené složky nežijí v nějaké společenské izolaci, jejich příslušníci jsou součástí společnosti a společenským vlivům se nemohou vyhnout. Celkové společenské prostředí působí i na vojáky a ovlivňuje jejich výkon služby. Jestliže je současná společnost postižena takovými fenomény, jakými jsou korupce nebo klientelismus, nemůže se to přirozeně vyhnout ani ozbrojeným silám. Dnešní výkon služby je také každodenně ovlivňován byrokracií, která narůstá souběžně s tím, jak se zavádějí nové IT technologie. Dnes prakticky neexistuje v armádě dokonce ani nižší velitel, který by nemusel „papírovat“. Již zmíněný omezený finanční rámec přinesl v konečném důsledku nestabilitu, která poté často vede k fluktuaci personálu a má posléze vliv na celkovou vycvičenost a sladěnost jednotek od taktické úrovně jednotlivých rot a praporů až po operační úroveň pluků a brigád. Samozřejmě, že zmíněná fluktuace může být způsobena i dalšími jevy, které budeme v této práci blíže rozebírat. Zde patří např. nedostatečné ohodnocení, ztráta motivace často spojená s určitou mírou vyhoření, nejasný kariérní postup nebo obavy z budoucnosti a mnoho dalších.

Dalším podstatným a nepříliš lichotivým faktem je postupné nabývání kvalitativních rozdílů mezi jednotlivými složkami armády. Podle Pajera et al. (2014) byla od roku 2007 z rozhodnutí vlády prováděna pozměněná transformace, která reflektovala výchozí stav příznivé bezpečnostní situace ČR, kdy se možnost vojenského napadení ČR nebo území spojeneckého státu jevilo jako vysoce nepravděpodobné. To vedlo armádní plánovače nakonec prioritně k vytváření nasaditelných sil se schopností rychlého nasazení ve značné vzdálenosti od teritoria ČR v klimaticky i kulturně odlišných oblastech, a to na úkor sil stacionárních určených k teritoriální obraně (s. 80).

Armáda má tedy minimálně od těch dob dvě části. První je složena z útvarů, které nebyly vyčleňovány do zahraničních operací, či struktur NATO. Druhá část se skládá z jednotek pravidelně nasazovaných do operací v zahraničí nebo vyčleňovaných pro alianční struktury. Oblast nasazování do operací v zahraničí

objektivně řečeno nikdy nebyla nějakými škrty postižena. Ba naopak, se právě zahraniční operace staly pro armádu zaslouženou a oprávněnou reklamou. Bojové jednotky rotující v pravidelných intervalech v misích pod aliančním vedením se staly uznávanými a respektovanými. Naši spojenci je v současnosti vysoce oceňují pro jejich profesionalitu a schopnost plnit úkoly. Trochu zjednodušeně řečeno, dnes tedy uvnitř armády existují latentně dvě armády, domácí a expediční. Bojové jednotky, které operovaly v misích, jsou dnes složeny s velitelů a vojáků s bojovými zkušenostmi, jazykově vybavenými a odborně zdatnými. Příslušníci jednotek, které jsou nasazovány do aliančních operací, jsou dnes skutečně tím nejlepším, čím Armáda České republiky disponuje. Přesto nelze opominout, že rozhodně nelze podporovat pouze toto úsilí. Nejen expediční operace zajišťují naši bezpečnost. Je nutno připravovat se i na obranu vlastního teritoria. „Je povinností Ministerstva obrany zodpovídat za proces obrany státu a koordinovat jeho přípravu. Ozbrojené síly plánují, koordinují, připravují a uskutečňují obranu svého území v aliančním rámci kolektivní obrany podle potřeb článku 5 Severoatlantické smlouvy“ (Bílá kniha o obraně, 2011). I z této citace strategického dokumentu je jasné, že není radno nic podceňovat a nespoléhat při obraně teritoria na cizí schopnosti. Tím základním si musíme přispět sami, to je naše povinnost.

1.1. Bojové jednotky Armády ČR

Na počátku této kapitoly bylo již zmíněno, že nejmohutnější a nejdůležitější součástí ozbrojených sil, na jejichž bedrech spočívá z hlediska obrany země nejvíce úkolů, je nepochybně Armáda ČR. Podle veřejných zdrojů webových stránek Army.cz (2017) má současná armáda přibližně 21 tisíc vojáků a 8 tisíc občanských zaměstnanců. To je výrazně pod potřebami nutnými pro bezproblémové plnění úkolů. Z hlediska organizace se dělí armáda na několik základních složek. Těmi nejdůležitějšími jsou pozemní a vzdušné síly. Ty jsou předurčené k bojovému nasazení a tvoří jádro bojových jednotek pro případné bojové nasazení. Pokud se více zaměříme na mise v zahraničí, jsou to právě tyto složky, s výjimkou speciálních sil, které se na nich především podílejí. Pokud bychom situaci posuzovali podle množství nasazených sil a prostředků, tak jsou to hlavně pozemní síly, které nesou na svých bedrech hlavní tíhu opakovaného nasazení v zahraničních operacích pod aliančním velením.

Pozemní síly jsou dnes složeny ze dvou bojových brigád a několika pluků, které slouží jako jejich bojové zabezpečení a podpora. Především bojové brigády pozemních sil mají stejné úkoly, slouží jako „rozhodující síla pro plnění úkolů vojenské prevence a obranné reakce v rámci krizových situací v aliančním i národním rozsahu“ (Stehlík, Vaňourek, 2014, s. 8).

1.2. Zahraniční mise

První zahraniční mise v novodobé historii našeho státu by se dala datovat do roku 1991, kdy začala operace „Pouštní bouře“. Cílem bylo osvobození Kuvajtu od okupace Irákem diktátora Saddáma Husseina. Tento násilný akt proti mezinárodnímu právu jednoznačně odsoudila rada bezpečnosti OSN a vydala rezoluci, která opravňovala mezinárodní koalici k vojenskému zásahu. Československo tehdy vyslalo svou první zahraniční jednotku čítající 200 vojáků protichemické jednotky a její ostrahy. Tím začala novodobá vojenská etapa našeho státu. Podle Pajera et al. (2014) byli od té doby naši vojáci různým způsobem zapojeni do více než třiceti mezinárodních operací, které měly častokrát velmi různorodý charakter. Jedná se o spektrum úkolů, od misí bojových, jakými bylo nasazení 601. skupiny speciálních sil v rámci mandátu Enduring Freedom na území Afghánistánu, přes podobně těžkou bojovou misi příslušníků výcvikových a poradních týmů (OMLT) v afgánské provincii Wardak, až po ryze humanitární mise, jakými je např. opakované nasazení polních nemocnic. Co se týká množství nasazených sil, i zde je to značně různorodé. Do výraznějšího povědomí veřejnosti se naše armáda zapsala v operacích na Balkáně. Jednalo se především o mírové a stabilizační operace SFOR a IFOR v Bosně a Hercegovině a operaci KFOR na území separatistické srbské provincie Kosovo. Misí v Bosně a Kosovu se postupně zúčastnilo více jak patnáct tisíc vojáků. Z hlediska početnosti nasazených nemají tyto operace dodnes srovnání. U některých operací se naopak jednalo pouze o jednotlivce, kteří působili především v aliančních štábech. Samostatnou kapitolou jsou pozorovatelské mise OSN. Výčet všech zahraničních operací a popis jejich specifik by vydal bezesporu na rozsáhlou samostatnou práci. Zároveň nutno dodat, že mise neustále probíhají a počet vojáků, kteří je absolvovali, se stále navyšuje.

V posledním desetiletí je pro armádu v rámci nasazení v zahraničí klíčová mise v Afghánistánu. Ta jednoznačně v tomto období tvořila a stále tvoří hlavní jádro činnosti v rámci aliančních operací. První nasazení v rámci mise ISAF (International Security Assistance Force) proběhlo v roce 2005, kdy byli do Severoafghánské provincie Badakšan vysláni příslušníci 102. průzkumného praporu z Prostějova. V tomto prostředí, kde se v rámci plnění povinností museli vojáci potýkat s nelítostnou přírodou Hindukúše v rámci mise PRT (provinční rekonstrukční tým) Fayzabad, se poprvé prověřily schopnosti armády působit nejen v těžkých klimatických podmínkách, ale také na území se značně nízkou bezpečnostní stabilitou. Právě vlastní provinční rekonstrukční tým, který byl ustaven v březnu 2008 v provincii Lógar, tvořil až do roku 2013 hlavní úsilí Armády ČR. Každý z PRT se skládá z civilní a vojenské části. Podle Pajera et al. (2014) má PRT nastartovat ekonomický a sociální rozvoj. Jádrem PRT jsou civilní experti vyslaní ministerstvem zahraničí, kteří udržují kontakt s místními úřady a dohlížejí podle potřeb místních na realizaci rozvojových projektů. Ochranu těchto expertů v nebezpečném prostředí zajišťuje armáda. Z vojenského hlediska je zajištění bezpečnosti jedním z nejsložitějších úkolů Armády ČR v současnosti“ (s. 134). Autor této práce se této mise zúčastnil a může potvrdit, že ačkoliv měla oficiální statut mise mírové, realita byla častokrát spíše válečná.

Působení našich vojáků v provincii Lógar bylo sice z hlediska počtu nasazených sil a prostředků nejvýznamnější, ale zdaleka ne jediné. Mezi další důležité mise, které v posledním desetiletí proběhly v neklidném a válkou sužovaném Afghánistánu si můžeme uvést:

- opakované nasazení speciálních sil v provinciích Kandahár a Nangarhár v rámci operace Enduring Freedom v letech 2004 – 2012;
- nasazení strážní jednotky u nizozemského kontingentu v provincii Uruzgán 2008 – 2009;
- opakované nasazení monitorovacích a výcvikových týmů (OMLT) pro výcvik a školení Afghánské národní armády v provincii Wardak v letech 2010 - 2013;
- nasazení vrtulníkové letky pro přepravní účely ISAF v provincii Paktika v letech 2009 – 2011 (Pajer et al., 2014, s. 128 - 139);

V současnosti působí v Afghánistánu na mezinárodním letišti v Kábulu ještě Národní podpůrný prvek (NSE - CZE), který zabezpečuje především administrativní a logistické zázemí pro všechny české jednotky na afghánském území. Mimo finančního a právního a logistického zabezpečení zde působí i psycholog, který je k dispozici pro všechny jednotky, pravidelně mezi nimi rotuje a je připraven v případě nějaké mimořádné události zasáhnout ve formě rychlé intervence.

Jednoznačně nejnáročnější misí současnosti je nyní působení Strážní rotý BAF (Bagrám Air Field) na letišti v Bagrámu. Cílem této jednotky nasazené nyní v rámci operace Resolute Support (mise ISAF byla ukončena v roce 2015) je provádět ochranu této klíčové letecké základny a v součinnosti s aliančními partnery maximálně eliminovat nepřátelské aktivity v prostoru severního perimetru základny. Aby mohl být tento úkol splněn, je nutné aktivně patrolovat v zájmovém prostoru. Při této činnosti nutně dochází ke kontaktu s nepřítelem. Bohužel ani sebelepší výcvik a příprava jednotky na zahraniční nasazení nemůže zaručeně odvrátit ztráty. O to více to platí v případě, kdy jsou vojáci konfrontováni s bezbřehým fanatismem útočníka. To je i případ z července 2014, kdy se členové jedné z hlídek strážní roty stali obětí útoku sebevražedného útočníka. Patrola prováděla rutinní činnost v prostoru, kde se nacházela spousta dětí a civilních osob. Následkem tohoto teroristického aktu zahynulo pět českých vojáků. Tento den vešel do novodobé vojenské historie jako černé úterý. Jednotka čítající na 150 vojáků v současnosti působí v sedmé rotaci (army.cz, 2017).

Pokud tedy pomineme samotné plnění bojového úkolu a s tím spojená úskalí, je vždy velkou školou pro vojáky při nasazení v zahraničí specifické soužití v mnohonárodnostním aliančním prostředí. V tomto ohledu musela armáda velké pokroky v jazykové vybavenosti svých příslušníků. Není to ovšem pouze jazyk, co jednotlivé národy odlišuje. Často je třeba adaptovat se na zcela odlišnou kulturu a diametrálně rozdílné vnímání světa kolem nás. To platí zejména pro nasazování vojáků v muslimských oblastech. A právě zde nyní probíhá většina operací. Specifickou a z hlediska nasazení i klíčovou oblastí jsou klimatické podmínky. Zaměřme se nyní na hlavního činitele, který se se vším musí individuálně vyrovnat, vojáka – bojovníka.

2. Profesionální voják a jeho kvality

*„Bojovníkem je náš voják dobrým a chrabřým, až k nejdovádějším hrdinství, ale musí vědět, zač bojuje; obětavost ze slepé poslušnosti, jak se žádala v armádě rakouské, byla brzy překonána. **Náš voják je v akci rychlý; postřehuje rychle, rychle se také orientuje a z nebezpečné situace se umí vysekat. V bitvě u Zborova prokázali naši vojáci talent značný taktický, hejtmanský.**“*

Tomáš Garrigue Masaryk

Voják, příslušník bojové jednotky, je předurčen k bojovému nasazení. To je základní skutečnost, které musí být přizpůsobeno veškeré jeho působení v armádě. Pokud není tento voják přímo nasazen v oblasti konfliktu, rozhodně se formou a obsahem výcviku na své bojové nasazení připravuje. V tomto smyslu hovoří jasnou řečí i vojenské příručky a doktríny. „Prvořadou povinností každého vojáka Armády České republiky je být připraven k nasazení ve vojenských operacích. Bez ohledu na hodnost a vykonávanou funkci umět ovládat zbraň, používat výzbroj a výstroj a mít takové dovednosti, které jsou minimálním předpokladem pro bojové nasazení (Rak et al., 2009, s. 3).

I když se většina současných vojenských konfliktů odehrává na pozadí nasazení sofistikovaných zbraní, nikdy nemůžeme opominout, že je to voják, který nakonec v konečném důsledku rozhoduje o úspěchu, či neúspěchu. Žádný přesný hypermoderní dron, inteligentní naváděná střela nebo robotizovaný prostředek ho nemůže plně nahradit. Je stále rozhodujícím činitelem na bojišti. Jen člověk se svými fyzickými kvalitami a psychickými charakteristikami nakonec rozhoduje o výsledku válečného střetu. Jistěže moderní a pokročilá bojová technika dává šanci na úspěch, ale jen kombinaci s dobře vycvičeným a motivovaným profesionálem, který je jí schopen adekvátně a účelně využít i v náročných podmínkách. „ A právě tyto specifické požadavky, kterými jsou zejména zvládnutí pokročilé techniky, motivace vojáka a rozvíjení jeho fyzických a psychických kvalit, vyžadují značné požadavky ve formě promyšleného vzdělávání. Jedná se o požadavky na výcvik a také na odbornou a metodickou přípravu vojáků v odborné i všeobecné oblasti. (Ředitelství výcviku – Vojenská akademie, 2004).

Při běžném výkonu služby v zahraniční operaci je voják vystaven velké míře psychické a fyzické zátěže. V případě přímého bojového střetnutí ve formě kontaktu s nepřítelem, je to míra prakticky maximální. Je neoddiskutovatelné, že pro úspěšný výsledek takového souboje je nutné prokázat vysokou míru fyzické a psychické odolnosti. Dále musíme počítat s tím, že většina takovýchto střetů probíhá za ztížených podmínek. Příslušník bojové jednotky musí být připraven ke střetu s protivníkem nejen ve dne, ale také v noci, v mrazu a větru nebo naopak v nesnesitelném horku pouštních podmínek. V historii vojenství je známo mnoho případů, kdy se u vojáků jejich fyzická a psychická odolnost spojila s vysokou morálkou a motivací až na hranici sebeobětování. Takoví bojovníci poté dokázali porazit i silnějšího a materiálně lépe vybaveného protivníka, kterému naopak tyto vlastnosti chyběly. Vůle a připravenost ke snášení obtíží a strádání je základním předpokladem pro úspěch.

Podle Praška (2003) osobnost představuje individuální soubor duševních a tělesných vlastností člověka, které se utvářejí v průběhu vývoje a projevují se v sociálních vztazích. Vrozené a získané vlastnosti tvoří strukturu osobnosti, která je pro každého člověka charakteristická. V průběhu individuálního vývoje se stále více doplňují vrozené dispozice (temperament) a obohacují se vlastnostmi získanými (charakter).

Podle Gottvaldové a Znojilové (2006) je nutné věnovat pozornost u vojáků – profesionálů, především psychickým procesům, výkonovým vlastnostem, charakteru a motivaci. Důležité jsou tři oblasti:

- co vojenský profesionál může dělat (pro jakou činnost se hodí a v jaké práci může být úspěšný) zde patří jeho dovednosti, schopnosti, talent, vědomosti, zkušenosti. To jsou základní předpoklady pro výkon vojenské činnosti. K výkonovým vlastnostem náleží schopnosti i temperament, pudové impulsy i vůle;
- co vojenský profesionál chce (jaké má pohnutky a motivy k určitému jednání); zahrnují se sem potřeby, návyky, zájmy a ideály. Všechny uvedené pojmy podněcují činnost a aktivitu vojáka, změny osobnosti a jsou zdrojem osobního

růstu. Hnacím motorem pro růst osobnosti je motivace, která vychází z životních hodnot a potřeb postojů každého člověka;

- jaký je vojenský profesionál člověk (zda se na něho člověk může spolehnout); patří sem charakterové vlastnosti, hodnoty, postoje i temperament (s. 16–18);

Vojáci se od sebe navzájem liší nejen svými osobními charakteristikami, ale především funkcí, kterou vykonávají. Každé systemizované místo v ozbrojených silách vyžaduje jinou náplň pracovní činnosti, pro kterou je třeba uplatnit. Kardinální otázka při výběru vojáků se tedy dotýká nejen obecných osobnostních charakteristik vojáka, ale rovněž jeho konkrétního zařazení v rámci armády.

2.1. Univerzální voják versus voják specialista

V dnešní době je již prakticky nemožné identifikovat obecně nějakého „univerzálního vojáka“, který by měl přesně definované vlastnosti a hodil by se prakticky na všechny druhy vojenské činnosti. Toto je utopie. Nejen, že nic takového neexistuje, ale ani pro tento přístup neexistuje praktické opodstatnění. Moderní armáda je dnes výrazně stratifikovaná a rozsah jednotlivých druhů činnosti je příliš široký. Na každou specializaci se hodí jiný typ osobnosti s různými osobními dispozicemi. Dnešní armádě jde u vojáků především o intelekt, poněvadž jsou ve vojenství používány stále modernější a pokročilejší technologie. Tyto technologie je nutné umět ovládat. Dále je rovněž potřebné zvládat příjem velkého množství nových informací.

Podle J. Klose, primáře Ústředního lékařsko - psychologického oddělení ÚVN v Praze (stav r. 2016) bychom dnes v Armádě podprůměrně inteligentního vojáka hledali už docela marně. Voják musí být samostatně uvažující specialista ve svém oboru, k jehož důležitým povahovým rysům se řadí zejména vytrvalost v těžkých podmínkách, schopnost adaptace na různorodé podmínky a vysoká flexibilita. Také se musí umět rychle rozhodovat, a to i v podmínkách velkého stresu a extrémní zátěže. Voják musí být také kooperativní, komunikativní a sociabilní. Měl by umět předvídat důsledky svého chování a rozhodování a zároveň jej regulovat. Zdravá míra agresivity je také důležitá, bez ní by to nešlo. Zde J. Klose přímo dodává: „Právě proto, že každý dobrý voják stejně jako kdokoli jiný podvědomě cítí,

že zabíjet není správné, je pro něj nesmírně důležité, aby byl zcela ztotožněn s důvody, proč je na misi vyslán, a aby za sebou cítil podporu státu, jeho nejvyšších představitelů a veřejnosti“ (Haladová, 2010).

Podle Stehlíka et al. (2012) má psychologické testování v rámci rekrutace do armády své přesně vytyčené cíle. Těmi jsou hlavně zjištění adaptability jedince, jeho osobnostních rysů, intelektových schopností, schopnosti odolávat stresu, zjištění motivace pro službu v armádě a schopnosti v oblasti sociální. Mezi metody patří baterie testů, které se zaměřují na inteligenci, osobnostní inventáře a projektivní metody. Samozřejmostí je pohovor a psychologem.

V reálné praxi tedy v současném vojenství platí, že jsou na vojáka kladeny stále větší požadavky. Dnes nestačí být jen fyzicky zdatný, umět zvládat obtíže a případně vydržet strádat. Charakter dnešních konfliktů vyžaduje být „kolektivním hráčem“, který je připraven nést svůj podíl zodpovědnosti nejen za sebe, ale i za své kolegy – spolubojovníky. Kvalitní jednotlivec by měl být připraven v rámci své jednotky pro zdárné splnění bojového úkolu nasadit svůj život. Bojové podmínky jsou extrémní a často to vyžadují. Kromě morálních kvalit a osobnostních charakteristik je důležitá rovněž odborná zdatnost každého vojáka. Zbraňové systémy jsou stále více sofistikované a složitější na obsluhu. Také vojáci na nižších pozicích musejí dobře ovládat nejen zbraně, ale také prostředky pro komunikaci, přístroje nočního vidění nebo navigační zařízení. Vojáci ve velitelských pozicích si musí navíc udržovat situační přehled v takovém rozsahu, aby nebyl ovlivněn správný rozhodovací proces.

Podle Novotného (1999) se v současné době při požadavcích na jednotlivce střetávají dva odlišné trendy. Prvním je specializace, která souvisí se složitostí zbraňových systémů. Tyto sofistikované prostředky vyžadují užší specializaci. Zároveň soudobé konflikty ukazují na praktickou nenahraditelnost vojáka - univerzála. Ten je vycvičen k tomu, aby na bojišti plnil samostatně celou škálu všeobecných úkolů.

Právě typy protipovstaleckých operací vyžadují univerzálnost. Blíže si tyto trendy můžeme popsat na následujícím příkladu. Operace Resolute Support v Afghánistánu. V prostoru zodpovědnosti zpravidla patrolují jednotky o síle čtyři tj. cca 30 vojáků. Každý z nich musí kromě základních dovedností zvládat základy vedení provozu na rádiových sítích a obsluhy radiostanice, kterou je vybaven každý

příslušník jednotky. Každý voják dále ovládá základy první pomoci. Na každém družstvu, které čítá v tomto typu operace cca 8 vojáků, je vždy jeden zdravotní záchranář, který je ovšem zároveň také běžný bojovník. Taktéž oba řidiči a střelci ze zbraňových systémů jsou schopni plnit všechny úkoly. Velitelé družstev jsou zase schopni plnit úkoly střelců. Dále někteří vojáci zvládají základy ženijních odborností na vyhledávání nástražných systémů. Nikdo z vojáků, kteří patrolují v terénu, není v tomto typu operace úzce zaměřený specialista. To by nebylo možné. Pokud je ale někdo například součástí štábu, kde má na starosti datový přenos u počítačů a jejich bezpečný provoz, platí pravý opak. Jde o jednostranně zaměřeného specialistu. Tento typ vojáka by se na bojové patrole zřejmě v krizové situaci uplatňoval velmi těžce a spíše by byl přítěží. Výběr specialistů do armády podle jejich schopností samozřejmě probíhá. Naprosto specifickým je například výběr pilotů a leteckého personálu nebo některých odborností speciálních obsluh raketových systémů protivzdušné obrany a podobně. Zde se hledají speciální vlohy jednotlivých uchazečů. Do speciálních jednotek se zase hledá opravdový bojovník, který bude schopen plnit úkol i za nejtěžších podmínek. Přesné parametry a metody výběru takového typu bojovníka podléhají ve všech armádách určitému stupni utajení. Existují však běžně přístupné studie, které nám jej mohou osvětlit.

D. S. Pierson (1999), psycholog a bývalý příslušník speciálních jednotek U.S. Army, nazývá typy mužů, kteří se výjimečně hodí k výkonu vojenského řemesla, „přirozenými zabijáky“ (Natural Killers). Takoví muži mají nejlepší předpoklady k zabíjení, mají rádi boj a s nepřítelem zpravidla neprojevují žádný nebo minimální soucit. Tento typ mužů existuje již od počátků válek a po celou historii jsou jejich činy oslavovány jako hrdinství. Podle studie D. Grossmana (1996), který čerpá ze statistiky Amerického vládního Úřadu pro studium lidských zdrojů (HumRRO), byl inteligenční kvocient nejlepších bojovníků u pěchoty v době vietnamské války průměru o 13 bodů vyšší než u nebojovníků. Přitom celkově bylo u celé skupiny skóre 85. „Přirozený zabiják“ je prostě inteligentní a v rámci své skupiny dokonce mimořádně. „Natural killers tvoří přibližně čtyři procenta běžné vojenské jednotky, ale připisuje se jim až 50% zabitých nepřátel. Pokud tedy velitel jednotky ví, kde tyto muže má a rozmístí je ku prospěchu jednotky, může velmi výrazně ovlivnit boj“.

Zde se nabízí otázka, že by přece s dnešními psychologickými znalostmi a instrumenty nemělo být zase tak obtížné v rámci testu osobnosti tyto typy odhalit. V současné U.S Army se tak v podstatě děje na základě testování osobnosti, konkrétně Myers-Briggsova testu k určení typu osobnosti. „Přirozený zabiják“ je v tomto ohledu vyhodnocen jako tzv. typ ESTP (extrovertní, smyslový, přemýšlivý a vnímavý). Takováto charakteristika v podstatě hodnotí dotyčného jako otevřeného a vysoce přizpůsobivého člověka, který pracuje především s fakty. Zároveň je smyslově orientovaný, vyniká ve sportu a učí se ze životních zkušeností. Akci preferuje před rozhovorem a v drsných podmínkách vykazuje odolnost. Současné moderní armády tedy při přijímání jednotlivců například ke speciálním jednotkám dovedou do určité míry predikovat, že typ ESTP, který navíc kombinuje jízlivost a sarkasmus s vyšší inteligencí a v rámci socioekonomických dat se ukáže jako neprvorozený, v sobě může skrývat dokonalého „přirozeného zabijáka“ (Pierson, 1999).

2.2. Voják v podmínkách zahraniční mise

Každá bojová činnost se vyznačuje mnoha specifickými faktory. Ty působí na vojáka a prověřují zejména jeho psychickou kvalitu ve formě odolnosti a komplexní připravenosti. To bylo již mnohokrát potvrzeno při rozboru (lesson learned) charakteristiky soudobého boje. V zahraničních misích se jedná o charakteristiku soudobých asymetrických konfliktů. Asymetrickou válkou se z hlediska vojenské teorie rozumí konflikt mezi vyspělou armádou na straně jedné a povstalci na destabilizovaném území na straně druhé. Identita takového nepřítele, který je z hlediska mezinárodního válečného práva tzv. nestátním aktérem, bývá mnohdy velmi těžce rozpoznatelná. Tento typ konfliktu se odehrává právě na území Islámské republiky Afghánistán. Americká vojenská terminologie hovoří o tzv. doktríně COIN: Counter Insurgency (handbook, 2008). Zde se voják osobně pohybuje v cizím a často hostilním prostředí v interakci s lokálním obyvatelstvem. Přitom ale nemá jednoznačnou představu o nepříteli. Ten může udeřit kdykoliv a odkudkoliv. Může odpálit skrytou nálož nebo se vmísit do skupiny vojáků v přestrojení za policistu nebo prostého venkovana a podniknout zdrcující sebevražedný útok. Tomu musí každý příslušník jednotky čelit svou ostražitostí a situační bdělostí. To je nesmírně vyčerpávající a žádná sofistikovaná technologie tu nemůže zcela nahradit vojáka –

bojovníka a jeho zkušenosti. „Voják je hlavním objektem působení protivníka. Samotná bojová činnost je častokrát spojována se smrtí a fyzickým utrpením. Bojovou situaci proto voják vnímá naplno všemi smysly. Náročné podmínky se odrážejí v prožitcích lidí a vyvolávají vliv nežádoucích reakcí a psychických stavů. Změny se poté projevují v oblasti prožívání, motoriky, v poznávacích a volních procesech, ve fyziologických funkcích i v některých osobnostních vlastnostech (Gottvaldová et al., 2004, s. 2 - 3).

Dlouhodobá zkušenost z nasazení vojáků Armády ČR v zahraničních operacích nám ukazují, jak je působení stresu na jednotlivce a jeho psychiku významné. Zejména pokud se jedná o stres dlouhodobý. Samotné vnímání stresu je však velmi individuální. V tomto ohledu je důležitá správně vedená psychologická příprava. Ta může posléze zabránit zbytečným ztrátám a následkům. Velká část dnešních ztrát při soudobých stabilizačních operacích je způsobena působením špatnou adaptací vojáků na zátěžové situace. Z těchto příčin poté vznikají kolaterální škody. „Příčina většiny zranění a ztrát vychází především z pocitu sebeuspokojení“ (Rak, 2008, s. 28).

2.2.1. Příprava vojáka k nasazení v zahraniční misi

Pokud se příslušníci bojových jednotek Armády ČR připravují k nasazení v zahraniční operaci, jedná se zejména o území Afghánistánu. T tomto ohledu se jedná o přípravu k bojovému nasazení, o tom není pochyb. Samotné bojové nasazení je pro každého vojáka velkou zkouškou, při které se musí vyrovnávat se spoustou faktorů a procesů. Nejdůležitějším procesem v rámci bojového nasazení se podle Timka (1996) rozumí *adjustace* (*adaptace*). Jedná se o náročný a velmi složitý proces, který zajišťuje nakonec celkové zvládnutí bojové situace. Tím se rozumí komplexní reorientace všech psychických mechanismů a také procesů regulace chování. To vše na základě požadavků, které vyžadují bojové podmínky. Celá *adjustace* trvá jako komplexní proces od několika dnů až po měsíce. Vždy záleží na celé spoustě různých dalších faktorů vnitřních i vnějších. Celkový průběh ale zásadně ovlivňuje celková psychická odolnost získaná výcvikem v míru. Pokud je tento výcvik náročný a blízký podmínkám bojového nasazení, projevuje se na procesu *adjustace* výrazně pozitivně.

Z výše uvedených poznatků jednoznačně vyplývá, jak důležitá je kvalitní příprava vojsk před misí. Zjišťujeme, že jen výcvik, který se maximálně přibližuje realitě pozdějšího nasazení, má adekvátní a pozitivní význam. Výcvik nemůže být odtržen od reality pozdějšího nasazení. O tomto faktu zřejmě žádný polní velitel nepochybuje. Důležité ovšem je, aby se příprava týkala nejen vojenských taktických procedur a technik, ale aby byl brán potaz na všechny vzájemné souvislosti, jež se týkají psychologických faktorů vedení bojové činnosti, včetně adjustace apod. Zde se opět dostáváme k argumentu, jak je součinnost velitele a psychologa důležitá pro přípravu vojsk z hlediska nutnosti včlenit do přípravy i psychologické aspekty. Důležitý je rovněž samotný výběr vhodných osobnostních typů pro nasazení. Výhodou Armády ČR je, že nasazování do misí není, např. na rozdíl od U.S. Army, masovým procesem, tudíž si armáda má možnost vybírat vhodné uchazeče.

Samotný výběr příslušníků bojové jednotky, která je předurčena k nasazení do zahraniční mise probíhá v současnosti následujícím způsobem. Nejdříve je na úrovni Generálního štábu Armády ČR prostřednictvím Stálého operačního centra v dostatečném časovém předstihu velitelskou cestou vybrán organizační celek, který bude tvořit jádro jednotky určené k zahraniční operaci. Tento základní výběr probíhá v horizontu cca 18 - 24 měsíců. Poté odpovědný velitel pověří velením celého budoucího kontingentu konkrétního příslušníka, který splňuje všechny požadavky a má v jeho důvěru, patřičné schopnosti, zkušenosti a osobní kvality. Poté, co určený velitel absolvuje sérii vyšetření ve vojenské nemocnici, stává se po uzavření personálního pohovoru z pověření Náčelníka generálního štábu osobou zodpovědnou a zplnomocněnou k výběru osob. Nejdříve si sestaví svůj nejbližší tým (např. štáb a velení) a pověří plánované podřízené velitele výběrem dalších osob. Poté se obsazují systemizovaná místa uchazeči v personální pyramidě směrem dolů až k vojákům v základních funkcích. Nutno dodat, že se tak děje ve valné většině na principu dobrovolnosti. Jednotliví velitelé mají vzhledem k počtům vyčleňovaných do operace dostatek kvalitních dobrovolníků. Vybírají si vojáky v maximální možné míře podle jejich funkce (např. řidič, zdravotník nebo pyrotechnik apod.), ale rozhodně také podle kvalit a schopností. Poté, co jsou vybráni jednotliví příslušníci jednotky, absolvují sérii zdravotních a psychologických vyšetření, uzavírá s nimi velitel kontingentu předběžné personální pohovory. Pokud jsou v sestavě jednotky specialisté, které nemůže jednotka naplnit z vlastních zdrojů, jsou osloveni velitelé

jednotek, kteří potřebnými vojáky disponují a specialisty vyčlení. Zde se jedná např. o lékaře, vojenské policisty apod. Po uzavření předběžných personálních pohovorů začíná jednotka cvičit na samotnou operaci. Souběžně jsou cvičeni rovněž náhradníci, kteří absolvují také všechny procedury a jsou připraveni nahradit kolegy, kteří z jakéhokoliv důvodu ze sestavy jednotky vypadnou. Časově se jedná o dobu šesti měsíců před vysláním. Poté, přibližně měsíc před samotným nasazením, prochází jednotka certifikačním cvičením nadřazeného stupně, kde se hodnotí její schopnosti. Pokud je jednotka vyhodnocena jako připravena k nasazení, nic tomu již nebrání. S příslušníky jednotky jsou uzavřeny personální pohovory a po dobu mise přecházejí do podřízenosti Stálého operačního centra Armády ČR.

Součástí výběru jednotlivce je také série psychologických a zdravotních vyšetření, jenž jsou zahrnuta do komplexního vyšetření ve vojenské nemocnici. Veškeré výsledky obou vyšetření se zapisují do zdravotní knížky, která je pro účely zahraniční operace vojákovi vystavena. Kdo neabsolvuje tato vyšetření s vyhovujícími výsledky, nemůže být zařazen do zahraniční mise. Vyšetření spadá do zodpovědnosti oddělení nemocí z povolání a skládá se z EKG, RTG plic a srdce, laboratorního vyšetření krve a moči. Tento rozsah je definován vyhláškou č. 256/1999 Sb. a dalšími ustanoveními (Majer, 2003). Testuje se také přítomnost psychotropních látek v organismu. Součástí celkového vyšetření je rovněž prohlídka chrupu, který musí být sanován. Z osobní zkušenosti by mohl autor této práce dosvědčit, jak obtížné a kolik komplikací stojí záchrana zubu na některé z odlehlých základen. Jediným řešením je poté vytržení zubu, který by byl v normálních podmínkách bez větších komplikací přeléčen. Další součástí je očkování. To probíhá podle oblasti nasazení, jiné je pro Evropu, Asii nebo Afriku.

Z hlediska obsahu této diplomové práce je nyní nutno podrobněji popsat psychologické vyšetření. To probíhá rovněž ve vojenských nemocnicích a jeho celkovým cílem je posoudit a vyhodnotit způsobilost uchazeče z hlediska psychických funkcí. Důraz se při vyšetření klade na odolnost čelit zvýšené zátěži. Samotné vyšetření se skládá z testové části a klinického rozhovoru. Přestože je nám známo, o jaká konkrétní vyšetření přesně jde, z pochopitelných důvodů se pro účely této práce musíme omezit jen na obecné údaje. Testovány jsou především kognitivní funkce, včetně jejich odolnosti při zátěži a rysy osobnosti se zaměřením na projevy psychopatologie. Podle Dziakové (2009) je psychodiagnostika vojáka určeného do

zahraniční operace zaměřena na hodnocení osobnosti, vědomosti, specifické schopnosti, obecnou inteligenci, zájmy, fyzické a osobnostní charakteristiky.

Vzhledem k opravdu vysoké míře celkové zátěže a bojového stresu se v rámci přípravy do vybraných zahraničních misí provádí náročná psychologická vyšetření, která realizuje speciální pracoviště určené armádní příspěvkové organizace. Jeho výsledky jsou konzultovány s psychologem, který byl k danému kontinentu přiřazen a bude se dále podílet na jeho psychologické přípravě. Jeho výsledky sice nejsou striktně závazné, ale mohou veliteli jednotky výrazně napomoci přizpůsobit výcvik i samotný konečný výběr uchazečů o místo v jednotce. Pokud se někdo jeví jako problematický, bývá vyřazen již v této fázi a není včleněn do další přípravy. Účelem testování je podle P. Landy (2012) zhodnotit aktuální psychický a fyzický stav, inteligenční kvocient a schopnost logického uvažování při zátěži. Fyzický stav je měřen klasickými testy např. kliky nebo hloubkou předklonu. Součástí je také speciální podologické vyšetření, měření tlaku, dechové kapacity nebo BMI (Body Mass Index). Schopnost logického uvažování při zátěži je testována sérií úkolů, které plní testovaný při jízdě na rotopedu. Určitý počet vybraných funkcionářů, kteří budou na misi plnit velitelské funkce, se každý den zúčastní řízeného interview s psychologem. Cílem rozhovoru je zjistit aktuální stav vojáků a dát veliteli potřebná doporučení.

2.3. Vojenský psycholog v zahraniční misi

Vojenský psycholog je dnes v rámci ozbrojených složek vnímán jako nedílná součást celého systému. Cesta k tomuto stavu nebyla jednoduchá. Psychologická služba prodělala od devadesátých let podobně komplikovanou cestu vývoje jako celá armáda. Psychologická služba Armády ČR byla ustavena rozkazem Ministra obrany v roce 1999 a i přes zmíněné těžkosti se nakonec podařilo vybudovat systém, který je přes všechny problémy pro příslušníky ozbrojených sil přínosný. V současnosti působí většina psychologů v rámci Agentury zdravotnictví Ministerstva obrany ČR. Tento stav znamená, že psycholog není přímo podřízen veliteli jednotky, ale působí v posádce spíše z pozice služby pro vojáky a velitele jednotek. Nebyla by to však Armáda ČR, aby neexistovaly výjimky. Zde patří např. psychologové u speciálních sil nebo vojenské policie. Ti jsou zařazeni do osobního štábu velitele jednotky. Důvodem

jsou specifické podmínky služby a nutnost maximální diskrétnosti při plnění služebních povinností.

Z hlediska funkční náplně a práce vojenského psychologa uvádí Dziaková (2009) následující oblasti, které vojenský psycholog zajišťuje a řeší:

- Psychologická vyšetření; psychodiagnostické a psychoterapeutické práce; psychologické poradenství;
- Výběr a zpracování dílčích výsledků psychologických vyšetření; administrace skupinových testů při vedení skupinových vyšetření;
- Servis pro všechny příslušníky jednotky (praporu, brigády) ve svojí odborné kompetenci;
- Kvalifikované podklady v oblasti psychologické problematiky pro velitelský sbor; Krizové situace a negativní sociálně – psychologické klima; krizové situace a negativní sociálně-psychologické klima;
- Psychologická příprava vojsk a její cíle; Zaměstnání vojsk z psychologické přípravy;
- Koordinace spolupráce s vojenskými kaplany a lékaři;
- Prevence sociálně nežádoucích jevů (s.13);

Hlavní činností vojenských psychologů je především poradenství. Vojenští psychologové jsou připraveni řešit otázky vztahové, osobní, rodinné, partnerské. Zde je nutno připomenout, že pokud voják vykoná konzultaci u psychologa, nemá velitel jednotky právo znát podrobnosti. V praxi se však vojenští psychologové setkávají častokrát s nedůvěrou, kdy si vojáci myslí pravý opak. Vojáci se mylně domnívají, že bude velitel o obsahu informován. Není tomu tak, ovšem s výjimkou, kdy by mělo dojít k ohrožení života, zdraví nebo by měl být překračován zákon. Každý příslušník bojové jednotky pracuje se zbraní a při služební činnosti se také dostává do častého kontaktu s municí nebo výbušnými látkami. Mezi krizové události patří sociálně nežádoucí jevy u vojáků. Užívání návykových látek nebo gamblerství patří k vážným

problémům i v armádě. To musí mít v denní praxi psycholog na paměti. Každé podcenění krizové situace by mohlo přinést tragické následky.

V soudobých podmínkách zahraničních operací je přítomnost psychologa při výcviku jednotky a na místě nasazení nezbytná. V rámci přípravy do zahraničních misí má psycholog nařízeno v součinnosti s velitelem jednotky provádět psychologickou přípravu takovým způsobem, aby se co nejvíce přibližovala podmínkám nasazení. Zde se ovšem dostáváme k jednomu z trvalých problémů Psychologické služby Armády ČR, kterým je nedostatek psychologů u jednotek. Systemizovaná místa u útvarů bývají dlouhodobě neobsazena, proto se často na přípravě a následném nasazení nepodílí tentýž psycholog. Z hlediska zdárného průběhu přípravy i následného nasazení je to chyba. Tato situace, kdy na místě nasazení posléze působí jiný psycholog, než se podílel na přípravě, rozhodně celkovému stavu neprospívá. Nasazení i výcvik by měl být svěřen jednomu vojenskému psychologovi. To je optimální případ, poněvadž není nutná vzájemná adaptace. Oba subjekty se znají. Ne vždy je to však možné. Důvodů je několik. I psycholog je voják, který musí absolvovat všechna zdravotní vyšetření, musí mít bezpečnostní prověrku a znalosti anglického jazyka na určitém stupni. Zároveň podléhá schválení velitele kontingentu. Ani psycholog neseďí v misi pouze v kanceláři. Když je to zapotřebí, vyjíždí s jednotkou také k plnění úkolů, aby poznal jejich práci zblízka. V tom případě by neměl být jen přítězkem, ale měl by se umět o sebe postarat. To znamená mít znalost základů vojenských dovedností, ovládat svou zbraň apod. Jednoduše by neměl překážet a v případě potřeby jednotce pomoci. Vzhledem k personální situaci leží tíha výjezdů do misí na poměrně úzké skupině psychologů. Besedy pro rodinné příslušníky by měl organizovat před i po nasazení tentýž psycholog. Pro vzájemnou důvěru je to nezbytné. Bohužel se tak z výše uvedených problémů ne vždy děje. Součástí psychologické přípravy před misí je vždy také série přednášek, či besed kdy se řeší psychologické faktory mise, mezi které patří i téma zranění, smrti a umírání. Pokud se poté v rámci nasazení takový případ stane, intervenuje na místě jiný psycholog. Je jasné, že vzájemné poznání a možnost navazovat na vlastní přípravu, na svou dřívější psychologickou práci a by bylo mnohem lepší. Podle Kutala (2011) to není samozřejmě chyba velitelů jednotek nebo samotných psychologů, ale systémová chyba, protože za daného stavu připadá na psychologa příliš velký počet osob (s. 9).

Během nasazení v zahraniční operaci řeší vojenský psycholog především následující úkoly:

- Poskytuje psychologický servis příslušníkům mise;
- Plní roli mediátora při mezivztahových problémech;
- Poskytuje krizové intervence;
- Provádí přednáškovou činnost (např. měsíc před návratem – příprava na návrat);
- Na vyžádání polního chirurgického týmu provádí např. diagnostiku, či psychologický servis zraněných;
- Na vyžádání jiných armád provádí psychologický servis (záleží na mandátu, kulturních a jazykových odlišnostech);

Poté, co se jednotka navrátí ze zahraniční operace, práce pro psychologa nekončí. Psycholog pracuje na opětovném začlenění vojáků do běžného života. Práce to bývá náročná. U vojáků se objevují partnerský nesoulad, rodinné a vztahové problémy. Půl roku v cizí zemi ve stresu a interakci se všude přítomným utrpením a bídou válečné oblasti se odráží v psychice veterána. Zde pomáhají besedy a setkání psychologa s rodinnými příslušníky. Psycholog zúčastněné na možná úskalí spojená s návratem veteránů upozorňuje a je k dispozici ke konzultacím. Také vojáci jsou před návratem na tyto situace připravováni. Ne vždy se toto úsilí daří. Rozchody partnerů jsou i tak velmi časté. V tomto ohledu uvádí Dziaková (2009) rozšířený bonmot: „V armádě najdeme v podstatě dva typy vojáků, vojáky svobodné, vojáky rozvedené a ty, kteří se ještě nestihli rozvést“ (2009, s. 394).

Právě rodinné problémy vojáků vyžadují péči ve formě krizové intervence. V tomto ohledu je nutno podotknout, že si i když se podle samotných sdělení vojenských psychologů stále více vojáků neobává v této věci psychologa vyhledat, stále si převážná většina vojáků vystačí při řešení problémů sama, povětšinou se sociální oporou svých přátel a rodiny. Stávají se však i případy, kdy si válečný

veterán vlivem osobních problémů sáhne na život. Autor této práce zná osobně tři podobné případy.

V českých podmínkách zatím tento typ průzkumu neexistuje, ale v prostředí americké armády v souvislosti s působením stresových faktorů a složité adaptace došlo ve sledovaném období (od r. 2001 - nasazení v asymetrických konfliktech v Iráku a Afghánistánu) k výraznému nárůstu sebevraždy. „Z dlouhodobého průměru 12,4 na 100 tisíc vojáků se výsledky u vojáků počínají přibližovat celospolečenskému číslu 19,9 u běžné populace“ (Ellis, 2007, s. 42).

Sebevražednost se stala již natolik závažným fenoménem, že je prakticky řešena ve všech vojenských příručkách a manuálech a na prevenci je kladen velký důraz i při přípravě velitelů. (Military Handbook, 2008, s. 101)

Záměrem této kapitoly je nutno přiznat, že vojenský svět má svá specifika. Vojáci bojových jednotek tvoří specifickou skupinu, která je nositelem určitých společných rysů. Mezi ně patří jakýsi ryze mužský pohled na svět kolem nás, který charakterizuje soutěživost, hrubost nebo vyšší míra agresivity. Z toho často vyplývá názor, že intervence psychologa je určitým projevem slabosti. Nutno ale dodat, že vždy nakonec rozhoduje osobnost konkrétního vojenského psychologa, zda si dokázal vytvořit důvěru u vojáků. Klíčová je i spolupráce psychologa s kaplany. U Duchovní služby Armády ČR je míra důvěry vysoká. Vojenští kaplani se v tomto ohledu těší u vojáků bojových jednotek všeobecné úctě. Autor této práce má opakovanou osobní zkušenost, že se vojáci opravdu nebojí jejich služby kdykoliv vyhledat a „padre“ bývá často jednou z nejoblíbenějších osobností kontingentu. Celkově shrnuto se potýká Psychologická služba AČR se spoustou dílčích problémů, přes které však všechny své úkoly plně zajišťuje. A to zejména díky svým motivovaným a pro věc zapáleným příslušníkům, pro které se pomoc druhým v rámci ozbrojených sil stala posláním.

3. Psychická zátěž a její prožívání v bojových podmínkách

Výkon činnosti profesionálního vojáka je neodmyslitelně spojen s vyšší mírou psychické zátěže. Psychická zátěž je spojena nejen s výcvikem a rutinní službou, ale především s etapou nasazení vojáka v operaci. Pokud je tato operace bojová a voják je při své činnosti vystaven extrémním podmínkám ve formě nebezpečí ohrožujícího život, nabývá psychická zátěž enormní hodnoty. Při bojové činnosti, kde se voják dostává do kontaktu s protivníkem, je naprosto vyloučeno, aby se jakkoliv této zátěži vyhnul. Není to možné. Zvýšená zátěž je jakýmsi všudypřítomným prvkem, který se táhne kariérou jako červená niť. Voják prožívá celou sérii psychických stavů, mezi které patří úzkost, konflikt, frustrace a vůbec veškeré životní situace, které vnímá jako nepříjemné. Při provádění činnosti v zahraniční misi je profesionální voják neustále konfrontován se situacemi, jež se zcela vymykají zažitému životnímu normálu. Pokud je příslušník jednotky vystaven silnému bojovému stresu, má to výrazný vliv na jeho aktuální psychický stav a také jeho budoucí vývoj. Avšak život vojáka v rámci nasazení v zahraniční operaci má ještě další úskalí, kterým musí čelit. Mohli bychom se domnívat, že pokud nedochází aktuálně k přímému ohrožení života nebo zdraví, může se jednat o marginální zátěž. V tomto ohledu je ale každý voják individualitou. Každý člen jednotky je nositelem jiných osobnostních rysů a vnímá zátěžové faktory jinak. Pro někoho může být samotný pocit ohrožení života menším stresorem než např. potřeba každodenní sociální interakce a sociálního soužití ve stísněných prostorech bez potřebného soukromí. Jiný vojenský profesionál prožívá jako vysokou zátěž hygienické podmínky a naopak mu ztráta soukromí nevádí. Všeobecně se dá říci, že psychickou zátěž vyvolává stresor, čili stresový podnět. Podle Gottvaldové a Znojilové (2006) se stejně jako v populaci také u vojáků prožívání stresových situací značně liší v jednotlivých případech. „Znamená to, že na určitý podnět může některý voják reagovat jako na stresový, zatímco druhý ho jako stresový nevnímá vůbec“ (s. 42).

Jak již bylo výše uvedeno, je voják při svém nasazení v rámci zahraniční operace neustále v interakci se zátěžovými situacemi, které nutně působí na jeho prožívání, přičemž některé z nich bývají natolik vyhocené, že se zcela vymykají dosavadní osobní zkušenosti vojáka. Pokud voják zátěž nezvládá, je vystaven

značnému riziku vážných psychosomatických obtíží, neuróz, případně nervovému zhroucení. Nutno objektivně přiznat, že se takové případy během zahraničních operací stávají. Poté nezbyvá než za pomoci psychologa intervenovat, vojáka v součinnosti s lékařem prohlédnout, určit příčinu obtíží a provést příslušnou léčbu včetně medikace. Pokud obtíže přetrvávají a jsou vážnějšího rázu, je nutné příslušníka jednotky vyřadit ze sestavy a repatriovat jej zpět do republiky. Velitelé jednotek musí mít vždy na paměti, že míra schopnosti snášet zátěž, má i u vycvičených vojáků své limity. Platí to i pro vojáky, kteří prošli psychologickým výběrem. V tomto směru jsou v rámci velitelské přípravy řízené psychologem, také instruováni. Každý velitel by měl vědět, že možnosti zvládat stresové podněty jsou u vojáků individuální. Čírtková (2004) tvrdí, že posouzení, zda se jedná o zátěžovou situaci, je ryze individuálního charakteru a souvisí se schopností umět se vyrovnat se zátěží, přičemž vždy záleží na subjektivně dané osobní interpretaci situace. Celkově se dají zátěžové situace rozdělit do několika skupin: Na frustraci, deprivaci, konflikt, problém a stres. Právě otázkou stresu se budeme posléze zabývat podrobněji v následujících kapitolách.

3.1. Zátěžové faktory v bojovém nasazení

Z hlediska této práce je nyní nutné blíže se zaměřit na konkrétní zátěžové faktory, které působí na vojáka během bojové činnosti. Bojová činnost má samozřejmě více stupňů intenzity, tradičně se válečné konflikty dělí na nižší, střední a vysokou intenzitu. Pokud se bavíme o misi v Afghánistánu, jedná se o válečný konflikt nízké intenzity. Samotné hodnocení těchto kritérií vychází především z kvantity a kvality nasazených sil a prostředků, tudíž druhů vojsk a zbraní a jejich počtu. Protipovstalecký boj, hlídkování v prostoru, ochrana objektů, vyhledávání protivníka a markantů (viditelných stop) jeho činnosti, jak je náplní činnosti jednotek v misích v Afghánistánu, se vojenskými měřítky považuje za konflikt nižší intenzity. Pro srovnání vysoká intenzita v sobě zahrnuje mohutné nasazení mechanizovaných a tankových sil, leteckého úsilí a masivního využití dělostřelectva. Nicméně i v konfliktu nízké intenzity dochází na úrovni jednotlivce samozřejmě ke střetu s protivníkem, i zde je proti vojákovi často vedena intenzivní bojová činnost. Nejčastěji má formu skryté léčky nebo přepadu ze zálohy. Příslušníci jednotky se musí vyrovnávat nejen s palbou, ale i s explozemi náloží apod. Nyní se tedy

zaměříme na hlavní faktory, které jsou tradičně spojeny s psychickou zátěží u vojáka v bojovém nasazení. Zátěžové situace, které doprovázejí bojové nasazení, mají specifický charakter a obvykle bývají rozděleny do několika kategorií podle objektu, či subjektu, ze kterého vycházejí. Gottvaldová a Znojilová (2006) je dělí následovně:

- Zátěž vycházející z okolního prostředí

Zde patří: Vizuální a klimatické podmínky (tma, šero, intenzivní světlo, teplo a chlad); podmínky akustické (exploze, bojová vřava a hluk nebo naopak ticho); podmínky hypoxie (exhalace, dým, specifické zápachy); podněty chuťové, čichové a hmatové působící nepříjemně příp. vyvolávající nauzeu nebo dráždivost kůže; podmínky hygienické (možnost přenosu infekce apod.); vyčerpávající fyzická námaha vyplývající z náročného terénu; prostorové podmínky (stísněnost v bunkrech, zákopech nebo v bojové technice);

- Zátěž vycházející z lidské fyziologie

Diskomfort ve stravování (chudý režim stravování, jednotvárná nevyvážená studená strava, dehydratace a hypoglykémie); spánková deprivace a nedostatek odpočinku; jednostranné zatížení organismu, přetěžování některých svalových partií; zranění a nemoc;

- Zátěž vycházející z kognitivních faktorů

Informační paradox (přetížení) a ztížené komunikační možnosti; nedostatek informací, ambivalence informací a nejasnost; Jazyková bariéra; časový press (tlak) spojený s čekáním a nutností se rychle rozhodovat; zhoršená možnost hodnotit situaci (nepředvídatelnost, nejistota); senzoričné přetížení nebo naopak deprivace;

- Zátěž emocionální

Prožitek strachu a úzkosti s doprovodnými jevy (zranění, smrt, selhání, ztráty); agresivní prožitky (vztek, hněv, zášť); prožitky v mezilidských vztazích (sympatie a antipatie); prožívání a aktivity spojené s nudou (pocity znudění); prožívání aktivit spojených s morálním rozporem (ambivalence v hodnotových postojích); prožívání zodpovědnosti (zodpovědnost za druhé osoby);

- Zátěž faktorů komplexních (typické pro vedení bojové činnosti)

Věznění a zajetí; Výslechy a mučení; Přežití a únik ze situace; práce s neposlušným davem; ošetřování raněných a traumatizovaných; bojové ztráty ve skupině; narušení koheze skupiny v důsledku ztrát;

Celkově můžeme konstatovat, že příslušník bojové jednotky prožívá během svého nasazení v zahraniční operaci nadměrnou míru psychické zátěže, která výrazně ovlivňuje jeho prožívání a následně i další procesy, především chování a jednání. V rámci bojového nasazení patří mezi nejvýrazněji zatěžované zejména kognitivní funkce.

3.2. Bojová činnost a kognitivní funkce

Problematika psychické zátěže a jejího prožívání u vojáků v bojovém nasazení je komplexní a složitá. Pro správnou činnost vojáka jsou klíčové především jeho kognitivní funkce. „Právě jen správná činnost a funkční spolehlivost kognitivních procesů umožňuje splnit vojákovi požadovaný úkol. Tím se rozumí vytváření odpovídajících představ, rychlý a spolehlivý průběh myšlenkových procesů, udržení pozornosti, věcnost, stručnost a logiku řeči“ (Gottvaldová et al., 2004, s. 12).

Vlivem bojové zátěže (popř. bojového stresu) se snižují a kvalitativně zhoršují rozlišovací schopnosti a počítkové prahy. Mění se k horšímu přesnost a rozsah vnímání. Právě v bojové situaci, kdy voják potřebuje vnímat nezkresleně a přesně dochází naopak k těžkostem při přenášení a rozdělování pozornosti. Objevuje se zúžení rozsahu pozorování. To může v extrémních případech vyústit v neschopnost se plně soustředit. Dále se u vojáků mohou objevovat při vybavování vzpomínek velké nepřesnosti, případně selhávání paměti. Se silným bojovým stresem je narušeno rychlé a včasné rozhodování a přichází těžkosti v myšlení. Dochází k narušení hodnocení. Na závěr se všechny negativní změny mohou silně odrazit ve vztazích na jednotce a celkovém vnímání společenského prostředí.

Abychom takovým jevům zamezili, je bezpodmínečně nutné se na podobné situace při výcviku připravovat. Ve vojenské literatuře a v metodikách pro psychologickou činnost u vojsk je bezpočet cvičení a tréninků praktických dovedností, které mohou výše zmíněné vlivy eliminovat. Nikdy je však nedovedou zcela vymýtit, poněvadž válečná realita je naprosto nepřenositelná. Přesto nelze

v žádném případě správnou formu výcviku podcenit. A i zde je úloha vojenského psychologa klíčová. „Psychická připravenost má prvořadý význam pro uchování psychického zdraví vojáka. Slouží pro uchování jeho vysoké výkonnosti, bojeschopnosti a spolehlivosti. Musí být schopen jednorázově vydat výkon až na hranici lidských sil, překonat únavu, nepohodu, nedostatek spánku a jiné zátěžové situace“ (Pavlica et al., 1985, s. 201).

Stres je v dnešním psychologickém diskurzu obecně chápán v několika významech. Jeden z nich je stres jakožto jedna z kategorií psychické zátěže. To vyplývá z výše uvedené kategorizace podle Čírtkové (2004). Podobně kategorizuje psychickou zátěž i Machová a Kubátová (2009), kdy je psychická zátěž dále rozdělena na:

- Konflikt (střet antagonistických tendencí vnějších, nebo vnitřních);
- Frustrace (zmaření úsilí, zklamání, bezvýslednost snažení);
- Deprivace (zbavení, odnětí, nedostatek něčeho);
- Přesycení (hypersaturace jako protipól deprivace – týká se nepřiměřeného, neadekvátního přesycení jednotlivými podněty);
- Traumatické události (velmi nebezpečné situace, které se absolutně vymykají běžné zkušenosti jedince);
- Neovlivnitelné a nepředvídatelné události (Zátěžová situace působí neovlivnitelným a nepředvídatelným dojmem);
- Události (výzvy) na hranici schopností (situace, které každého jedince nutí dosahovat až samotných hranic svých schopností);
- Vnitřní konflikty (nevyřešené vnitřní konflikty, problém vzájemně antagonistických cílů);
- Stres (jevy, které ohrožují fyzickou nebo duševní pohodu jednotlivce)

Pokud se podrobně zaměříme na výše uvedenou klasifikaci zátěžových situací, můžeme se jednoznačně shodnout na skutečnosti, že se příslušníci bojových jednotek v rámci nasazení v zahraniční operaci střetávají v různé intenzitě a frekvenci se všemi z uvedených zátěžových faktorů. Navíc mohou při bojovém nasazení tyto faktory nabývat těch nejsilnějších podob. Tady se ukazuje jedinečnost činnosti vojáka - profesionála, který musí za určitých okolností čelit extrémní zátěži a dosud neprožitým vjemům. Vojenský profesionál musí být připraven a posléze

i schopen této zátěži odolat. Z kategorizace uvedené výše nám v celku jasně vyplývá, že u vojáků tvoří stres jen jednu z kategorií psychické zátěže. Nicméně je dnes termín stres v řadě vědeckých prací a posléze také v obecném pojetí vnímán spíše všeobecně v širším slova smyslu. Slouží jako srozumitelný pojem pro jakýsi souhrn všech kategorií a má generalizující charakter, případně také všechny kategorie jakýmsi způsobem prostupuje. Problematika spojená s prožíváním stresu je tedy v tomto pohledu důležitá v souvislosti s rozvojem poruch spojených se zátěží. Stres je v této souvislosti vlastně všudypřítomný a obklopuje vojáka v různé kvalitě a míře intenzity prakticky denně. Při náročných činnostech spojených s bojovou zátěží je stres kumulován v mnohem vyšší intenzitě a jeho prožívání je poté mnohem intenzivnější. Působení stresu je nevyhnutelné a pervazivní. Příslušníci bojových jednotek se před jeho působením nemají kam schovat nebo mu utéct. Jediným řešením, jak prožívání nepříjemných pocitů spojených se stresem v prostoru bojového nasazení překonat, je důkladný výcvik a příprava.

3.3. Voják a stres

Stres je v současnosti velmi frekventovaným fenoménem napříč celou moderní civilizací, který má nálepku jakéhosi strašáka zodpovědného za velkou spoustu zdravotních komplikací. Pokud si pojem „Stress“ zadáte do běžného vyhledávače Google (2017), objeví se 2,6 miliardy odkazů (při zadání „Combat Stress“ je to 16,5 milionu). Pokud „Stress“ zadáme do odborného vyhledávače Google Scholar, je počet odkazů cca 5,5 milionu. Jen pro zajímavost přidejme srovnání. Termín „AIDS“ má na stejném vyhledávači cca 2,8 milionu odkazů, což je ve srovnání se stresem cca polovina. Jasný důkaz, o jak diskutované téma v moderní společnosti jde. Původně má stres adaptační funkci. Evolučně má každý člověk zakódovány hlavní dva způsoby, kterými reaguje na nebezpečí, jež by mohlo ohrožovat jeho život. Těmito způsoby jsou útok a útěk. Ačkoliv v moderní civilizaci tyto reakce povětšinou již ztratily svůj původní význam ve formě reakce na nebezpečí vyloženě ohrožující život, v dimenzi sociální a psychické jsou dnes téměř všudypřítomné. Vymětal (2009) k tomu dodává, že běžný dnešní člověk již nemá možnost potkat se s predátorem, který by ho hned fyzicky ohrozil, ale zejména sociálnímu stresu je jedinec ve dnešní společnosti vystaven celý svůj život.

Autorem teorie Fight or Flight (Bojuj nebo uteč) je Walter Cannon, který daný jev popsal už v roce 1915 jako soubor změn ve fyziologii, ke kterým dojde vždy, pokud je organismus vystaven zátěžové situaci doprovázené pocitu vzteku nebo strachu. Jde o prastarou evoluční vlastnost, poněvadž fyziologická odezva výrazně zvyšuje naději v nebezpečné situaci. Živočich (nejen člověk) má poté mnohem vyšší šanci přežít. Na Cannonovy výzkumy navázal významný endokrinolog Hans Selye. Ten také poprvé použil samotný termín „stres“. Podle Vágnerové (2004) tím míní charakteristický projev organismu v reakci na různé formy zátěže. Zároveň vytvořil koncept generálního adaptačního syndromu (GAS), při kterém se organismus vyrovnává s chronickým působením silné zátěžové situace. V tomto tradičním pojetí je možno stres chápat jako reakci, kterou náš organismus reaguje na silnou psychickou nebo fyzickou zátěž, do které samozřejmě neoddiskutovatelně patří zdraví nebo život ohrožující podněty. Pokud k takové reakci dojde, spouští se evolučně vyvinuté mechanismy určené k překonání nebezpečné situace. Stres tedy v tomto pojetí slouží jako jistá forma záchrany člověka, který mobilizuje vnitřní zdroje, aby si při extrémní situaci uchoval naději na uchování svého života. Pakliže tedy toto pojetí vztáhneme na situaci vojáků v bojové akci, musíme konstatovat, že má stále svou platnost v původním pojetí Waltera Cannona. Voják je totiž při kontaktu s protivníkem vystaven smrtelnému nebezpečí a takto na něj reaguje. V bojovém kontaktu se u něj projevuje tradiční „Fight or Flight“ se všemi fyziologickými a endokrinními projevy. Voják, pakliže se dostane při plnění bojového úkolu do život ohrožující situace, nemá většinou možnost volit variantu „Flight“, neboli uteč. Voják v kontaktu s protivníkem nebo při řešení bojového úkolu nemá možnost odreagovat se únikem ze situace. Musí zůstat, zmobilizovat své síly a situaci řešit. Právě v těchto situacích se ukazuje, jaké jsou jeho osobní kvality, jak je na podobné situace připraven, jakou má motivaci hrozbě čelit. Profesionální voják při nasazení v zahraniční misi se dostává do kontaktu s protivníkem, který proti němu vede bojovou činnost. Tyto situace vyžadují často enormní fyzické a psychické úsilí pro jejich úspěšné zvládnutí.

Přes všechny obtížnosti, které dnes provázejí snahu přesně vymezit stres a jeho působení, je nutné pro účely této práce, provést jeho rozdělení na dvě části. Tyto dvě jistým způsobem antagonistické kategorie, nazývané eustres a distres, se navzájem doplňují. Pod pojmem eustres rozumíme fyziologickou odpověď motivující

lidského jedince k vyššímu výkonu. Opakem je poté distres, který je jedincem prožíván nepříjemně a má na organismus dlouhodobě škodlivý vliv. Podle Křivohlavého (1994) je eustres kladně působící stres, který doprovází pozitivně emočně laděné události. Distres je naopak negativně působící stres doprovázející nepříjemné stresové situace.

Celkově je stres hodnocen a chápán ve společnosti jako jev s negativní konotací. Tím se ale všeobecně chápe stres dlouhodobý spojený s neúčinnou adaptací. Spíše bychom to mohli nazvat dlouhodobou zátěží. Stresová reakce má ale především ze své podstaty nezastupitelnou funkci pro samotné přežití. Voják stresovou reakci prožívá a musí ji prožívat, aby na bojišti přežil. V tomto smyslu bojová činnost vyvolává poplachovou reakci, která konkrétněji při nasazení v Afghánistánu pomáhá účinně reagovat na přímé ohrožení života ve formě léček, střelby ze zálohy, raketových útoků, skrytých nástražných náloží nebo sebevražedných útoků.

3.3.1. Pojetí stresu, vybrané definice stresu

Jak již bylo výše uvedeno, stres je dnes považován za jeden z nejpálčivějších problémů moderní civilizace. Odborné literatury k danému tématu existuje velké množství. Celkově se ale autoři v definování stresu dost liší. Existuje ale obecná shoda, že se jedná o reakci organismu při jeho vystavení mimořádným podmínkám jako psychosomatická reakce na stresor. Vzhledem k velké šíři pojetí pojmů stres a stresor si nyní v této kapitole některé z nich blíže představme:

Jednu z prvních definic vytvořil Hans Selye. „Stres je stav projevující se ve formě specifického syndromu, který představuje souhrn všech nespecificky vyvolaných změn v rámci daného biologického systému“ (Selye, 1966, s. 82).

Jaro Křivohlavý je autorem definice: „Stres je vnitřním stavem člověka, který je přímo ohrožován nebo očekává takové ohrožení a domnívá se, že není dost silný, aby se takovému jevu ubránil“ (1994, s. 10).

Naopak Nakonečný (2000) chápe stres v širším kontextu. Vidí v něm rovněž kromě poplachové reakce také zátěžovou situaci nebo stav individua. Psychologické

hledisko podle Nakonečného nahlíží na stres jako na stav nadměrného ohrožení, případně zatížení.

Baštecká (2009) Nakonečného pojetí rozvíjí a doplňuje: „Stres a zátěž jako pojmy dnes často splývají. To vede poté často k používání pojmu stres i v situacích, kde by se měla používat zátěž“ (s. 382).

Jednoznačně je tedy možno konstatovat, že pojem stres je v současnosti ve společnosti nadužíván a používá se i tam, kde bychom se mohli obecně bavit o zátěži. Podle Hartla a Hartlové (2009) se dnes stres používá i tam, kde jde pouze o nějakou nepříjemnou situaci. O stres se však jedná, až když se není organismus schopen vyrovnat s intenzitou nějakého stresového podnětu (stresoru). Pokud je organismus schopen vyrovnat se se zátěží sám, jedná se o zátěž. Podněty vyvolávající stres se však mohou kombinovat najednou a ve formě velmi malých podnětů, které mají poté celkově nebezpečný dopad.

Výše jsme již uvedli, že Hans Selye vytvořil koncept generálního adaptačního syndromu (GAS). Křivohlavý uvádí u GAS tato tři stádia: Poplachovou reakci, zvýšenou rezistenci a stadium vyčerpání. Nakonec dochází k nereverzibilnímu poškození nebo smrti (1994, s. 17).

Za zobecněnou a stereotypní reakci označují GAS Olpin a Hesson (2012). GAS zahrnuje různé systémy v rámci celého organismu. Celá reakce má tři fáze:

Alarm Stage (fáze poplachu) – spojení se šokem; snížená odolnost organismu; začínají působit obranné mechanismy;

Stage of resistance (fáze resistance) – organismus se přizpůsobuje stresové situaci;

Stage of Exhaustion (fáze vyčerpání) - reakce přizpůsobení se mohou hroutit; možnost nevratného poškození organismu;

GAS může probíhat i bez rezistenční fáze. Nebo naopak s prodlouženou fází resistance. Rozhodující je v tomto ohledu síla a délka trvání stresové situace. GAS je

účelnou obrannou reakcí, může však vyvolat různá psychosomatická onemocnění (Olpin, Hesson, 2012, s. 38).

Pojetí stresu a teorie GAS podle Hanse Selye však pro mnoho vědců opomíjí psychologické pojetí stresu a příliš upřednostňuje fyziologické charakteristiky. Právě psychologickým aspektům stresu se věnoval ve svých teoriích R. Lazarus. Ten rozdělil stres v podstatě na fyziologický a psychologický. Fyziologický stres vidí Lazarus jako změny v činnosti organismu. Stres psychologický se projevuje v prožívání a chování a jeho změnách. V tomto ohledu vytvořil Lazarus nový psychologický koncept zvládnání stresu. Klíčovými pojmy jsou poté „Cognitive Appraisal“ (kognitivní hodnocení) a „Copping“ (zvládnání) (Paulík, 2010). O samotném copingu a jeho strategiích píšeme níže v další kapitole.

3.3.2. Stresory a jejich dělení

Stresor je jednoduše možno chápat jako vliv, který je příčinou stresu. Jedná se tedy negativní působení na jedince v náročných situacích. Odborná literatura stresory obvykle dělí na dvě široce pojaté skupiny, vnější a vnitřní. Dále mohou být stresory posuzované podle délky svého trvání. Pokud působí krátkodobě, označují se za akutní. Při dlouhodobém působení se jedná o stresor chronický. Matoušek (2003) charakterizuje chronický stres tím, že na jedince působí souběžně více stresorů po delší dobu. Akutní stres je prudký, kdy stresor působí náhle a bez varování.

V současné době jsou stresory v rámci odborné literatury děleny do složitějších a diferencovanějších kategorií. Nedá se říci, že by existoval jednotný přístup v této klasifikaci. Při samotném členění do skupin a podskupin se v současnosti uplatňují rozdílné přístupy a faktory.

Vymětal (2009) stresory dělí na:

- Stresory tělesné – žízeň, hlad, bolest, námaha apod.;
- Stresory emocionální – úlek, strach, obavy, nejistota apod.;
- Stresory kognitivní – myšlenky, negativní postoje, očekávání, starosti apod.;
- Stresory fyzikální – tma, hluk, chlad, horko apod.;

- Stresory biochemické – kofein, nikotin, alkohol, psychotropní látky apod.
- Stresory komplexní – konflikt, časový nátlak, odloučení, změna, kritika, nemoc, osamělost atd.;

Vymětalovo rozdělení stresorů a klasifikace zátěžových faktorů u vojáků podle Gottvaldové a Znojilové (2006) vychází v podstatě ze stejných hodnotících kritérií. Vyplývá z něj, že vojenský profesionál musí během svého bojového nasazení čelit stresorům, které se prolínají všemi výše popsányi kategoriemi. Přestože se při kategorizaci stresorů obecně projevuje jakýsi generalizující trend, který by všechny stresory zobecnil, sám Vymětal uznává (2009), že je prožívání stresu ryze individuální. Záleží vždy především na osobní kompetenci a vlastní interpretaci každé přichodzí události. Klíčový je z tohoto pohledu odhad vlastní kompetence a případná kvalifikace v souvislosti se zvládnutím požadavků situaci vyřešit. Paulík (2010) to vnímá obdobně. Navíc připojuje tři faktory důležité při prožívání stresových situací. Prvním faktorem je užívaný způsob zvládnání zátěže (coping, případně obranná reakce) a druhým faktorem je přítomnost (nepřítomnost) běžných drobných každodenních obtíží a nepříznivých životních situací. Třetí faktor v sobě obsahuje již dříve nabyté stresové zkušenosti každého jedince. Všechny tři faktory jsou navíc propojeny se sociální oporou a sociálním statutem jedince. Vědecké závěry psychologů Holmese a Raheho (Holmes, Rahe, in Irmiš, 1996), se týkají síly a intenzity působení stresorů a jejich přenosem na zdraví jedince. Byl vypracován systém žebříčku stresorů z hlediska jejich působení na lidský organismus. Podle koeficientu se může dopočítat koeficient stresové zátěže, který má dlouhodobý dopad na zdraví. V tabulce stresorů je 40 životních událostí. Nejvíce stresujícími, i přes individualitu každého jedince, jsou partnerské ztráty.

Podle Dziakové (2009) patří mezi hlavní stresory příslušníka zahraniční mise především neúměrně vysoká zodpovědnost, přetížení množstvím práce, nedostatek času – časový tlak, mezilidské vztahy a kontakty, nejasné kompetence a pravomoci, časově neomezené napětí, limitované osobní prostory, spánková deprivace, hlučnost, nepravidelný režim. Zde bychom si mohli dodat ještě jeden stresor, který má velký vliv na mezilidské vztahy. Paradoxně je to pocit nudy. Může to znít paradoxně, ale vojáci v misích tento pocit zažívají. Výjezdy mimo základnu a plnění úkolů jsou natolik silným prožitkem, že se vojákovi často po návratu jen těžce relaxuje. Kdo to neumí, může zažívat obdobný pocit. O tom, jak důležitou roli hrají

mezilidské vztahy a celková atmosféra v jednotce, může autor z vlastní zkušenosti doložit následující příklad. Známy jev, tzv. „ponorková nemoc“ se objevuje na misích zcela pravidelně. Vztahy bývají často napjaté. Mnozí velitelé jako jedno z řešení určují některé vojáky do hlídek a služeb tak, aby se v ubytovacím prostoru (což je často pouze vojenský stan) potkávali co nejméně. Pro některé vojáky byl nedostatek soukromí natolik stresující, že se dobrovolně nechávali zapisovat do sestavy mobilních patrol, i přes mnohonásobně větší reálné nebezpečí ohrožení života. To už je známka, že situace není v pořádku. Řešením je zaměstnanost vojáků a jejich zdokonalovací příprava. Ta musí probíhat i mezi bojovými akcemi např. ve formě debriefingů, kde se společně probírají zjištěné silné a slabé stránky činnosti, na které poté navazuje zdokonalovací výcvik.

Vědeckých teorií, které v současnosti řeší problematiku, stresu jsou desítky. Je to dáno velkým zájmem o dané téma napříč celou „postmoderní civilizací“. Současná civilizace je přímo posedlá výkonností jedince. Pracovní tempo a rychlost událostí kolem nás je rychlejší než kdykoliv v minulosti. Dnes je již neoddiskutovatelné, že má stres a jeho prožívání vážné následky v psychosomatické oblasti. Pro vojáky to platí bez výjimky. Armáda je vždy odrazem společnosti a profesionální voják nežije v nějaké společenské izolaci. Zde by se dalo říci, že profesionální vojáci, kteří jsou nasazeni v zahraniční operaci, bývají vystaveni působení stresu hned dvakrát. Prvním vlivem je již zmíněný každodenní vliv civilizační. Každý voják řeší stejné problémy jako jiný občan v civilním sektoru. Může se jednat o manželské problémy, výchovu dětí, finanční obtíže apod. Navíc se při svém nasazení v zahraniční operaci setkává s „prapůvodními“ stresory, jak je popsali Cannon a Selye. Voják bojové jednotky při nasazení prožívá situace, kdy je ohrožován jeho život a musí na vzniklý problém adekvátně a rychle reagovat, případně rovnou všemi prostředky bojovat. Z vojenského pohledu, při nasazení v bojových operacích, je třeba především přihlížet ke kognitivním procesům a schopnostem vojáků vyrovnat se s působením stresu. V tomto ohledu vidí autor této práce jako podnětnou teorii, kterou vytvořil ve druhé polovině šedesátých let Richard S. Lazarus.

R. Lazarus se zaměřil především na kognitivní procesy v rámci zvládnání stresových situací. Zpracoval model tzv. dvojího zhodnocování situace v případě ohrožení (Lazarus, In Křivohlavý, 2001):

- Prvotní zhodnocení situace;

V rámci prvotního zhodnocení jedinec hodnotí situaci z pohledu ohrožení vlastní existence nebo zdraví, ale třeba také z hlediska sebehodnocení a pověsti. Posuzuje ne pouze aktuální stav, ale rovněž situaci a její důsledky. Jako výsledek hodnocení se začne jevit situace jako stresující, kladná nebo nepodstatná.

- Druhotné zhodnocení situace;

Během druhotného zhodnocení situace se jedinec zaměřuje na své zdroje ke zvládnutí stresové situace a hodnotí své možnosti ji zvládnout. Provádí sebekontrolu schopností své obrany nebo naopak útoku a vlastní strategii útoku (Křivohlavý, 2001, s.169).

Lazarusova teorie stresu považuje za nejdůležitější právě vlastní hodnocení stresového podnětu. Podněty podle něj mohou být z pozice každého jednotlivce hodnoceny různě. Jeden typ podnětu může být někoho stresující a ohrožující, zatímco pro druhého relativně snadno zvládnutelný. Vliv má samozřejmě také vulnereabilita (zranitelnost). Ta je ovlivněna multifaktoriálními vlivy na osobnost každého z nás. Zde patří především věk, pohlaví apod. Samotné emoční požívání poté navazuje na předchozí kognitivní zhodnocení. Z Lazarusových výzkumů také vyplývá, že na vzniku a posléze průběhu GAS, tak jako jej popsal H. Selye, se podílejí rovněž kognitivní složky. Podle Hladkého (1993) především fyzická odolnost a kognitivní složky nakonec rozhodují o odolnosti nebo zranitelnosti každého jedince.


Pokud si výše zmíněné teorie vztáhneme na profesionální vojáky během bojového nasazení, Kdy budeme brát jako stresor reálný život ohrožující zážitek, dává nám Lazarusova kognitivní teorie pro vnímání a prožívání silných stresových podnětů odpověď na celou řadu otázek spojených s prožíváním silných stresorů a jejich vzájemných kombinací, které v sobě přináší bojová činnost.

V rámci problematiky této práce si nyní výše zmíněnou teorii aplikujme na konkrétní situaci obvyklou na místě nasazení. V rámci mise v Afghánistánu se vojáci mobilních patrol dostávají do kontaktu s protivníkem poměrně často (v terminologii NATO: TIC – Troops in Contact). Většinou se jedná o léčky a přepady ze zálohy, kdy obvykle boj zahajují povstalci. Často tomu předchází výbuch nálože u silnice a poté nastupuje samotná palba z ručních zbraní. Vojáci (hlavně velitelé) si vždy musí při

prvním kontaktu vyhodnotit dvě základní věci. První věcí je, zda na protivníka stačí vlastními silami nebo budou potřebovat případnou pomoc. Druhou věcí je okamžité vyhodnocení efektivity prvního úderu protivníka. Zda je jednotka kompletní nebo už byly utrpěny vlastní ztráty. Pokud právě na takovou situaci aplikujeme Lazarusovu teorii, mohlo by to v podobném boji vypadat následovně: Při prvotním hodnocení musí voják vědět, o jakou situaci se jedná, musí si rychle vybavit, zda někdy podobnou zažil nebo ji někdy trénoval v rámci polního výcviku. Musí si rychle utříbit a vybavit drily a postupy, jak se na danou situaci reaguje. Vycvičený voják dělá spoustu věcí automaticky. Okamžitě reaguje, kryje se, případně vede palbu. Většina činností je „nadrilovaná“. Stejně tak nehledá věci potřebné pro reakci, vše potřebné najde i poslepu. Voják koná, co se naučil. Po identifikaci typu ohrožení si uvědomuje své zdroje k jejímu zvládnutí. Kognitivně si vyhodnocuje sílu ohrožení a jeho kvalitu. Pokud vyhodnocuje situaci jako ohrožující, ale zvládnutelnou nepodléhá panice a pokračuje v činnosti přesně tak, jak je navyklý podle své funkce v jednotce. Při druhotném hodnocení situace si voják začíná věřit. Vnímá sám na sobě, že to zvládne. Je nabuzený a cítí svou sílu, která ještě narůstá týmovou součinností. Bojovník v této fázi funguje jako přesně namazaná součástka ve složitém stroji. Dělá všechnu činnost tak, jak je zvyklý. Plně se soustředí na bojiště. Pozoruje okolí, periferně vnímá spolubojovníky a dává své schopnosti ve prospěch jednotky a úspěchu. Je si vědom, že jen maximálně soustředěný výkon přinese úspěch.

V syntéze vojenské psychologie (Pavlica et al., 1985) se otázce psychických stavů v bojové situaci věnuje velká pozornost. „Kvalitní a zvládnutá psychologická příprava musí navazovat na přípravu bojovou. Psychologická příprava přináší při výcviku efekt jen tehdy, pokud jsou při její realizaci dovedně využívány rozmanité metody a formy a v jednotlivých druzích odborné, střelecké, tělesné, taktické a jiné přípravy, zvláště však polního výcviku, kdy jsou záměrně navozovány situace vyvolávající zvýšenou psychickou zátěž, napětí a strádání. Důležitá je také znalost konkrétních psychických struktur, které mají být rozvinuty, především obou složek psychické odolnosti, motivační a výkonové“ (s. 593). Pokud přihlédneme k podstatě věci a pomineme dobovou terminologii, nelze z vojenského hlediska než souhlasit. Bojové situace se v psychice bojovníka odrážejí stále stejně a je nutné být na ně připraven.

Tabulka: Podle Gaskina (2012) zavedla armáda Spojených států amerických Program kontroly operačního stresu u bojových útvarů (Combat Operational Stress Control). Základní idea je chápání bojového stresu jako kontinua. V tabulce jsou odlišené barevné zóny - (zelená – žlutá – oranžová – červená). Zóny vyjadřují behaviorální projevy pod vlivem působení stresu.

Jednotlivé zóny působení stresu jako kontinuum (Gaskin, COSC, 2012)			
Připravenost ke zvládnutí stresu	Vyvolány jen slabé reakce na stres	Narušení chování stresem	Vyvolání chorobného stavu stresem
<p>Žádné změny v chování</p> <p>Správné copingové strategie</p> <p>Klidný</p> <p>Etické chování</p> <p>zdravý spánek</p> <p>Chuť k jídlu</p> <p>Smysl pro humor</p>	<p>Úzkost</p> <p>Pocity smutku</p> <p>Ztráta energie</p> <p>Zhoršené soustředění</p> <p>Pesimismus</p> <p>Odklon k jiné činnosti (např. internet)</p>	<p>Ztráta kontroly emocí</p> <p>Noční můry</p> <p>Pocity viny</p> <p>Panika</p> <p>Ztráta morálních zásad</p> <p>Prudká změna chování</p>	<p>Podobné chování jako v oranžové zóně s prudkými výkyvy nálad</p> <p>Tzv. Zóna III.</p> <p>Pokud přijde krátké zlepšení, nastává posléze mnohem horší stav, než byl stav výchozí.</p>
Individuální odpovědnost			
			
Odpovědnost velitele (vedoucího)		Odpovědnost psychologa (kaplana)	

Autor může z vlastní zkušenosti potvrdit, že správný a efektivní výcvik výrazně pomáhá každému vojákovu podobné situace zvládat. Staré přísloví „Těžko na cvičišti,

lehko na bojišti“ nepozbývá svou platnost. Výcvik je dnes realitě velmi přiblížen. Existují výcvikové prostory (např. americký polygon Hohenfels v SRN), kde jsou věrné kopie afghánských vesnic včetně najatých komparsistů, kteří takřka dokonale imitují civilní obyvatelstvo i povstalce, včetně reálií jakými jsou jazyková bariéra nebo kulturní odlišnosti. Laserové simulátory navozují reálné prožitky během výcviku. Vojáci mají v rámci polních cvičení na své výstroji připevněna laserová čidla, která jim umožňují při tréninku boje vnímat vlastní zranitelnost. Simulátor vyhodnotí, zda byli zasaženi do těla, či do hlavy, smrtelně nebo s nadějí na přežití. Mohou si plně uvědomit, v jaké situaci se nacházeli a co dělali, když byli střelbou zasaženi. Mohou se z toho poučit. Také výstřely a výbuchy běžně používané ve výcviku zůstávají v paměti i po ukončení výcviku. V rámci zdravotního zabezpečení se používá umělá krev a simulace válečných zranění jsou takřka dokonalé. Realnost výcviku je základním kamenem psychologické přípravy. Maximálně se vyhnout pouhé imitaci. Vše se dělá pod časovým tlakem v reálném čase. Výcvik probíhá non-stop bez ohledu na denní dobu a roční období. To vše slouží k pozdějšímu zdárnému nasazení. To vše slouží k záchraně životů vojáků v misi a minimalizaci ztrát.

Způsob, jakým se jednotlivec vyrovnává se stresem, respektive míra jeho vyrovnání vůči stresové situaci má vliv na budoucí reakci. Podle toho, jak zvládl jedinec aktuální zátěžovou situaci, se bude vyrovnávat v budoucnu s obdobnou situací. Jestliže dojde k selhání, vytváří se nepříznivý základ pro budoucí řešení. Zároveň se dají mnohé stresové situace považovat za zbytečné a je lepší se jim vyhnout. To souvisí s nesmyslností klást si nepřiměřené cíle. Zvládání stresových situací je naučitelné (Vágnerová, 2004).

Obecně tedy můžeme konstatovat, že stres a jeho vnímání je z velké míry subjektivní a záleží na osobnostních rysech každého jednotlivce. Reakce je také možné regulovat kognitivně. Z hlediska vojenského profesionála a jeho výcviku je to zásadní postulát. Tady se již dostáváme z hlediska této práce k dalšímu důležitému tématu, k problematice zvládnání stresových situací (copingu).

3.4. Strategie zvládnání (coping)

Složité proces, jak se vyrovnávat se stresem v širším kontextu jakožto životními těžkostmi, se v anglosaském pojetí označuje jako „Stressmanagement“.

V češtině bychom to mohli pojmenovat jako čelení stresu nebo strategie zvládnání stresu. Strategií zvládnání v současné psychologii existuje celá řada, ale jedna idea je jim společná. Základem je stresu předcházet a nejen řešit posléze jeho následky. V praxi to znamená posilovat organismus po stránce fyzické a psychické. Tyto dvě složky nelze nikdy od sebe oddělit a pro vojenského profesionála to platí dvojnásob. Sokolské rčení „ve zdravém těle, zdravý duch“ je platné a u bojových jednotek nikdy nemůže pozbýt svou důležitost. V tomto duchu je třeba na profesionální vojáky nepřetržitě působit a zvyšovat jejich odolnost. Při absenci systematické bojové přípravy provázané psychologickými aspekty nemůže voják abnormálně silnému bojovému stresu úspěšně čelit. Nejdůležitější se v tomto smyslu jeví schopnost zvládat stres (coping). Jak již bylo výše uvedeno, „coping znamená vědomou volbu dané strategie zvládnání psychické zátěže, která vždy závisí na osobním hodnocení stresové situace a na navazujícím zhodnocení vlastních možností“ (Vágnerová, 2004, s. 57). Dnes se podle Vágnerové všeobecně strategie zvládnání dělí na dvě základní skupiny. Strategie zaměřené na problém a strategie zaměřené na průvodní emoci.

Další základní dělení rozděluje strategie zvládnání na krátkodobé a dlouhodobé. Při krátkodobých strategiích se zaměřujeme na okamžité snížení stresové reakce. Postupy jsou relativně jednoduché. Patří zde cvičení s dechem, vnitřní monolog, fyzická činnost nebo odklonění pozornosti na jinou aktivitu. Dlouhodobé strategie zvládnání mají zase cíl ve snížení míry stresové zátěže např. upravením životosprávy, analýzou a možnými řešeními, časovým managementem nebo pěstováním nových zálib a zájmů (Vymětal, 2009).

Z výše uvedeného nám vyplývá, že copingových strategií existuje relativně velké množství. Většina z nich v současnosti preferuje aktivní řešení problémů spojených se zvládnáním stresu. Lazarus a Volkmanová dělí copingové strategie následovně: (Lazarus, Volkmanová, In Mičák, 2004).

- Copingové strategie cílené na problém:
 - aktivní coping (cílené zvýšení snahy splnit cíl);
 - plánování (strategie řešení problematické situace);
 - potlačení ambivalentních aktivit (úmysl odsunout jiné záležitosti);

zdrženlivý coping (výběr vhodného načasování, nejednat hned);

- Copingové strategie cílené na emoce:
instrumentální sociální opora (hledání informací, zisk zkušeností a pomoci);
emocionální a sociální opora (zisk porozumění sympatií a podpory);
kladná reinterpretace (identifikace pozitivních aspektů situace);
akceptování problému (přijetí situace, změna nebo přizpůsobení);
popírání (odmítání existence problému nebo v řešení problému);
příklon k religiozitě (obrat k náboženství a spiritualitě);

- Copingové strategie dysfunkční:
projevy emocí (vlastní zaměření na projevy osobní nepohody);
odpoutání behaviorální (vzdávání se a projev pocitů bezmoci);
odpoutání mentální (mentální odvedení pozornosti na jinou činnost);
odpoutání návykovou látkou (únik za pomoci návykových látek);

Poněkud odlišnou strategii zvládání stresu v rámci dotazníku SVF 78, ale rovněž vycházející z kognitivní teorie dvojího zhodnocení, uvádějí Janke a Erdmanová (2003). Přestože vycházejí z Lazaruse, přidávají ke své koncepci ještě dvě další rozlišné skupiny strategií zvládání. První skupinu tvoří tzv. „akční strategie“. Ty se týkají vnějšího způsobu jednání a aktivit. Druhou skupinou je tzv. „intrapsychická strategie“, která se týká kognitivních procesů (myšlení, vnímání, představy atd.) Dále jsou strategie ještě děleny podle vlivu na snížení míry stresu na jednotlivce. Zde patří strategie negativní, pozitivní a sporadicky se vyskytující.

Kromě aktivního copingu, který nám pomáhá v řešení zátěžových situací, se také můžeme setkat s obrannými mechanismy na nevědomé úrovni. Zde patří např. projekce, popření nebo vytěsnění. Tyto mechanismy obvykle mohou mít podle Mlčáka (2004) charakter pasivního vyhýbání se zátěžové situaci. Tento maladaptivní způsob vyrovnávání bývá doprovázen rizikovými faktory.

Pokud zařadíme činnost vojenského profesionála během zahraniční mise do kontextu výše uvedených copingových strategií, je evidentní, že právě dobře zažité strategie zvládání stresu jej významně napomáhají zvládat. Copingové strategie mají pro psychohygienu klíčový význam. Působené zátěžových faktorů během zahraniční mise je abnormální. Již jen pro vlastní duševní zdraví vojáka je nutné volit správné

copingové strategie. Důraz je třeba klást bezpodmínečně také na prevenci. Odstraňování následných symptomů stresu není tím pravým řešením. A zde si můžeme opět uvědomit, jak je dlouhodobá a systematická práce vojenského psychologa potřebná. Psychologická příprava, která by byla implementována na všech úrovních bojové přípravy, je tou nejlepší prevencí proti následkům působení silného stresu.

3.5. Motivace vojáků

Motivace (z latinského *movere* – hýbat) je všeobecně chápána jako soubor různorodých faktorů, který vede k aktivaci organismu. Motivace reguluje naše jednání a chování pro dosažení určitého cíle. Motivy jsou poté osobními příčinami určitého chování, určitými pohnutkami, psychologickými příčinami jednání jedince ve směru k uspokojování potřeb. P. Cakirpaloglu (2013) definuje motivaci jako proces spuštění aktivity člověka, jeho následného zaměření na objekty a cíle a v neposlední řadě i o proces regulace této aktivity.

Samotná motivace chování jednotlivce je poměrně obtížně uchopitelná, obsahuje velké množství determinant, které se na lidském chování podílí. Činnost samotného jednotlivce je poté regulována celým systémem rysů, potřeb, cílů, procesů nebo zájmů. Ty se označují jako motivy. Motivy jsou vůči sobě ve vzájemné interakci a vytvářejí celý motivační systém (Smékal, 2012). Podle Madsena se motivací rozumí interakce všech tzv. dynamoergních faktorů. Jedná se o faktory, které určují energetickou charakteristiku chování, např. sílu akce nebo její vytrvalost apod. Interakcí se rozumí vzájemná součinnost všech faktorů (Madsen, In Mrkvička, 1971).

Ve vojenské oblasti je na motivaci jednotlivce kladen vysoký důraz. Obecně řečeno stojí v oblasti psychických jevů právě motivace na samotném vrcholu zájmu. Vysvětlení vychází ze samotné podstaty vojenské služby. Velmi zjednodušeně se jedná o charakter vojenské služby, při které se často vyskytuje zvýšená míra zátěže a strádání. Pokud by jednotlivec nebyl pro práci profesionálního vojáka dostatečně motivován, nemohl by ji dlouhodobě a kvalitně vykonávat. Motivace je v armádě součástí každého hodnocení. Velitelé pravidelně na základě přesně daných kritérií vyhodnocují, jak je jejich podřízený ke své práci motivován. Otázka motivace je řešena během každého personálního pohovoru. Svou motivaci musí voják rovněž

prokázat při psychologickém vyšetření před výjezdem do zahraniční mise. Shrnuto a podtrženo: Jen správně motivovaný voják je zárukou úspěšného plnění úkolů.

Vzhledem k charakteru této práce se zaměříme nyní na motivaci vojáků k nasazení v zahraniční operaci. V tomto ohledu můžeme profesionálního vojáka přirovnat k vrcholovému sportovci. Voják bojové jednotky trénuje a připravuje se k bojovému nasazení. Zahraniční operace na území v Afghánistánu je v tomto ohledu určitou „vojenskou olympiádou“. Samá podstata současné Armády České republiky je především expediční. Veteráni z misí jsou v armádě vysoce hodnoceni. Pro postup v kariérním žebříku u bojových jednotek je účast v zahraniční operaci v podstatě nutná. Jedná se o jedno z rozhodujících kritérií při výběrových řízeních. Co však motivuje profesionální vojáky k účasti v zahraniční misi, a to častokrát i opakovaně? Vojenská psycholožka O. Dziaková zveřejnila výsledky průzkumu, který si v této oblasti velení armády nechalo zpracovat:

- Naplňování vyšších cílů, smyslu života;
- Finanční motivace;
- Zabezpečený relativně snadný organizovaný život bez vnějších starostí;
- Oddálení rodinných a osobních problémů;
- Možnost věnovat se jen sobě a své práci (Dziaková, 2009, s. 369);

Z výše uvedeného výčtu motivů můžeme vypožorovat jakési dva základní trsy. Ty odpovídají i osobní zkušenosti autora práce. První trs motivů je v podstatě existenciální. Rozhodují finance, zabezpečení, vyřešení nebo oddálení problémů apod. Druhý trs je profesně ideový. Touha věnovat se práci, zapracovat na sobě, naplnit své cíle nebo smysl života. Může zde patřit i určitá touha po nových zážitcích, či dobrodružství. Většina vojáků vidí v zahraniční misi možnost naplnit své profesní cíle, splnit si vizi, pro kterou do armády vstupovali. Mnozí také chtějí chránit ideové hodnoty, se kterými se ztotožňují. Lakonicky by se dalo konstatovat, že většina vojáků profesionálů si prostě jede splnit svou práci, pro kterou jsou určeni. V globálním tržním světě se však nelze vyhnout otázce finanční. To si musíme přiznat. Finanční motivace je pro mnohé ta prvotní. Pro většinu vojáků jsou ekonomické pohnutky ve vzájemné symbióze s profesionalitou a cílem něčeho v kariéře dosáhnout.

3.5.1. Syndrom vyhoření

Dosud jsme výše popisovali stav, kdy je voják motivován a cítí se plný energie ke splnění svých úkolů. Jeho psychický stav mu umožňuje plnit s vysokou mírou nasazení i úkoly náročné, které vyžadují velké množství mobilizace svých vnitřních sil. Je však zcela jasné, že i profesionální voják, který je vysokým výkonům předurčen, je nemůže vykonávat nepřetržitě dlouho bez kvalitní relaxace. Ani odolný a vycvičený profesionál opravdu není robot, kterého stačí napojit na zdroj energie. Ačkoliv se k bojovým jednotkám již při samotné rekrutaci vybírají vhodné a odolné osobnostní typy, nemůžeme vyloučit postupnou ztrátu motivace, která může vyústit až v tzv. syndrom vyhoření (viz. níže). Profesionální voják v tomto stavu je posléze pro jednotku vlastně nepoužitelný. Svou práci vykovává naprosto bez zájmu o věc, pouze mechanicky a bez jakékoliv iniciativy. Jaký dopad to může mít na místě nasazení, kde je potřeba udržovat plnou soustředěnost a situační bdělost, není třeba příliš zdůrazňovat. Rovněž dopad na mezilidské vztahy bývá fatální. Podrážděný jedinec, na kterého není spolehnutí, je zkázonosným elementem vojenského kolektivu založeného na bojovém kamarádství. Jedním ze základních dogmat, kterým vojáci věří, je důvěra ve své kolegy. Ti jej nikdy nesmí nechat osamocené a bez pomoci. U vyhořelého vojáka tuto jistotu jednoduše nemáte. Dříve byl syndrom vyhoření spojován především s tzv. pomáhajícími profesemi, dnes je však již plně prokázáno, že se objevuje i u jiných profesí, které přinášejí zvýšenou zátěž. Autor osobně zná několik jedinců s danou diagnózou i v rámci armády.

Pokud bychom chtěli syndrom definovat, narazíme stejně jako u stresu na velké množství definic. Samotný termín syndrom vyhoření (orig. angl.. Burnout Syndrom) byl poprvé použit v sedmdesátých letech. Herbert Freudenberger ve svém článku pro časopis Journal Of Social Issues popisoval psychický stav postupného vyhasínání pracovníků alternativních léčeb (Baštecká, 2003, s. 138).

Podle Baštecké (2003) je možno syndrom vyhoření definovat jako psychický stav, který se vyznačuje především psychickou únavou s projevy nedůvěry a cynismu. Projevuje se také bezmocností, lhostejností a beznadějí spojená se ztrátou výkonnosti. Přichází pomalu a plíživě ve formě psychického vyčerpání u lidí pracujících v interakci s ostatními lidmi.

Kebza (2005) udává hlavní příčiny syndromu vyhoření, mezi které patří dlouhodobý stres, pocit osobní zbytečnosti, marnost vlastního pracovního úsilí, stereotyp ve výkonu práce a nedostatečné ohodnocení. Výsledkem je poté úplná ztráta motivace a silný negativismus ve vnímání okolí. Postupně se dostavuje i celkový nezájem o okolí. Za hlavní faktory zapříčiňující rozvinutí syndromu vyhoření považuje:

- nedostatek asertivity;
- zvýšená empatie v počátcích kariéry;
- chronický stres;
- zvýšené pracovní nasazení;
- stavy úzkosti;
- puntičkářství (perfekcionalismus);
- nedostatečné ohodnocení práce;

Syndrom vyhoření je závažným problémem. Právě pro jeho „plíživost“ je často těžké jej včas u postiženého jedince odhalit. O to je důležitější jej včas řešit. Všichni velitelé musejí být všímaví ve vztahu ke svým podřízeným a včas podchytit symptomy, kterými jsou ztráta profesionálního zájmu, pocity zneuznání, hořkosti a cynismu nebo naprosto stereotypní rutinní přístup k řešení úkolů. Pokud se ve vojenském kolektivu někdo z jeho členů postupně změní v egoistu, jenž začne ze všech svých problémů obviňovat druhé, je nutné zasáhnout. Velitel musí situaci řešit, s dotyčným příslušníkem jednotky si promluvit a zprostředkovat pro něj psychologickou oporu. Právě v rámci nasazení významně pomáhá přítomnost psychologa nebo vojenského kaplana. Zkušený odborník by měl prakticky záhy podle výrazných symptomů problém odhalit. Zároveň může nabídnout prospěšné řešení. Ne ve všech případech je nutné postiženého vojáka z mise repatriovat do republiky. Často může stačit jeho převelení k jiné jednotce nebo na rozdílný druh pracovní činnosti. Rozhodnutí je vždy v kompetenci velitele kontingentu.

3.6. Profesionální voják, trauma a PTSD

Během bojové činnosti nelze vyloučit traumatické prožitky. Traumatickým prožitkem rozumíme silný emoční prožitek spojený se strádáním, zraněním nebo smrtí. Tento zážitek se u jedince naprosto vymyká všemu dříve prožitému a může způsobit trauma. V případě nasazení vojáků na území Afghánistánu jde o aktuální záležitost. Stačí připomenout tragickou událost tzv. „černého úterý“, kdy sebevražedný atentátník svým zákeřně efektivním útokem zabil pět našich vojáků. Bojová zkušenost je dnes u našich jednotek realitou. Nebuďme naivní. Každá bojová činnost přináší také oběti na životech, traumatická zranění a vysokou míru psychického a fyzického strádání. Přítomen je všudypřítomný a často chronický stres. Dziaková, (2009) označuje za nejvíce rizikovou skupinu současnosti právě vojáky mezinárodních vojenských jednotek.

M. Vágnerová definuje trauma (2004) jako situaci vznikající náhle, jenž má silně negativní význam pro jedince a přináší ztrátu nebo určité poškození. Projevuje se v emoční oblasti celou řadou obtíží. Silná porucha, kterou může trauma způsobit, se označuje jako posttraumatická stresová porucha (s. 52).

Traumatická událost výrazně přesahuje dosavadní běžnou zkušenost. Všechny traumatické události mají své výrazné znaky. Zde patří především jejich neovlivnitelnost, nepředvídatelnost a také výrazná zátěž schopností jednotlivce, který ji prožívá (Atkinson, 2003).

Trauma vzniká vlivem působením déletrvajících stresové situace nebo jej může způsobit extrémní stresující zážitek. Obecnými znaky traumatu jsou:

- vnější příčina;
- extrémní děsivost;
- přímé ohrožení života (tělesné integrity);
- pocit bezmocnosti (Baštecká, 2003);

Válečná zkušenost vojáka obecně, přestože se konkrétně na území Afghánistánu jedná o konflikt nižší míry intenzity ve formě protipovstaleckého boje,

přináší situace přesahující jeho dosavadní zkušenosti. O tomto faktu není pochyb. A právě Posttraumatic Stress Disorder (PTSD) má svůj původ účastí ve válečném konfliktu, který přináší traumatické situace. Také je známo, že se rozhodně PTSD nerozvine u všech jedinců, kteří si válkou a s ní spojenými traumaty prošli. Mnoho vědců se dlouhodobě zabývá otázkou, proč se tento syndrom rozvine jen u některých vojáků. Zdaleka ne všichni vojáci vystavení traumatickým zážitkům trpí poté PTSD. Naopak většina vojáků vyjde z těchto situací bez dlouhodobých následků. Vztaheno na celkovou populaci, většina lidí zůstává vůči tomuto syndromu odolná. Čím je tedy vlastně PTSD způsoben? Odpověď nám poskytují nejnovější výzkumy v oblasti neurovědy a je celkem překvapující. Nejčastější výzkumy se v oblasti PTSD prováděly jednak u veteránů z Vietnamu, ale nověji také Afghánistánu a Iráku. Podle V. Pišla (2013) se při těchto výzkumech podařilo objasnit, že pro vznik a rozvinutí PTSD musí mít jedinec vrozené predispozice. Jedná se především o sníženou aktivitu v oblasti amygdaly a hipokampu. Tato teorie je v protikladu s tím, co jsme se domnívali doposud. Tradičně se považuje za důsledek poruchy, že se projeví snížení aktivity obou mozkových oblastí. Moderní neurověda však konstatuje, že pro vypuknutí PTSD musí mít jedinec zmíněné predispozice.

Steenkampová, Blitz, Hoge (2015) považují Posttraumatickou stresovou poruchu (PTSD) za celkem běžnou mezi americkým vojenským personálem a válečnými veterány. Jako vhodnou terapii podle provedené metaanalýzy u amerických válečných veteránů doporučuje ty psychoterapeutické směry, které jsou "zaměřené na traumata", tj., které se terapeuticky zaměřují na prožívání traumatu, zejména na jeho kognitivní a emoční účinky.

Z celého výše uvedeného textu jednoznačně plyne, že stres a jeho vnímání je dnes v naší civilizaci jedním z nejvíce rezonujících psychologických fenoménů. Stres je doprovázen celou řadou neurologických a psychosomatických obtíží. Ty mají poté velký vliv nejen na kvalitu života, ale i na samotné zdraví jedince komplexně. Při zkoumání problematiky stresu a zátěžových situací je také důležité uchopit samotnou definici tohoto termínu. Proti sobě dnes stojí dva přístupy. První z nich chápe stres jako evoluční mechanismus nutný pro přežití. Záběr a vymezení pojmu je užší. Toto pojetí má původ v teorii Hanse Selye. Později na něj navazuje R. Lazarus se svým dvojitým hodnocením. Druhý přístup v naší psychologii reprezentuje např. prof. Nakonečný. Stres je považován za mnohem širší fenomén a přibližuje se obsahově

spíše různým formám psychické zátěže. Každý z těchto přístupů má v praxi své opodstatnění. Z pozice vojáka – profesionála, který se účastní bojové situace, dochází ke kontaktu se stresem v obou těchto pojetích. V samotném bojovém střetu se voják setkává s tradičním „Fight or Flight“, kdy jej jeho endokrinní systém připravuje na boj o život, nachází se bezprostředním ohrožení života. Pokud se ale budeme bavit o běžných strastech a starostech ve službě, kdy je profesionální voják deprivován nedostatkem spánku, zatěžován přebytečnou byrokracií nebo svými vlastními rodinnými problémy nebo časovou tísní, blížíme se k širšímu pojetí stresu jako zátěže. Pro vyrovnání se se stresem je důležitý coping. Ten se povětšinou dělí na zaměřený na problém nebo na emoce. Pokud je jedinec dlouhodobě vystaven stresu, nemá pocit adekvátního ohodnocení a činnost mu připadá fádní, může i u vojenského profesionála dojít k fenoménu postupné ztráty motivace. Vrcholem těchto negativních tendencí může být syndrom vyhoření. Silná traumata zase mohou rozvinout PTSD. Všem těmto jevům se věnujeme v rámci výzkumné části práce.

4. Výzkumná část

4.1. Výzkumný problém

Jak jsme již popsali v části teoretické, rozhodujícím činitelem na bojišti je stále voják. Je to příslušník bojové jednotky se svými osobnostními charakteristikami a schopnostmi, který rozhoduje o úspěchu a neúspěchu bojového střetu. I době špičkových vojenských technologií a sofistikovaných zbraňových systémů je motivovaný a dobře vycvičený bojovník pro úspěch nezastupitelný. Pořád platí slova slavného amerického generála Douglase McArthura, jenž během korejského konfliktu na počátku padesátých let prohlásil: „Nač jsou mi moderní letadla a jaderné bomby, když nemám pěšáka, který by bodákem nepřítele vyšťáral z děr, dal před něj papír a přinutil ho podepsat kapitulaci.“

Pro zdárný výkon své funkce musí profesionální voják současných moderních armád projít kvalitním výběrem a přípravou. Jen tak může naplnit své poslání. Pro kvalitní služební výkon profesionálního vojáka je také důležitá jeho schopnost rychlé adaptace na těžké podmínky společně s dobrým celkovým psychickým stavem. Pro zvládnutí tvrdých bojových podmínek musí mít voják rozhodně psychické a fyzické předpoklady. Pokud je má, teprve může rozvíjet své odborné znalosti a dovednosti v rámci své celkové kvalifikace pro úplné zvládnutí své funkce. Armádní předpisy a příručky hovoří o „dosažení bojového mistrovství“ vojáka. Jakkoliv nám může tento „terminus technicus“ připadat zastaralý, plně vystihuje, o co při výcviku profesionála jde. Každé nasazení vojáka na místě válečného konfliktu je spojeno s únavou, různými formami deprivace a stresujícími zážitky. V rámci této diplomové práce byl proveden terénní průzkum u příslušníků bojové jednotky přímo na místě nasazení. Tito vojáci se účastnili během doby svého nasazení každodenních bojových patrol, při kterých se dostávali do kontaktu s nepřítelem. Tyto bojové patroly probíhaly ve dne i v noci a za každých povětrnostních podmínek. Výjimkou nebyly denní teploty šplhající ke třiceti stupňům a noční teploty klesající pod mínus deset stupňů. U jednotky jsme se zajímali především, jak se vojáci aktuálně psychicky, jak zvládají zátěž spojenou se stresem, případně jakou úroveň stresu pocítují při výkonu své činnosti v zahraniční misi. Zajímala nás také otázka případného pocitu vyhoření u příslušníků jednotky. Tyto údaje jsme porovnávali s předchozím výzkumem, který proběhl u stejné jednotky v mírových podmínkách o dva roky dříve v roce 2014

(Honzek, 2015). Zajímalo nás několik hlavních skutečností, a to především, jaký je aktuální psychický stav vojáků nasazených v náročné zahraniční operaci a jejich vnímání aktuální míry stresu, případně míry pocitu vyhoření. Tyto údaje jsme porovnali poté s normou pro populaci a následně s vybranými výsledky, které jsme zjistili v mírových podmínkách při výcviku u stejné jednotky o dva roky dříve. Zde nás zajímalo zachycení vzájemných rozdílů, ze kterých by bylo jasné, v jakých zjištěných fenoménech se skupiny shodují a naopak liší. Výsledky by nám měly poskytnout vodítko pro další psychologickou práci v rámci přípravy jednotek, ať již v mírových podmínkách nebo při nasazení v zahraniční operaci a také poskytovat zaslouženou psychologickou péči po návratu z místa nasazení.

4.2. Cíle výzkumu

Výzkum si klade za cíl zodpovědět některé otázky související s aktuální problematikou pracovního stresu, aktuálních dimenzí psychického stavu a copingových strategií a míry vyhoření u profesionálních vojáků v zahraniční operaci v bojových podmínkách a dále vybraná data porovnat s výsledky výzkumu provedeného u téže jednotky v mírových podmínkách v roce 2014.

- Cílem našeho výzkumu je zjistit, jestli existuje u vojenských profesionálů na bojových útvarech armády České republiky nějaký rozdíl ve vnímání faktorů stresu u jednotky aktuálně nasazené a jednotky cvičící v mírových podmínkách. Zároveň posoudit, jak se tyto strategie liší od norem pro běžnou populaci.
- Následujícím cílem výzkumu je zjistit, zda se u příslušníků nasazené bojové vyskytuje tendence k výběru určitých strategií zvládnání stresu a rovněž provést srovnání s normami pro běžnou populaci.
- Dalším z cílů výzkumu je zhodnotit profil souboru (nasazená jednotka) z hlediska jednotlivých dimenzí psychického stavu.
- Dalším cílem výzkumu je provést komparace mezi soubory z hlediska vybraných proměnných.
- V neposlední řadě je cílem výzkumu rovněž porovnat koreláty vybraných proměnných, např. senioritu nebo věk s preferovanou copingovou strategií nebo aktuálním psychickým stavem apod. (u obou souborů zvlášť).

Hlavní faktory zátěže u zkoumaného souboru určíme vyhodnocením položek z jednotlivých vybraných dotazníků. Zároveň zjistíme u zkoumaného souboru nejvýznamnější copingové strategie. Posléze bude provedeno srovnání dat a zjištěných hodnot nejen u obou souborů, ale také pro normu běžné populace. Data, která jsme získali, by nám měla spolehlivě pomoci k identifikaci a následnému objasnění jistých jevů souvisejících s prožíváním zvýšené zátěže a stresu u vojáků bojové jednotky v zahraniční operaci. Námi zjištěné skutečnosti by nám posléze měly být nápomocny pro další psychologickou práci s příslušníky bojových jednotek naší armády v rámci psychologické služby Armády ČR.

4.3. Výzkumné hypotézy

H1: Existuje statisticky významný rozdíl ve skóre pracovního stresu mezi příslušníky nasazené bojové jednotky a jednotky cvičící v mírových podmínkách.

Provedeno dotazníkem IPSS.

H2: U bojově nasazené jednotky existuje statisticky významný vztah mezi skórem pracovního stresu a celkovou kvalitou psychického stavu.

Standardizované dotazníky IPSS a SUPOS-7.

H3: U bojově nasazené jednotky existuje statisticky významný vztah mezi skórem pracovního stresu a celkovým skórem pozitivních strategií.

Standardizované dotazníky IPSS a SVF 78.

H4: U příslušníků bojově nasazené jednotky existuje statisticky významný rozdíl v nižším skóru používání negativních copingových strategií ve srovnání s většinovou populací.

Standardizovaný dotazník SVF 78.

4.4. Metody

V rámci výzkumu byly pro tuto korelační a komparační studii využity postupy kvantitativní metodologie. Kvantitativní metody byly zvoleny vzhledem ke hlavním cílům práce, a to především z důvodu nutnosti popsat některé signifikantní proměnné a odhalit statisticky významné souvislosti. Kvantitativní metody jsou schopny dobře vyjádřit vzájemné vztahy mezi proměnnými. Tato jejich vlastnost je pro náš výzkum

klíčová. Vzhledem k podmínkám, jež panují na místě nasazení, rozhodovala také relativní časová nenáročnost pro administraci vybraných standardizovaných dotazníků. Námi zvolenou baterii čtyř testů byli schopni respondenti vyplnit za necelých šedesát minut. Data, která jsme od nich posléze získali, byla zpracována statistickými metodami. Postupně jsme určili u jednotlivých dotazníků profily jejich dimenzí a poté jsme podle potřeby provedli jejich vzájemnou korelaci. Následně byla provedena komparace obou souborů, případně porovnání s normou.

4.4.1. Metoda výběru souboru

Výzkumnou práci tvoří dva soubory. První byl původně vybrán pro účely autorovy bakalářské diplomové práce (Honzek, 2015). Soubor se vybíral v rámci populace vojáků - příslušníků vybrané bojové jednotky. Celý výběr byl zorganizován jako jednoduchý náhodný výběr. Probíhal během dvou týdnů v roce 2014 v několika etapách. Popišme si detailněji postup: Vojenský psycholog oslovil velitele jednotky. Posléze byl náhodně vybrán den průzkumu. Velitel psychologovi poté oznámil, která jednotka má daný den v programu takový charakter výcviku, aby bylo možné ji pro účely výzkumu uvolnit. Autor práce a psycholog se v domluveném čase dostavili k jednotce. Vojáci, kteří byli ochotni dobrovolně vyplnit dotazníkovou baterii, tak provedli. Celý soubor byl takto postupně saturován do počtu 140 respondentů, což pro účely výzkumu zcela postačovalo.

Druhý soubor tvoří příslušníci zahraniční mise. Výzkum tohoto souboru probíhal během nasazení jednotky cca dva roky po prvním průzkumu. Soubor byl rovněž vybrán náhodně podobným způsobem jako u předchozího výzkumu. Byl osloven velitel kontingentu, který v požadovaných dnech uvolnil pro výzkum jednotky, jejichž služební činnost to v danou chvíli umožňovala. Výzkum prováděl osobně vojenský psycholog, který byl rovněž nasazen v této operaci a s vojáky se ze vzájemného působení znal. Ve stanovené době byli vojáci shromáždění v klubovně a každý z nich byl upozorněn, že je účast na sběru dat dobrovolná. Celkově byl výzkum proveden u 65 vojáků, což vzhledem k podmínkám, které na místě výzkumu panují, můžeme považovat za úspěch a pro náš výzkum tento počet postačuje.

4.4.2. Popis souboru

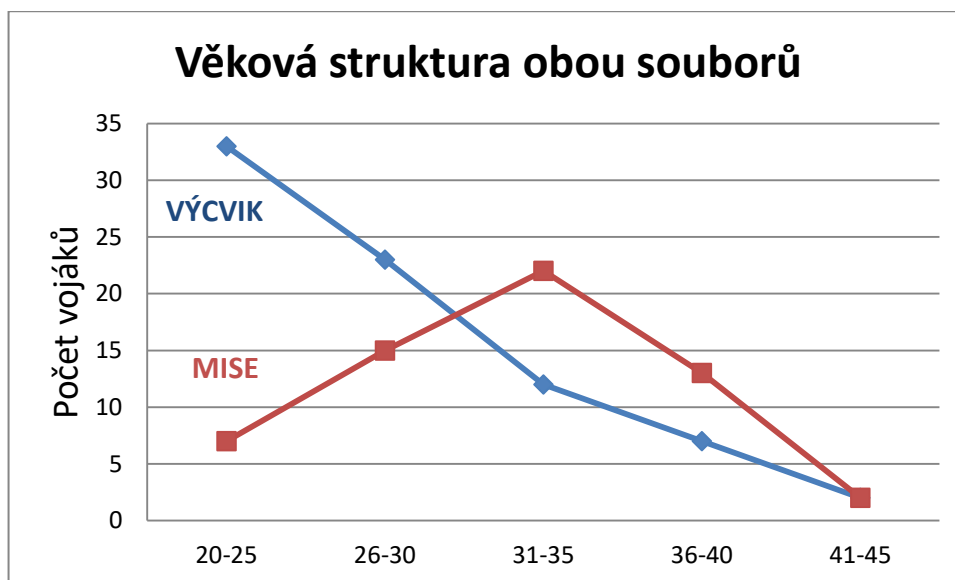
Pro účely této práce je potřebné popsat oba výzkumné soubory. Jako první popíšeme již výše zmíněný soubor, na kterém byl prováděn výzkum v roce 2014. Přestože nyní popíšeme pro větší celkovou orientaci v problému soubor celý, budeme v rámci této diplomové práce dále podrobněji pracovat pouze se souborem „bojové jednotky“. Tento soubor budeme dále nazývat „BJ - výcvik“ nebo zkráceně „Výcvik“.

Po celkovém zpracování dat, kdy byly vyřazeny testové baterie obsahující výrazné nedostatky, tvořil první výběrový soubor jako celek 133 profesionálních vojáků. Všichni z nich byli příslušníky bojového útvaru Armády ČR. 117 bylo mužů a 17 tvořily ženy. 13% zastoupení de facto odpovídalo skutečnému zastoupení žen v celé armádě. 55 vojáků bylo příslušníky jednotek bojového zabezpečení, tj. štábu a roty logistiky. 78 vojáků – profesionálů bylo příslušníky bojových jednotek, konkrétně mechanizovaných rot. Rozmezí dosaženého věku u celého souboru bojových i zabezpečovacích jednotek se pohybovalo od 20 do 45 let. 31 let byl aritmetický průměr. Medián byl 30 let a modus 25 a 30 (každý 11x).

Co je však pro naši práci důležité. Zaměříme se na bojové jednotky. U bojových jednotek byl výběrový soubor tvořen 78 příslušníky. Jejich věkové rozmezí bylo od 20 do 41 let. 76 bylo mužů a 2 byly ženy. Věkový průměr byl 31 let a medián 30 let. Modus byl 25 let.

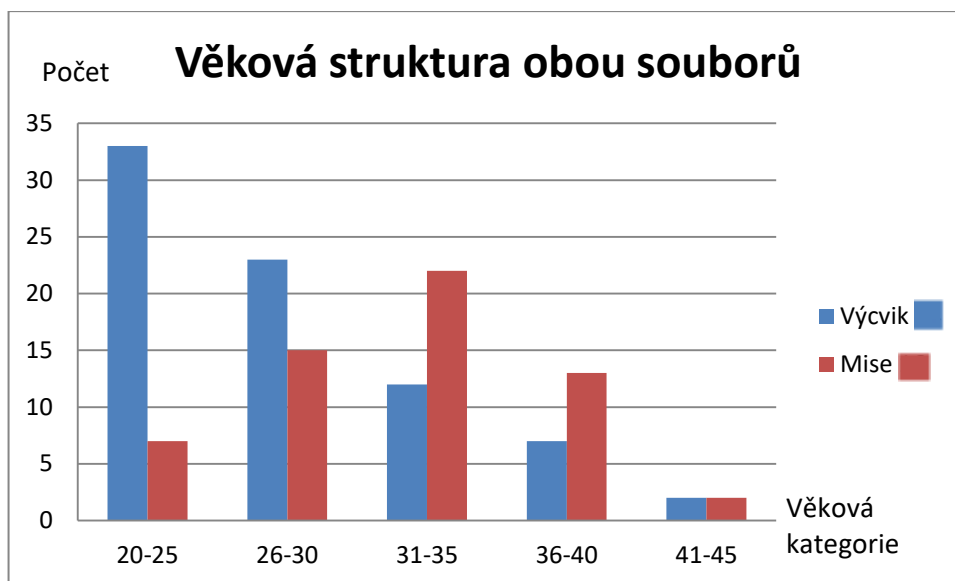
Po celkovém zpracování dat u druhého souboru a vyřazení baterií testů se závažnými nedostatky nám pro účely této práce zůstal soubor, který tvoří 60 respondentů – profesionálních vojáků nasazených v zahraniční operaci. Všech 60 vojáků jsou muži. Vzhledem k vysoké náročnosti a nebezpečnosti plněných úkolů, v dané misi nebyly ženy zařazeny do bojových struktur. Rozmezí dosaženého věku u celého souboru se pohybuje od 24 do 43 let. 32 let byl aritmetický průměr. Medián byl 32 let a modus 27 a 32 (každý 7x). Soubor budeme zkráceně označovat „BJ - mise“ nebo zkráceně jen „Mise“.

Graf.1: Věková struktura obou výběrových souborů. Výběrového souboru 78 vojáků, příslušníků bojových jednotek ve výcviku (BJ výcvik) a 60 vojáků při nasazení (BJ- mise).



Z výše uvedeného grafu vyplývá, že jednotka, která byla nasazena v misi (Mise) má na rozdíl od jednotky ve výcviku (Výcvik) rozloženou věkovou strukturu více směrem k průměru, kdy nejvíce vojáků spadá do střední kategorie 31 – 35 let. Jinak je průměr a medián obou jednotek v podstatě podobný (viz. výše). Je to u tohoto typu mise pochopitelné. Protože se jedná o výběrovou záležitost, velitelé podle zkušeností autora práce volí do tohoto typu operace především zkušenosti a ty přicházejí pochopitelně s věkem.

Graf 2.: Věková struktura výběrového souboru příslušníků zahraniční mise (BJ - Mise) a výběrového souboru bojových jednotek (BJ - Výcvik) na sloupcovém grafu.



Z tohoto grafu je již naprosto patrné, že oba soubory mají nejvyšší zastoupení v jiné věkové kategorii, ačkoliv průměr i medián mají podobný. U souboru BJ - Mise je nejvíce zastoupena kategorie v rozmezí 31 - 35 let. U souboru BJ - Výcvik je to v kategorii 20 – 25 let. Velice zajímavé je již jasně rozpoznatelné „gausovo rozložení“ u souboru BJ - Mise. Naopak soubor BJ - Výcvik je rozložen po svažující se ose směrem dolů.

Sociodemografická data souboru BJ – výcvik jsou následovná: z hlediska vzdělání 16 vojáků vyučených, 54 absolvovalo SŠ s maturitou a 8 má vysokoškolské vzdělání. Z pohledu nasazení v zahraniční misi jsou údaje následující: 1 voják (5. mise), 1 voják (4. mise), 3 vojáci (3. mise), 10 vojáků (2. mise), 13 vojáků (1. mise), 50 vojáků v misi nebylo. Podle zastávaných funkcí na různé úrovni (četa, družstvo, obsluha) je 25 vojáků z řad velitelů a 53 nevelitelů.

Co se týče dalších sociodemografických dat u souboru BJ - mise je z hlediska vzdělání 18 vojáků vyučených, 37 absolvovalo SŠ s maturitou a 5 má vysokoškolské vzdělání. Z pohledu nasazení v zahraniční misi jsou údaje následující: 1 voják (aktuálně 5. mise), 5 vojáků (aktuálně 4. mise), 10 vojáků (aktuálně 3. mise), 18 vojáků (aktuálně 2. mise), 26 vojáků (aktuálně 1. mise). Podle zastávaných funkcí na

různé úrovni (četa, družstvo, obsluha) je 17 vojáků na velitelských funkcích a 43 na funkcích nevelitelských.

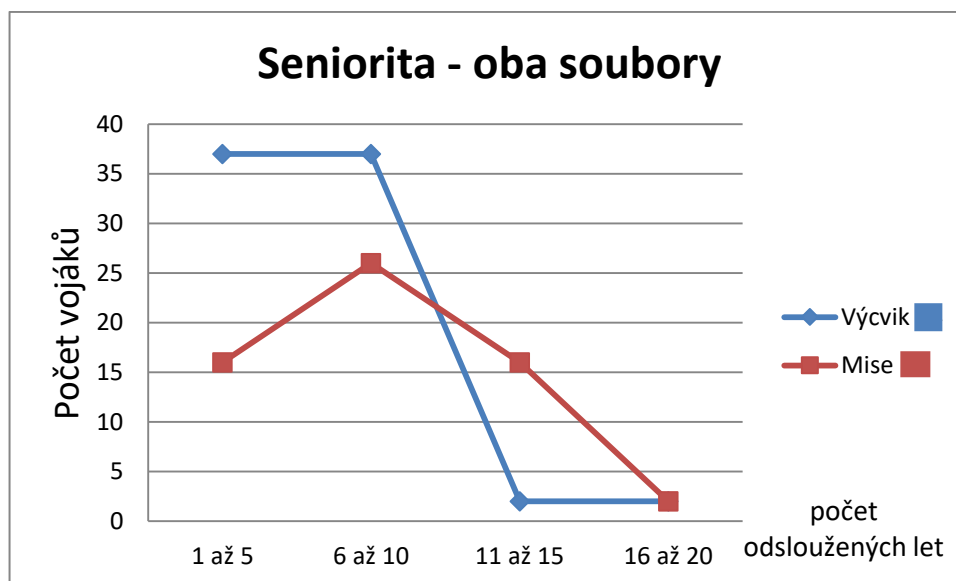
Tab.1: Zastoupení počtu absolvovaných misí u obou zkoumaných souborů.

Počet misí	0	1	2	3	4	5
BJ – výcvik	50	13	10	3	1	1
BJ – mise	-	26	18	10	5	1

U souboru BJ – mise má každý voják daného souboru již absolvovanu jednu misi (Tab. 1). Je to dáno objektivní skutečností, že průzkum probíhal prakticky již pouze měsíc před návratem jednotky zpět do republiky.

Co se týče délky služby v armádě (seniority), pohybuje se výzkumný soubor BJ – výcvik v rozmezí odsloužených 1- 18 let. Největší počet vojáků se pohybuje ve dvou kategoriích, 1 – 5 a kategorii 6-10 let. Zajímavým faktem je prakticky neexistující kategorie 11 – 15 let (pouze 2x). Výzkumný soubor BJ – mise má rozmezí délky služby 3 – 18 let. Nejvíce je zastoupena kategorie 6 – 10 let. Kategorie 1 - 5 let a 6 – 10 let jsou zastoupeny prakticky shodně. Rozložení podle odsloužených let je u tohoto souboru rovnoměrné.

Graf. 3.:Struktura doby služby v AČR (seniorita) pro oba soubory.



4.4.3 Metody sběru dat

Samotný sběr dat jsme provedli za pomoci čtyř standardizovaných dotazníků, které jsme shromáždili do společné testové baterie. Volbu metod podmiňovaly především cíle našeho výzkumu. Sběr dat na základě dotazníkového šetření má několik významných výhod. V tomto ohledu je to především nízká časová náročnost, kdy je možno za relativně krátký čas provést sběr dat a šetření u relativně velkého počtu respondentů. Další výhodou je určitá výzkumníková nezávislost. Ve vojenských podmínkách byl výzkum podmíněn přítomností vojenského psychologa, jehož účast na výzkumu byla vojenské orgány podmínkou pro souhlas se samotným výzkumem u jednotky. Psycholog plnil v tomto smyslu roli garanta a supervizora. Vzhledem k nepřítomnosti výzkumníka (autora práce) na místě šetření v zahraniční operaci, prováděl vojenský psycholog distribuci dotazníků na místě a poté i samotné dotazníkové šetření. Před každou administrací provedl psycholog poučení o účelu výzkumu, jeho etických otázkách i samotné administraci dotazníků a zároveň také ujistil příslušníky jednotky o anonymitě šetření. Kdo z vojáků s účastí na výzkumu nesouhlasil, mohl samozřejmě odmítnout. Vše bylo založeno na dobrovolnosti. Po celou dobu by připraven odpovědět respondentům na jejich dotazy a námítky. Rovněž byla poskytnuta možnost individuálního vyhodnocení. Této možnosti mnozí

probandi využili. Na závěr prováděného šetření psycholog baterie testů vyzvedl. Díky této organizaci na místě, byla návratnost dotazníků stoprocentní. Pro naplnění etických hledisek byla ještě jednou opakovaně těsně před s administrací možnost odmítnout a také byl u všech zúčastněných vyžádán jejich informovaný souhlas.

Součástí baterie nebyly pouze standardizované nástroje, ale rovněž arch pro vyplnění nezbytných sociodemografických dat, bez kterých se výzkum nemůže obejít. Konkrétně byla zjišťována následující data: Pohlaví, věk, délka služby, vzdělání, počet absolvovaných misí a funkce. Pro kvantitativní výzkum jsou tyto údaje naprosto klíčové především pro koreláty vybraných sociodemografických proměnných (věk, délka služby, počet zahraničních misí) a sumami jednotlivých dotazníků nebo jejich vybraných dimenzí. Jako důležitý detail bylo nazíráno na zachování stejných podmínek při administraci. Zde patří především pořadí dotazníků při vyplňování. To bylo prováděno v po pořadí IPSS, SUPOS, BM a SVF 78. Tento algoritmus jsme zvolili záměrně a souvisí s náročností dotazníků. Postupovali jsme od těch jednodušších k náročnějším.

4.4.3 Dotazníky IPSS, SUPOS-7, SVF-78 a BM

Prvním nástrojem pro naše šetření byl Inventář pracovního stresu IPSS (Spielberger, C. D., University of South Florida. Česky Knotková H., Man F. Praha 2000). V daném případě byla využita verze pro hasiče modifikovaná pro vojáky (Vtípil Z., Katedra psychologie FF UPOL, 2002). Dotazník v sobě zahrnuje 27 položek. Jednotlivé položky jsou respondentem označovány na škále 1 – 9. Míra aktuálně prožívaného stresu s hodnotou jedna je nejnižší a naopak hodnota devět nejvyšší. Průměrná hodnota je pět. Pro samotný výzkum je hodnocena suma, která dosahuje od maxima 243 po minimum 27. Takto extrémně krajní hodnoty se však reálně nevyskytují. U souboru BJ – výcvik byl průměr 98 a medián 97. U souboru BJ – mise dosahoval průměr 97 a medián 87. Zde je medián ve skóru o deset bodů nižší, ale průměr je v podstatě stejný jako u předchozího souboru. Projevuje se ovlivnitelnost průměru extrémnějšími vyššími hodnotami.

SUPOS 7 je standardizovaný dotazník na zjišťování dynamiky a struktury aktuálních psychických stavů a pocitů. Dotazník zpracoval O. Mikšík. Dotazník spadá do kategorie multidimenzionálních nástrojů a podle samotného Mikšíka (1993) umožňuje hodnocení a popis struktur, ale rovněž dynamiky psychických stavů a pocitů, které aktuálně prožíváme. Tím nám napomáhá předvídat vznik klinického stavu a jeho následný rozvoj. Díky tomu je možno zvolit opatření.

Tab. 2: SUPOS – 7 a jeho komponenty (škály) psychického stavu.

Zkratka komponenty SUPOS-7	Komponenta psychického stavu
PE	Psychická pohoda
A	Aktivita, činorodost
O	Impulzivita, odreagovávání
N	Psychický nepokoj, rozlada
D	Psychická deprese, pocity vyčerpání
U	Úzkostné očekávání, obavy
S	Sklíčenost

V průběhu sběru dat vojáci obdrželi standardizovaný dotazník, na kterém je vypsáno 28 pojmů. Tyto pojmy charakterizují aktuálně prožívané pocity a stavy. Probandi ke každému z nich subjektivně přiřadili hodnocení od jednoho do tří bodů (NE – ZŘÍDKA – ČASTO). Poté byl proveden součet hrubých skóre. Suma SUPOS byla dopočítána po převrácení dimenzí PE + A. U inventáře SUPOS 7 platí zásada, že čím je vyšší hodnota suma SUPOS, která subjektivně reflektuje aktuálně prožívaný psychický stav dotazovaného, tím je jeho stav horší.

Dalším dotazníkem, který byl součástí naší baterie, byl standardizovaný dotazník dvojice autorů Janke a Erdmanová SVF – 78. Podle autorů je dotazník koncipován jako „sebezpozorovací multidimenzionální inventář, jenž by měl spolehlivě zachytit individuální tendence, které jsou typické pro různé způsoby reakce na stresové podněty v zátěžových situacích“ (Janke a Erdmanová, 2003, s.10). Inventář má schopnost podchytit rozdíly v rámci komparace výběrů, u nichž aktuálně probíhá rozdílná forma zátěže. Dotazník je složen ze 78 výroků. Ty mají vztah k 13 škálám (dimenzím). Jednotlivé dimenze souvisí s copingovými strategiemi. Přesnější rozdělení uvádíme v níže přiložené tabulce.

Tab. 3: Dotazník SVF – 78, popis jednotlivých škál a copingových strategií.

	SVF - 78	Normy hrubých skóre mužů	SD
Pozitivní strategie	Podhodnocení	10,21	4,71
	Odmítání viny	10,98	3,22
	Odklon	11,36	3,27
	Náhradní uspokojení	10,02	4,74
	Kontrola situace	16,84	3,34
	Kontrola reakcí	14,82	4,1
	Pozitivní sebeinstrukce	16,31	3,38
	Potřeba sociální opory	13,22	5,07
	Vyhýbání se	10,64	4,7
Negativní strategie	Úniková tendence	7,47	4,18
	Perseverace	14,58	4,92
	Rezignace	8,02	3,72
	Sebeobviňování	10,6	4,12

Administrace dotazníku je podrobně popsána i instrukci. Otázky se zcela záměrně vyhýbají pojmenování stres. Škála u jednotlivých odpovědí je od nuly do čtyř bodů (VŮBEC NE = 0; VELMI PRAVDĚPODOBŇ = 4). Inventář obsahuje rovněž hodnotící arch včetně vyhodnocovacích listů a tabulkou. Výsledek se počítá přepočítáním hrubých skóre jako průměrů škál pro jednotlivé negativní i pozitivní strategie. Hrubé skóre se poté převedou na T – skóre sloužící pro srovnání s normou.

Posledním standardizovaným nástrojem, který jsme použili v naší baterii testu je dotazník BM (Burnout Measure). Tento dotazník byl původně zpracován A. Pinesovou a E. Aronsonem v roce 1980. Pro české prostředí jej upravil J. Křivohlavý (1998). Tento dotazník si všímá třech aspektů celkového vyčerpání: Fyzického vyčerpání, emocionálního vyčerpání a psychického vyčerpání. Dotazník je principiálně sebehodnotící a obsahuje 21 tvrzení, které proband hodnotí. Škála je sedmibodová. Inventář se podle Křivohlavého (1998) vyznačuje vysokou reliabilitou, vnitřní konzistencí a dobrou mírou shody s výsledky jiných dotazníků. Podmínkou je jako u všech podobných diagnostických nástrojů upřímnost respondenta.

Tab. 4: Psychologická interpretace dotazníku BM (Burnout Measure).

Interpretace BM dotazníku (Burnout Measure)	
BM = 1,9 a nižší	Dobrý výsledek z hlediska psychologie zdraví
BM = 2,0 až 2,9	Uspokojivý výsledek
BM = 3,0 až 3,9	Potencionální ohrožení
BM = 4,0 až 4,9	Přítomnost syndromu psychického vyčerpání prokázána
BM = 5 a vyšší	Havarijní signál

Do hodnoty BM 1,9 můžeme hovořit o dobré psychické kondici. Pokud je celková hodnota skóru BM vyšší než 3,0 bodu, ale nepřesahuje hodnotu 3,9 bodu, je nutné podle Křivohlavého (1998) zamyslet se celkově nad svým způsobem života, především nad stylem práce a životním smyslem. Je nutné ujasnit si opětovně žebříček svých životních hodnot. Je nutné si postupně probrat, které věci kolem sebe stavíme na přední místa žebříčku a zda nám to přináší efekt. Zamyslet se musíme nad svým systémem hodnot nejen teoreticky, ale následně se pokusit o praktické řešení. Pokud celkový skór BM přesahuje hodnotu 4 body, ale nedosahuje více než 4,9 bodu, je nutno přítomnost syndromu psychického vyčerpání vidět jako prokázanou. V tomto případě se již doporučuje psychologická intervence. Je nutno zabránit, aby se syndrom dále rozvíjel. Pokud je výše BM skóru přesahující 5 bodů, je psychologická intervence již nezbytností. V této fázi může mít syndrom již nezvratné důsledky.

5. Etické otázky a organizace výzkumu.

Jak již bylo výše uvedeno, data jsme shromažďovali během dvou průzkumů. Ty proběhly s odstupem dvou let v diametrálně rozdílných podmínkách, avšak u téže jednotky Armády České republiky. Oba výběrové soubory byly vybírány z řad vojáků stejné bojové jednotky. První výzkum proběhl během dvou týdnů v roce 2014. Po domluvě s velitelem dané jednotky byli vždy probandi shromážděni ve vybrané učebně v objektu kasáren. Před distribucí dotazníků jim byl vysvětlen účel daného výzkumu a s ním související cíle a etické otázky. Společně s ústním vysvětlením, které podával v přítomnosti vojenského psychologa samotný výzkumník, měli probandi možnost seznámit se s danými fakty také z dotazníkového listu zjišťujícího sociodemografická data. Po seznámení s těmito fakty mohl ještě každý proband odmítnout, což provedli za celý průzkum v rámci bojových rot cca 3 z nich. Od ostatních jsme si vyžádali informovaný souhlas. Vojenský psycholog a výzkumník byli po celou dobu výzkumu připraveni poskytnout případně pomoc s vyplňováním a odpovědět na dotazy. Před samotným testováním byla provedena instruktáž podle manuálu. Poté byla rozdána respondentům baterie testů, kde byly dotazníky seřazeny v pořadí sociodemografická data, IPSS, SUPOS a SVF 78. Čas potřebný na vyplnění kompletní baterie byl přibližně 45 minut, což plně stačovalo. Dotazníky se nám po vyplnění vrátily kompletní a díky osobnímu přístupu vyplněné způsobem, že je nebylo nutno v naprosté většině doplňovat průměrnými hodnotami. Pro neúplné nebo jinak závadné vyplnění jsme vyřadili 3 dotazníky.

Druhý výzkumný soubor byl zkoumán při samotném nasazení v zahraniční operaci. Soubor byl vybrán ze stejné jednotky jako při prvním průzkumu realizovaném na území republiky. Po domluvě s velitelem kontingentu byli probandi shromážděni ve vybrané místnosti na základně. Sběr dat prováděl osobně vojenský psycholog kontingentu. Před distribucí dotazníků jim byl samozřejmě rovněž vysvětlen účel daného výzkumu a s ním související cíle a etické otázky. Po seznámení s těmito fakty mohl ještě každý proband odmítnout. Zajímavostí je, že nikdo neodmítl. Před samotným testováním byla provedena instruktáž a rozdány baterie testů, kde byly dotazníky seřazeny v pořadí BM, IPSS, SUPOS, SVF 78 a sociodemografická data. Čas k vyplnění byl cca 60 minut. Dotazníky se vrátily všechny a povětšinou zcela kompletní, vyřadili jsme pouze 2 dotazníky.

Probandy jsme tedy, jak již bylo výše opakovaně uvedeno, před samotnou distribucí dotazníků informovali o všech aspektech výzkumu v dostatečném rozsahu pro udělení informovaného souhlasu. Každý dostal možnost účast na výzkumu odmítnout. Probandům byl vysvětlen samotný účel výzkumu, důvody pro jeho realizaci, časový rozsah dotazování, způsob zajištění dat a jejich zpracování. Vojenský psycholog také nabídl osobní vyhodnocení, konzultace a nastínil budoucí záměr přípravy, který by měl také čerpat z výsledků výzkumu. Naprostou Samozřejmostí je úplné zachování anonymity. Dotazníky byly označeny pouze identifikačními čísly. Jména se nikde nezapisovala. Sběr sociometrických dat jsme omezili na nezbytné minimum pro účely výzkumu. Po provedení obhajoby je výzkumník připraven baterie dat zničit, zatím jsou bezpečně uložena u vojenského psychologa. V rámci zajištění stejných podmínek pro všechny probandy, probíhal sběr dat vždy v místnosti, kde byl zajištěn potřebný klid. Důležitá byla atmosféra vzájemné důvěry.

Na závěr je nutno dodat, že všechna data pocházejí pouze od dotazovaných respondentů. Žádná data jsme si nepřimysleli. Nedošlo k doplňování údajů z jiných zdrojů. **Pro naprosto specifické aspekty související s výkonem služby v Armádě ČR a značnou delikátností související s místem nasazení a nasazenou jednotkou jsme se rozhodli práci nezveřejňovat a výše uvedená data v textu určenému širší veřejnosti neuvádět, a to i z hlediska možné újmy všech zainteresovaných.**

6. Zpracování dat

Statistické zpracování dat proběhlo totožným způsobem jako při původním výzkumu. Postup byl následovný: Sebraná data jsme po jejich vyčištění a zakódování seřadili do tabulky v programu EXCEL, kde jsme si všechny proměnné označili tak, aby bylo možné posléze přehledně pracovat v programu STATISTICA. Základní výpočty F-testu a t-testu jsme prováděli ve výše zmíněném programu EXCEL, ostatní, složitější výpočty a zejména korelace, jsme prováděli za pomoci specializovaného nástroje, programu STATISTICA. Tímto programem jsme si zároveň ověřili výsledky pro EXCEL. Data jsme zpracovávali postupně, postupovali jsme systematicky po jednotlivých fázích tak, abychom postupně odhalovali nové souvislosti. Baterie po vyplnění byly označeny pouze čísly a s těmi jsme pracovali. Vše bylo anonymní. Všechny standardizované inventáře a dotazníky jsme poté zpracovali podle manuálů a hrubé skóry jsme zanesli do tabulek v programu Excel. Pro data, která jsme považovali při interpretaci za klíčová, jsme poté vypracovali tabulky a grafy. Dále jsme porovnali data mezi soubory z hlediska jejich rozdílů a také je srovnali s normou pro populaci. Posledním krokem při výpočtech dat bylo zjišťování vztahů mezi proměnnými za pomoci korelace Pearsonova „r“. Na závěr jsme výsledky shrnuli a vyhodnotili hypotézy, které jsem buď potvrdili nebo naopak zamítli.

Jako hlavní metodu testování jsme opět zvolili, podobně jako při výzkumu v roce 2014, korelaci, která určuje míru vztahu u dvou proměnných. Pakliže mají tyto proměnné metrický charakter, je nejvhodnější použít korelaci Pearsonovu, která určuje míru vztahu za pomoci koeficientu Pearsonova „r“. Podle Reiterové (2004) se tento koeficient vyznačuje krajními hodnotami +1 a -1. Pro naše dokazování jsme volili hladinu významnosti α 0,05, tak, jak ji určují statistické tabulky. V praxi je to poté ještě jednodušší, neboť program STATISTICA je v tomto ohledu výjimečně sofistikovaným nástrojem, který dává výzkumníkovi pro zpracování dat skvělé možnosti. Pokud je hodnota „r“ vyšší než jeho tabulková hodnota, jedná se o signifikantní vztah. Pakliže je hodnota záporná, jedná se o vztah negativní, v opačném případě pozitivní. Pokud tedy první proměnné odpovídá velká hodnota, při pozitivní korelaci se objevuje velká hodnota i u druhé proměnné. U záporné

korelace je vztah opačný. K velké hodnotě první proměnné se pojí malá hodnota druhé proměnné.

Při srovnávání (komparaci) souborů jsme postupovali stejně jako při původním výzkumu (Honzek, 2015). Zjišťovali jsme nejdříve F-testem rozptyl a poté jsme volili druh t-testu. Při signifikantním rozdílu mezi rozptyly obou souborů jsme použili Studentův t-test s nerovností rozptylů (muselo platit $F > F$ krit.). Pokud platilo, že rozdíl rozptylů není signifikantní ($F < F$ krit.), použili jsme Studentův t-test s rovností rozptylů. Sledovali jsme vždy také $|t \text{ Stat}|$ a t krit (2). Po jejich porovnání jsme mohli přijmout nebo zamítnout hypotézu.

6.1. Symbolika výsledkové části

Tab. 5: Použité symboly a jejich význam.

Symbol	Význam symbolu
BJ	Bojové jednotky (mechanizované roty)
JBZ	Jednotky bojového zabezpečení (štáb, logistika)
Věk	Věk respondenta (roky)
Seniorita	Délka služby u AČR (roky)
IPSS	Inventář pracovního stresu Spielberger
SUPOS	Dotazník struktury a dynamiky aktuálních psychických pocitů a stavů
PE	Psychická pohoda
A	Aktivita, činnost
O	Impulzivita, odrazení
N	Psychický nepokoj, rozlada
D	Psychická deprese, pocit vyčerpání
U	Úzkostné očekávání, obavy
S	Skříčenost,
SVF	Strategie zvládnání stresu
POZ	Pozitivní strategie zvládnání stresu
NEG	Negativní strategie zvládnání stresu
Σ IPSS	Celková míra stresu v profesi
Σ SUPOS	Celková kvalita psychického stavu – komfortní komponenty převedeny na dyskomfortní
BM	Index BM
BQ	Index BQ
r	Pearsonův korelační koeficient
Σ	Suma – součet všech hodnot
α	Hladina významnosti
t Stat	Vypočítaná hodnota na základě t-testu
t krit(2)	Kritická hodnota
s	Směrodatná odchylka
SD	Standardní odchylka

7. Výsledky výzkumu

Zde v této části práce se věnujeme konkrétním výstupům, které byly získány dotazníkovým šetřením v rámci výzkumu.

7.1. Základní výsledky pro IPSS

Inventář IPSS (Spielberger) je složen z 27 položek. Jedná se o výroky týkající se subjektivního vnímání úrovně pracovního stresu ve škále 1- 9 bodů (minimální – maximální). Všechny výroky byly naprosto identické pro obě skupiny, pro skupinu „bojové jednotky – Výcvik“ i pro skupinu „bojové jednotky – mise“. Obecně při hodnocení IPSS platí, že čím je hrubý skór celkové vyšší, tím je vnímaná míra úrovně pracovního stresu silnější. Průměrné hodnoty přináší tabulka.

Tab. 6: Tabulka průměrných výsledků IPSS.

	Jednotka	Σ IPSS	Průměrná hodnota
1.	BJ – Výcvik	92,68	3,43
2.	BJ – mise	96,77	3,58

Z tabulky je patrné, že mezi soubory existuje určitý rozdíl. Jak statisticky je tento rozdíl významný, je nutno statisticky ověřit. Nejdříve volíme F – test pro zjištění homogenity rozptylu průměrných skórů pro obě skupiny. Po ověření rovnosti rozptylů jsme použili parametrický test, konkrétně studentův t-test s nerovností rozptylů.

Tab. 7: Dvouvýběrový t-test s nerovností rozptylů pro dotazník IPSS

Dvouvýběrový t-test s nerovností rozptylů		
	<i>BJ - výcvik</i>	<i>BJ - mise</i>
Stř. hodnota	92,67948718	96,76666667
Rozptyl	1138,038795	1346,656497
Pozorování	78	60
Hyp. rozdíl stř. hodnot	0	
Rozdíl	121	
t Stat	-0,671614979	
P(T<=t) (1)	0,251554539	
t krit (1)	1,657544319	
P(T<=t) (2)	0,503109078	
t krit (2)	1,979763763	

Vzhledem k porovnání hodnot $|t \text{ Stat}| = -0,6716 < t \text{ krit (2)} = 1,9797$ platí, že mezi průměry souborů **není signifikantní rozdíl**. Znamená to, že v průměrném skóru vnímaného stresu dle IPSS mezi soubory není statisticky významný rozdíl. U příslušníků bojových jednotek v době výcviku (BJ – výcvik) není průměrný skór vnímaného stresu signifikantně nižší nebo naopak vyšší než u bojové jednotky při nasazení v misi (BJ – mise).

Zde docházíme k velmi zajímavému závěru. Mezi jednotkou při výcviku a poté o cca dva roky později při nasazení v zahraniční operaci není statisticky významný rozdíl. Vojáci, kteří cvičí v republice a později jsou nasazeni v zahraniční misi, pocítují míru stresu, která se od sebe významně neliší. O to je zajímavější, že mezi jednotkami bojovými a jednotkou zabezpečovací (logistika, štáb) rozdíl významný je, jak bylo zjištěno při původním průzkumu.

Tab. 8: Tabulka průměrných výsledků IPSS u souborů BJ a JZZ z výzkumu provedeného 2014 (Honzek, 2015).

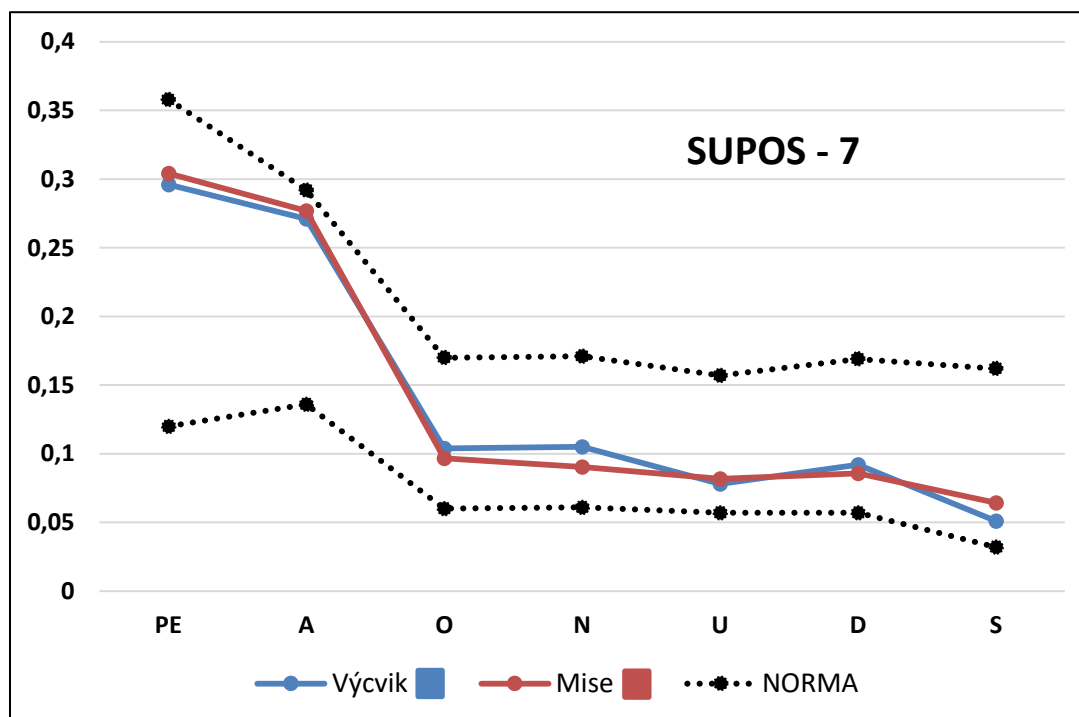
Jednotka		Σ IPSS	Průměrná hodnota
1.	Bojové jednotky (BJ)	92,68	3,43
2.	Jednotky bojového zabezpečení (JBZ)	105,26	3,96
3.	Celkem	97,64	3,61

Po statistickém ověření nám při vypočítání dvouvýběrového t- testu s rovností rozptylů vyšlo, že **mezi oběma soubory je signifikantní rozdíl**. Příslušníci bojové jednotky vnímají aktuální stav vnímaného pracovního stresu statisticky významně méně než jednotky bojového zabezpečení (týlové).

7.2. Základní výsledky SUPOS -7

Základním výstupem dotazníku SUPOS – 7 jsou hrubé skóre. Hrubé skóre přepočítáváme na proporcionální zastoupení jednotlivých komponent vůči normě pro populaci.

Graf. 4.: SUPOS – 7 a jeho komponenty u bojových jednotek v rámci výcviku a nasazení v zahraniční misi v porovnání s horní a dolní normou pro populaci.



Z výše uvedeného grafu jednoznačně vyplývá, že se oba soubory pohybují ve všech komponentách v rámci normy. Hodnoty „PE“ (psychická pohoda) a „A“ (činnost) se pohybují na horní hranici normy. Ostatní komponenty: Odreagování (impulzivita), nepokoj, úzkost, deprese a sklíčenost jsou zcela v průměru normy, to je patrné z grafu. Zajímavostí je téměř shodný průběh hodnot všech komponent pro oba výzkumné soubory. Vojska bojových jednotek během výcviku mají v podstatě téměř shodné dimenze psychického stavu s odstupem necelých dvou let jako při bojovém nasazení. Měřeno po pěti měsících náročného působení v zahraniční misi. Potvrzuje nám to předchozí nesignifikantní výsledek testu IPSS, kdy mezi soubory také nebyl signifikantní rozdíl (viz. Tab. 6). Z hlediska našeho výzkumu jsme se zaměřili na

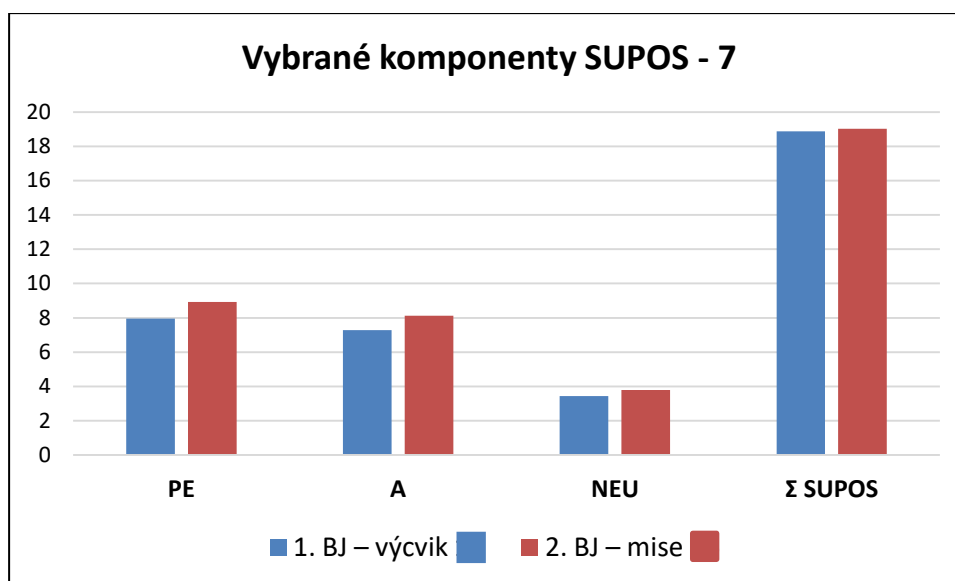
dimenze „PE“, „A“, „NEU“ a „ Σ SUPOS“. Právě tyto komponenty nám poté posloužily k výpočtům korelací především vůči věku, senioritě apod. K vysvětlení komponenty Σ SUPOS: Ta je odrazem prožívaného psychického stavu probanda. Nízká kvalita celkového psychického stavu se promítá do vysokého skóru.

Tab. 9: Průměry vybraných dimenzí psychického stavu podle SUPOS-7.

	Jednotka	PE	A	NEU	Σ SUPOS
1.	BJ – výcvik	7,96	7,29	3,43	18,87
2.	BJ – mise	8,92	8,12	3,80	19,02

Z této tabulky vychází najevo již na první pohled (a dokazuje to i graf. 4), že průměrná hodnota Σ SUPOS u obou souborů, tj. bojové jednotky – výcvik a bojové jednotky - mise prakticky neliší. Pro větší názornost je porovnáme v grafu a také provedeme statistické ověření. Porovnáme nyní tedy průměrné hodnoty Σ SUPOS u obou souborů, což nám dá odpověď, jak se liší (či naopak neliší) celkový psychický stav u obou souborů.

Graf 5: Průměrná hodnota kvality celkového psychického stavu Σ SUPOS pro oba soubory.



V tomto sloupcovém grafu můžeme názorně pozorovat téměř shodné hodnoty vybraných dimenzí a také vnímané kvality celkového psychického stavu Σ SUPOS u obou souborů. Rozdíly jsou jen v řádu desetin. Přesto prověříme statisticky. Po aplikaci F – testu použijeme dvouvýběrový t-test pro nerovnost rozptylů.

Tab. 10: Dvouvýběrový t-test s nerovností rozptylů pro Σ SUPOS.

Dvouvýběrový t-test s nerovností rozptylů SUPOS -7		
	BJ - Výcvik	BJ - Mise
Stř. hodnota	18,87179487	19,01666667
Rozptyl	62,47685648	82,01666667
Pozorování	78	60
Hyp. rozdíl stř. hodnot	0	
Rozdíl	117	
t Stat	-0,098392328	
P(T<=t) (1)	0,460894568	
t krit (1)	1,657981659	
P(T<=t) (2)	0,921789137	
t krit (2)	1,980447599	

Na základě porovnání hodnot $|t_{Stat}| = 0,0983 < t_{krit}(2) = 1,9804$ platí, že mezi průměry souborů bojových jednotek – výcvik a bojových jednotek mise neexistuje signifikantní rozdíl. Celkový psychický stav podle SUPOS – 7 nemají soubory rozdílný. Soubor BJ – výcvik v průměrných hodnotách nevykazuje statisticky významně rozdílnou hodnotu než soubor BJ – mise.

7.3. Základní výsledky SVF – 78.

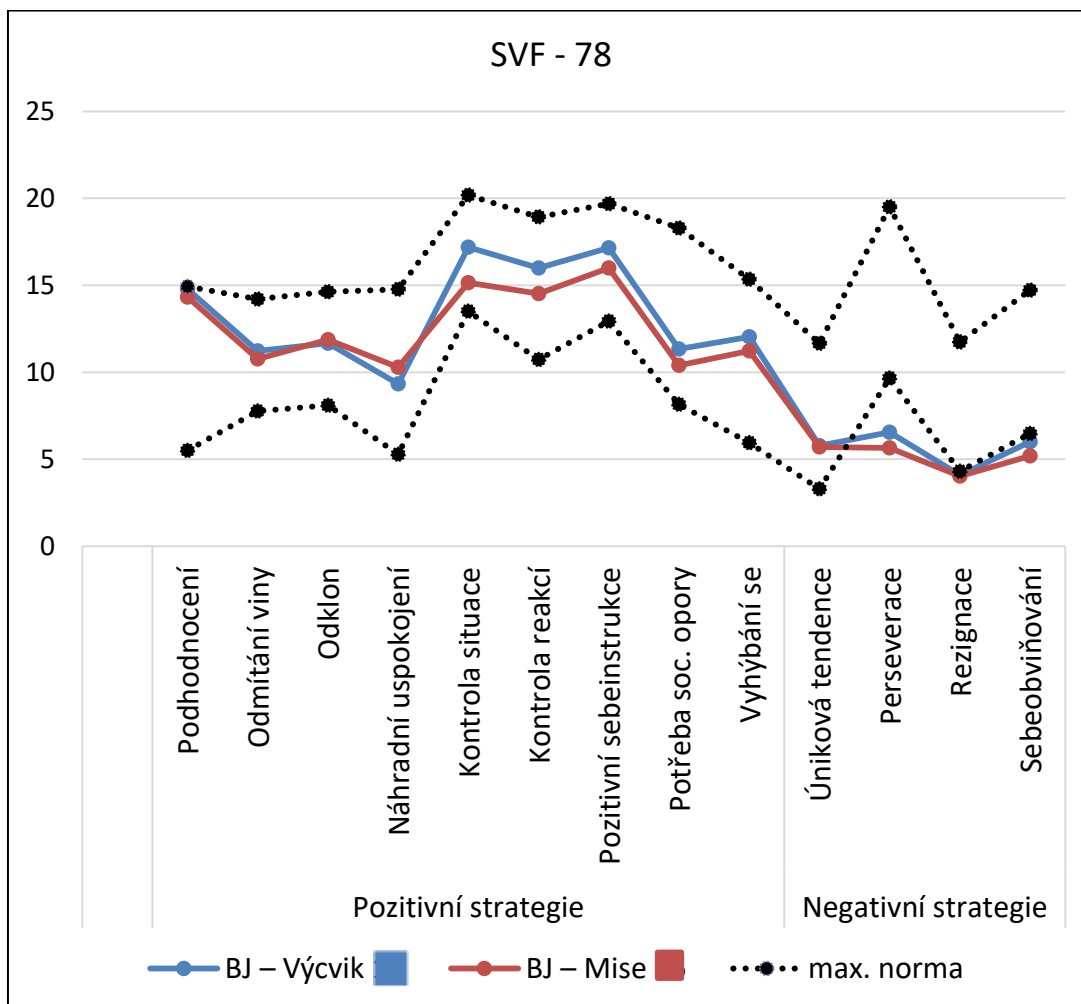
Dotazník SVF – 78 nám sloužil ke zjištění, jaké strategie zvládání stresu vojáci upřednostňují. Cílem bylo porovnat, zda se liší copingové strategie v rámci pozitivní a negativní dimenze copingu. Hodnoty ve formě hrubých skóre, které jsme u vybraných subtestů zjistili, srovnáváme s normou pro muže v kategorii 20 – 34 let, což odpovídá věkovému průměru, modusu i mediánu u obou souborů.

Tab. 11: Tabulka subtestů dimenzí SVF 78 a normy pro muže.

Subtest SVF 78 strategie		Prům. hrubé skóry BJ – Výcvik	Prům. hrubé skóry BJ - Mise	Normy hrubých skóru mužů	SD
Pozitivní strategie	Podhodnocení	14,78	14,32	10,21	4,71
	Odmítání viny	11,23	10,77	10,98	3,22
	Odklon	11,66	11,87	11,36	3,27
	Náhradní uspokojení	9,33	10,28	10,02	4,74
	Kontrola situace	17,19	15,15	16,84	3,34
	Kontrola reakcí	16	14,52	14,82	4,1
	Pozitivní sebeinstrukce	17,15	16	16,31	3,38
Neutrální strategie	Potřeba sociální opory	11,34	10,4	13,22	5,07
	Vyhýbání se	12,03	11,23	10,64	4,7
Negativní strategie	Úniková tendence	5,78	5,7	7,47	4,18
	Perseverace	6,54	5,65	14,58	4,92
	Rezignace	4,08	4,03	8,02	3,72
	Sebeobviňování	6	5,18	10,6	4,12

Výše uvedené hodnoty přikládáme i v grafické podobě, Graf obsahuje hodnoty jednotlivých škál (strategií) dotazníku SFV – 78. Zahrnuje pozitivní i negativní strategie zvládání stresu.

Graf 6: Hodnota hrubých skóre SVF – 78 v rámci grafického znázornění vybraných copingových strategií u obou souborů. Již na první pohled je patrné, že se oba soubory, tj. BJ výcvik a BJ mise navzájem příliš neliší. Můžeme rovněž porovnávat s normou pro běžnou mužskou populaci 25 – 34 let (+ 1 SD; - 1 SD).



Z tohoto grafu vyplývá, že se oba soubory při využívání copingových strategií takřka neliší. Výjimkou jsou strategie „kontrola situace“ a „kontrola reakcí“, kde je hrubý skóre v první případě o cca dva body a ve druhém o cca jeden bod vyšší ve prospěch BJ – výcvik. Ve srovnání s populací skórují obě skupiny u pozitivních strategií v rámci normy. Buť kupříkladu u strategie „podhodnocení“ dosahují samého horního okraje normy, která je vymezena 1 SD od průměru. To by naznačovalo na preferenci využívání této strategie se strany obou skupin vojáků. Rozdílné je to u negativních copingových strategií, kde se obě skupiny pohybují pod průměrem normy pro většinou mužskou populaci, na spodním okraji normy, případně ji překračují o více než 1 SD. To se týká především negativních strategií „perseverace“, „rezignace“

a „sebeobviňování“, kde se oba soubory (BJ – výcvik a BJ mise) nacházejí signifikantně mimo spodní hranici normy běžné pro populaci, která je stanovena hodnotou -1 SD. Navzájem se ale u obou jednotek pohledem na graf neobjevují rozdíly. Naprosto signifikantní je však porovnání s normou pro běžnou populaci. Např. u „perseverace“ to činí téměř 2 SD, což u souboru BJ – mise v hrubém skóru dělá cca 9 bodů! Po porovnání norem obou souborů zvláště s normou pro populaci (viz. Tab. 10) můžeme konstatovat, že **existuje statisticky významný rozdíl v nižším skóru používání negativních copingových strategií** ve srovnání s většinovou populací.

V další tabulce jsme dále srovnali celkové výsledky pozitivního a negativního copingu u obou souborů, které jsme poté srovnali s normou pro mužskou populaci 25 – 34 let. Následující tabulka uvádí hodnoty

Tab. 12: Tabulka průměrných hodnot pro pozitivní a negativní strategie zvládání stresu u souborů BJ – výcvik a BJ – mise.

Strategie SVF-78	BJ – výcvik	BJ – mise
Pozitivní	13,96	13,30
Negativní	5,47	5,15

Přestože nás při potvrzení H 4 zajímal především soubor BJ – mise, oba soubory si nyní pro naše účely nyní porovnáme, zda se opravdu statisticky neliší. Podle tabulky je možno usuzovat, že bojové jednotky BJ – mise využívají o 0,66 bodu průměrné hodnoty hrubého skóru méně pozitivní strategie zvládání stresu než BJ výcvik. Negativní strategie využívají BJ – mise o 0,32 bodu hrubého skóru méně než BJ – výcvik. Při porovnání zkoumaných souborů vidíme, že pozitivní strategie využívá soubor BJ – výcvik v průměru o něco více než soubor BJ – mise a naopak negativní strategie využívá soubor BJ – výcvik nepatrně více. Zjistili jsme, zda je rozdíl v průměrném skóru využívání negativních i pozitivních strategií mezi soubory signifikantní.

Nejdříve byl proveden F – test pro zjištění homogenity rozptylů. Výsledek byl signifikantní. (F je větší než F krit.). Na základě výsledků F-testu jsme použili dvouvýběrový t-test s nerovností rozptylů. Výsledky jsme uvedli v následující tabulce.

Tab. 13: Dvouvýběrový t-test s nerovností souborů pro Σ POZ SVF 78.

Dvouvýběrový t-test s nerovností rozptylů - POZ		
	<i>BJ - výcvik</i>	<i>BJ - mise</i>
Stř. hodnota	13,9574359	13,3011667
Rozptyl	9,453499833	10,3619122
Pozorování	78	60
Hyp. rozdíl stř. hodnot	0	
Rozdíl	124	
t Stat	1,210554315	
P(T<=t) (1)	0,11418432	
t krit (1)	1,65723497	
P(T<=t) (2)	0,228368641	
t krit (2)	1,979280117	

Na základě porovnání hodnot $|t \text{ Stat}| = 1,2105 < t \text{ krit (2)} = 1,9792$ platí, že mezi průměry souborů **není signifikantní rozdíl**. V průměrném skóru **využívání pozitivních strategií** se zkoumané soubory **signifikantně neliší**

Dále provedeme porovnání hodnot u negativních strategií obou souborů. Nejdříve je nutno provést F – test pro zjištění homogenity rozptylů. Výsledek byl nesignifikantní. (F je menší než F krit.) Soubory jsou homogenní. Na základě výsledků F-testu jsme použili dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů. Výsledky jsme uvedli v následující tabulce.

Tab. 14: Dvouvýběrový t-test s rovností souborů pro Σ NEG SVF 78.

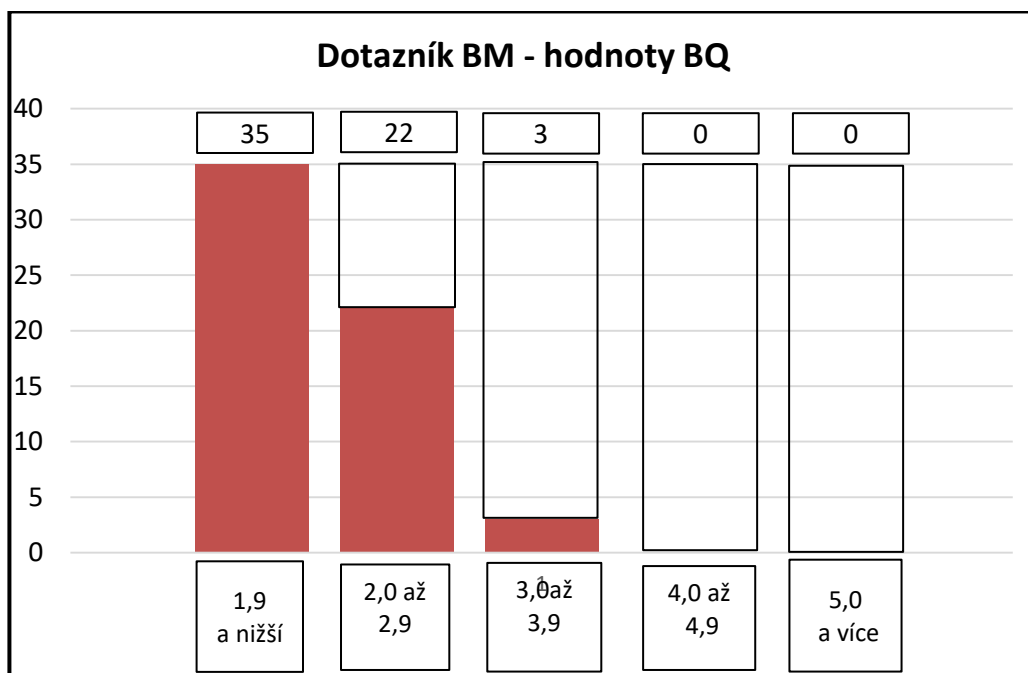
Dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů - NEG		
	<i>BJ - výcvik</i>	<i>BJ - mise</i>
Stř. hodnota	5,474358974	5,1475
Rozptyl	8,143684649	6,643849576
Pozorování	78	60
Společný rozptyl	7,493020904	
Hyp. rozdíl stř. hodnot	0	
Rozdíl	136	
t Stat	0,695368999	
P(T<=t) (1)	0,244005269	
t krit (1)	1,656134988	
P(T<=t) (2)	0,488010538	
t krit (2)	1,977560777	

Na základě porovnání hodnot $|t \text{ Stat}| = 0,6953 < t \text{ krit (2)} = 1,9775$ platí, že mezi průměry souborů **není signifikantní rozdíl**. V průměrném skóru **využívání pozitivních strategií** se zkoumané soubory **signifikantně neliší**.

7.3. Základní výsledky inventáře BM.

Dotazník BM byl administrován pouze u výzkumného souboru BJ – mise. Dotazník je zaměřen na míru ohrožení syndromem vyhoření u profesionálních vojáků aktuálně nasazených na zahraniční misi. Dotazník reflektuje m.j. pocity únavy, psychického a tělesného vyčerpání, depresí, pocitů úzkosti, obav, starostí nebo naopak štěstí a energie). Škálu tohoto dotazníku a výklad stavů BQ uvádíme výše viz. Tab.4.

Graf 7: Počet vojáků v jednotlivých kategoriích indexu BQ dotazníku BM.



Ve skupině BQ 1 (dobrý výsledek), která je nejvíce zastoupená, se nachází 34 probandů tj. 58%. Druhou nejvíce zastoupenou skupinou je BQ 2 (uspokojivý výsledek), která tvoří 37%. Třetí skupinu BQ 3 tvoří 5% probandů. I v této skupině není nutná intervence a neobsahuje známky vyhoření. V posledních dvou skupinách BQ se nenachází nikdo z probandů.

8. Koreláty vybraných dimenzí dotazníků IPSS, SUPOS,SVF – 78 a BM

V této části výzkumu využíváme statistické metody k zjišťování vzájemného poměru mezi dvěma proměnnými. Abychom souvislost dokázali, používáme statistickou metodu korelace. Jelikož jsou obě proměnné metrické, aplikujeme metodu korelace hodnot proměnných Pearsonova korelačního koeficient „r“.

8.1. Vybrané koreláty dotazníku IPSS

Zde zjišťujeme, zda existuje vztah mezi Σ IPSS a Σ SUPOS. Dále zjišťujeme vztah mezi Σ IPSS a vybranými dimenzemi SVF 78 a rovněž Σ IPSS a indexem BQ. Výsledky jsou v následujících tabulkách. Pro každý soubor provádíme výpočet zvlášť.

Tab. 15: Výsledky korelace Σ IPSS a Σ SUPOS u obou výběrových souborů BJ -výcvik a BJ - mise

Proměnná	Proměnná	BJ – výcvik		BJ – mise	
		r	$\alpha = 0,05$	r	$\alpha = 0,05$
Σ IPSS	Σ SUPOS	0,41	sign.	0,46	sign.

Zde vidíme signifikantní výsledky souboru BJ – výcvik a také u souboru. BJ – mise. **Pro oba soubory zvlášť platí, že mezi Σ IPSS a Σ SUPOS existuje statisticky významná souvislost.** Korelace prokázala signifikantní míru vztahu mezi vnímaným pracovním stresem a celkovou kvalitou psychického vztahu. Čím výše je vnímána míra stresu, tím horší je kvalita psychického stavu. Jak již bylo uvedeno, tento výrok má platnost pro oba soubory.

Tab. 16: Výsledky korelace Σ IPSS s Σ subjektivní potíže (NEU) a Σ IPSS s vybranými dimenzemi SVF 78 u souboru příslušníků BJ – výcvik a BJ – mise. Pro každý soubor provádíme výpočet zvlášť.

Proměnná	Dimenze nebo subtest SVF 78	BJ – výcvik		BJ – mise	
		r	$\alpha = 0,05$	r	$\alpha = 0,05$
Σ IPSS	Σ NEU	0,261	sign.	0,359	sign.
Σ IPSS	POZ 1	0,152	nesign.	0,296	sign.
Σ IPSS	POZ 2	0,213	nesign.	0,259	sign.
Σ IPSS	POZ 3	-0,024	nesign.	0,298	sign.
Σ IPSS	POZ	0,034	Nesign.	0,321	sign.

Tabulka názorně ukazuje, že **existuje signifikantní pozitivní vztah mezi Σ IPSS a pocitem subjektivních potíží (NEU)**. Možná interpretace je následující: Vyšší celkové vnímání pracovního stresu souvisí s prožíváním subjektivních potíží. Platí to zvlášť pro oba soubory, přičemž během nasazení je tento jev silnější.

Dále můžeme potvrdit, že u bojově nasazené jednotky v zahraniční misi (BJ – mise) **existuje signifikantní vztah mezi skórem pracovního stresu a celkovým skórem pozitivních strategií**, což můžeme na základě našich měření potvrdit. U souboru BJ – mise **existuje statisticky významný vztah mezi skórem pracovního stresu (Σ IPSS) a celkovým skórem pozitivních strategií**.

8.2. Vybrané koreláty dotazníku SUPOS-7

Zde zjišťujeme možné vztahy mezi Σ SUPOS a dotazníkem SVF – 78, respektive jeho vybranými dimenzemi. Zjištěné hodnoty jsou vloženy do příložených tabulek. Opět provádíme výpočty pro obě skupiny zvlášť.

Tab. 17: Výsledky korelace Σ SUPOS s dimenzemi POZ SVF 78 u souboru bojových jednotek BJ – výcvik a BJ mise

Proměnná	Dimenze subtestu SVF 78	BJ – výcvik		BJ – mise	
		r	$\alpha = 0,05$	r	$\alpha = 0,05$
Σ SUPOS	POZ 1	-0,152	nesign.	0,102	nesign.
Σ SUPOS	POZ 2	0,220	nesign.	0,269	nesign.
Σ SUPOS	POZ 3	0,001	nesign.	0,041	nesign.
Σ SUPOS	POZ	0,019	nesign.	0,104	nesign.

Ze zjištěných hodnot je patrné, že **neexistuje statisticky významný vztah** na hladině $\alpha = 0,05$ mezi Σ SUPOS – 7 a jednotlivými dimenzemi POZ, tudíž všemi pozitivními strategiemi. Nebylo zjištěno, že by nižší hodnota Σ SUPOS, která vyjadřuje lepší celkový psychický stav, souvisela s vyšší mírou využívání pozitivních strategií copingu u obou souborů BJ – výcvik a BJ mise (měřeno zvlášť).

8.3. Vybrané koreláty dotazníku BM

V této části zjišťujeme možné vztahy mezi hodnotou únavy (vyčerpání) zjištěnou dotazníkem BM (Burnout Measure) a zjištěnými výslednými hodnotami ostatních dotazníků, případně jejich vybranými dimenzemi. Provádíme pouze u souboru BJ mise.

Tab. 18: Výsledky korelace hodnoty BQ se Σ SUPOS, Σ IPSS, NEU, senioritou a věkem.

Proměnná	Dimenze nebo suma ostatních dotazníků	BJ – mise	
		r	$\alpha = 0,05$
BQ	Σ IPSS	0,495	sign.
BQ	Σ SUPOS	0,719	sign.
BQ	Subj. potíže (NEU)	0,651	sign.
BQ	Věk	-0,227	nesign.
BQ	Seniorita	-0,165	nesign.

Z této tabulky je možno pozorovat **signifikantní souvislost mezi výší BM a celkovým psychickým stavem, vnímanou úrovní stresu a pocitem subjektivních potíží**. Čím je vyšší míra pocitu vyhoření, tím více jsou prožívány subjektivní potíže, zhoršuje se celkový psychický stav a je vnímána úroveň pracovního stresu. Nepodařilo se nám prokázat vliv věku a seniority na výši hodnoty BM.

8.4. Koreláty sociodemografických proměnných, vybraných dotazníků a jejich dimenzí.

Zde v této části uvádíme zjištěné hodnoty korelací (Pearsonovo „r“) mezi vybranými sociodemografickými proměnnými a sumami jednotlivých dotazníků, případně jejich vybranými dimenzemi.

Tab. 19: Koreláty sociodemografické proměnné „Věk“ se Σ SUPOS, Σ IPSS, Σ subjektivní potíže (NEU) a vybranými dimenzemi SVF 78. Pro oba výběry BJ – výcvik a BJ – mise zvlášť.

Sociodemografická proměnná	Proměnná	BJ – výcvik		BJ – mise	
		r	$\alpha = 0,05$	r	$\alpha = 0,05$
Věk	Σ SUPOS	-0,324	sign.	-0,261	sign.
Věk	Σ IPSS	0,009	nesign.	0,060	nesign.
Věk	Σ Subj.potíže	-0,181	nesign.	-0,157	nesign.
Věk	POZ 1	-0,001	nesign.	-0,001	nesign.
Věk	POZ 2	0,002	nesign.	0,234	nesign.
Věk	POZ 3	0,089	nesign.	0,008	nesign.
Věk	POZ	0,097	nesign.	0,138	nesign.
Věk	Kont. sit.	0,015	nesign.	0,046	nesign.
Věk	Perseverace	0,075	nesign.	-0,109	nesign.
Věk	NEG	0,049	nesign.	0,025	nesign.

Tabulka ukazuje, že u obou souborů **existuje signifikantní souvislost** na hladině $\alpha = 0,05$ mezi jejich věkem a hodnotou Σ SUPOS. Můžeme konstatovat, že věk příslušníků obou souborů (BJ – výcvik a BJ – mise) statisticky významně souvisí s celkovým psychickým stavem. **Čím je vyšší věk vojáků, tím mají lepší kvalitu celkového psychického stavu.** U ostatních korelátů se nám toto nepodařilo prokázat.

Tab. 20: Výsledky korelace délky služby (seniority) a počtu absolvovaných zahraničních misí s hodnotami Σ SUPOS a Σ IPSS u obou souborů (BJ – výcvik a BJ - mise). Pro každý soubor zvlášť.

Sociodemografická proměnná	Proměnná	BJ – výcvik		BJ – mise	
		r	$\alpha = 0,05$	r	$\alpha = 0,05$
Seniorita	Σ SUPOS	-0,293	sign.	-0,174	nesign.
Seniorita	Σ IPSS	-0,119	nesign.	-0,090	nesign.
Počet misí	Σ SUPOS	-0,350	sign.	-0,262	sign.

Tabulka ukazuje, že na hladině $\alpha = 0,05$ **existuje statisticky významná negativní souvislost mezi délkou služby příslušníků souboru BJ – výcvik a jejich hodnotou Σ SUPOS.** Zvyšujícím se počtem odsloužených let stoupá u tohoto souboru celková kvalita psychického stavu. Ostatní souvislosti s délkou služby jsme neprokázali. U bojové jednotky nasazené v misi jsme statisticky významnou souvislost mezi jejich délkou služby a vnímanou kvalitou celkového psychického stavu a také mírou vnímání pracovního stresu neprokázali. Podařilo se nám ale u obou souborů **prokázat statisticky významnou negativní souvislost mezi počtem absolvovaných zahraničních misí a celkovou kvalitou psychického stavu.** Vojáci, kteří odsloužili více zahraničních misí, mají statisticky signifikantně lepší kvalitu celkového psychického stavu.

9. Platnost hypotéz

H1: Existuje statisticky významný rozdíl ve skóre pracovního stresu mezi příslušníky nasazené bojové jednotky a jednotky cvičící v mírových podmínkách.

Použili jsme dvouvýběrový t-test. Vzhledem k porovnání hodnot $|t_{Stat}| = -0,6716 < t_{krit}(2) = 1,9797$ platí, že **mezi průměry souborů není signifikantní rozdíl**. Znamená to, že v průměrném skóru vnímaného stresu dle standardizovaného dotazníku IPSS mezi soubory není statisticky významný rozdíl. U příslušníků bojových jednotek v době výcviku (BJ – výcvik) není průměrný skór vnímaného stresu signifikantně nižší nebo naopak vyšší než u bojové jednotky při nasazení v misi (BJ – mise). **Hypotézu H 1 zamítáme.**

H2: U bojově nasazené jednotky existuje statisticky významný vztah mezi skórem pracovního stresu a celkovou kvalitou psychického stavu.

Pro oba soubory zvlášť platí, že mezi Σ IPSS a Σ SUPOS existuje statisticky významná souvislost. **Korelace prokázala signifikantní míru vztahu mezi vnímaným pracovním stresem a celkovou kvalitou psychického stavu.** Čím výše je vnímána míra stresu, tím horší je kvalita psychického stavu. Jak již bylo uvedeno, tento výrok má platnost pro oba soubory. **Hypotézu H 2 přijímáme.**

H3: U bojově nasazené jednotky existuje statisticky významný vztah mezi skórem pracovního stresu a celkovým skórem pozitivních strategií.

U bojově nasazené jednotky v zahraniční misi (BJ – mise) **existuje signifikantní vztah mezi skórem pracovního stresu a celkovým skórem pozitivních strategií**, což můžeme na základě našich měření potvrdit. U souboru BJ – mise existuje statisticky významný vztah mezi skórem pracovního stresu (Σ IPSS) a celkovým skórem pozitivních strategií. Korelace s dimenzemi POZ 1, POZ 2, POZ 3 a POZ dotazníku SVF 78 vykazují signifikantní hodnoty **Hypotézu H 3 přijímáme.**

H4: U příslušníků bojově nasazené jednotky existuje statisticky významný rozdíl v nižším skóru používání negativních copingových strategií ve srovnání s většinovou populací.

Oba soubory (BJ – výcvik a BJ mise) se nacházejí signifikantně mimo spodní hranici normy běžné pro populaci, která je stanovena hodnotou -1 SD. Po porovnání norem obou souborů zvlášť s normou pro populaci (viz. Tab. 10) můžeme konstatovat, že existuje statisticky významný rozdíl v nižším skóru používání negativních copingových strategií ve srovnání s většinovou populací. **Hypotézu H 4 přijímáme.**

10. Diskuze

Ve výzkumné části této magisterské diplomové práce jsme provedli psychologický průzkum mezi příslušníky bojového útvaru Armády České republiky při jejich nasazení v zahraniční operaci. Do námi koncipované baterie dotazníků jsme zařadili celkem čtyři standardizované nástroje, konkrétně dotazníky IPSS, SUPOS-7, BM a SVF – 78. Hlavním cílem bylo zmapování některých otázek týkajících se pracovního stresu a jeho vlivu na psychický stav vojenského profesionála. To vše nás zajímalo v souvislosti s výkonem služby vojáka nikoliv pouze v době míru, ale především v čase jeho bojového nasazení. V rámci výzkumu se autorovi této práce naskytla jedinečná možnost provést výzkum na místě nasazení v zahraniční operaci prakticky u téže jednotky, která byla zkoumána o dva roky dříve během rutinního výcviku v posádce. Podstatné zjištění, které má pro nás z hlediska interpretace působení zátěže a stresu na příslušníky bojových jednotek význam, nás upozorňuje, že vojáci bojových jednotek při výcviku a posléze během nasazení v zahraničí mají prakticky shodný psychický stav, který se v zásadních parametrech neliší od norem běžné populace, dokonce vykazuje v některých oblastech ještě lepší charakteristiky, než je obvyklé v populaci. Zde můžeme zmínit např. preferenci pozitivních copingových strategií podle SVF - 78 nebo stav indexu BM pro zjišťování pocitu vyhoření. Z těchto faktů můžeme usuzovat, že vojáci bojových jednotek mají dobrou psychickou kondici, což by také mohlo svědčit o jejich kvalitním výběru.

Pomocí standardizovaného dotazníku IPSS (Spielberger, česky: Vtípil) jsme zkoumali, které faktory naši probandi považují za největší zátěž. Oba průměry si byly velmi blízké a pohybovaly se v pásmu střední míry psychické zátěže, konkrétně u souboru BJ – výcvik byla průměrná hodnota u jedné položky (otázky) 3,43 bodu a u souboru BJ – mise 3,58. Přestože je tato hodnota vyšší, statisticky není signifikantní. Jednoduše řečeno oba soubory vnímají aktuální míru zátěže stejně. Prakticky tatáž bojová jednotka při výcviku a posléze při nasazení má stejnou míru vnímání aktuální zátěže. Po pěti měsících bojového nasazení není vnímán vyšší stres než dříve při výcviku. Toto zjištění je velmi zajímavé a má velký význam pro další velitelskou a psychologickou práci s vojáky. Nutno se tedy podrobněji podívat na jednotlivé položky dotazníku IPSS. Jejich částečný rozbor nám může výrazně napovědět, které jsou aktuálně nejvíce stresující položky. Poněkud nyní

předběhneme tuto interpretaci a prozradíme, že celková míra stresové zátěže, kterou vojáci aktuálně vnímají, se neliší, ale má poněkud jiné složení stresorů.

Pro výzkumný soubor, u kterého byl prováděn výzkum v roce 2014 v době posádkového výcviku v běžných podmínkách se jako nejvíce stresující jevila položka dotazníku „Nedostatečné existenční a sociální jistoty povolání“. Tato položka dosahovala průměrného skóru 4,9 bodu, což je sice stále ještě ve středním pásmu vnímané zátěže, ale od celkového průměru se už dosti liší. Tato položka byla hodnocena jako nejvýznamnější přibližně u třetiny dotazovaných. Dnes můžeme tento jev s největší pravděpodobností přisoudit tehdejšímu vývoji v rezortu, kdy se některých útvarů opětovně dotklo rušení určitých tabulkových míst a finanční restrikce. Logicky nám to dává ještě větší smysl, pokud si na druhé místo podle vnímaného stresu zařadíme položku „Neuznávání role vojáka z povolání veřejností“. Zde dosáhla průměrná hodnota 4,8 bodu. V tomto kontextu by si mohli vojáci bojových jednotek myslet, že jsou finanční restrikce možné právě i díky nezájmu širší veřejnosti o armádu, která ve společenském diskurzu není pro většinového občana zrovna prioritní záležitostí. Vojáci armádní jednotky, která je určena pro bojové nasazení a obranu republiky, by se mohli domnívat, že jejich oběť společnost nedocení. Příkladem by mohly být internetové diskuze ovládající kyberprostor vždy po nějakém vážném incidentu právě např. v zahraniční operaci. To, čeho býváme svědky, přesahuje hranice běžného chápání. Některé diskuzní příspěvky lze přirovnat pouze k silně páchnoucí žumpě (za tento příměr se omlouvám). Přestože se toto společenské vnímání potřeby ochrany a obrany v souvislosti se zhoršenou bezpečnostní situací ve světě i v Evropě aktuálně mění, porovnáme – li zájem veřejnosti o zdravotnictví nebo sociální záležitosti, vycházejí z této komparace obranné a bezpečnostní otázky stále jako druhořadé. Profesionální voják se nepohybuje ve vakuu a podobné signály citlivě vnímá. Pokud jsme oba soubory statisticky prověřili propočtem t-testu, zjistili jsme, že se mezi nimi nenachází signifikantní rozdíl a hodnota průměru i mediánu je docela podobná. Toto zjištění je důležité pro další práci. Za prvé víme a máme potvrzeno, že prakticky totožná vojenská jednotka neprožívá rozdílnou míru aktuálního pracovního stresu, což by mohlo napovídat, že psychická odolnost vojáků je relativně konsistentní a při změně prostředí se zase tolik jako suma nemění. Víme, že se vnímání stresu při nasazení a během výcviku příliš neliší, nutně se však liší stresory, které příslušníci bojových

jednotek aktuálně vnímají. Nejvíce zatěžující stresory, spojené se službou v mírových podmínkách, jsme již výše uvedli. Nyní si v krátkosti popíšeme stresory spojené s působením v zahraniční operaci. Nejsilnějším z nich, který má hodnotu v průměru 5,9 bodu je obsažen v položce „Nedostatek času stráveného s rodinou“. Tato odpověď se objevovala samozřejmě nejvíce u starších, příp. ženatých příslušníků jednotky. To je vzhledem k otcovství dotyčných vojáků pochopitelné. Ztráta bezprostředního kontaktu s rodinou nebo u bezdětných příslušníků jednotky s partnerem je významným stresorem. Psychologická služba na tento jev reagovala již před lety a výsledkem bylo zavedení telefonního a internetového spojení pro vojáky, právě z tohoto důvodu. Dalšími silnějšími stresory byly „Pocit ohrožení zdraví, či života ve výkonu služby“ a „Přetíženost ve službě“. Zde je nutno dodat, že v konfliktní zóně by byla u vojáků absence pocitu ohrožení krajně podivná. Příslušníci jednotky skutečně vykonávali fyzicky těžkou a psychicky náročnou práci. Jedná se o nebezpečný výkon služby, ale vojáci jej souhrnně stále zařazují do středního stupně zátěže, byť v horní hranici. Další podobně bodovanou položkou dotazníku IPSS je „Přetíženost ve službě“. Průzkum byl proveden po pěti měsících působení v operaci a vojáci toho měli již hodně za sebou. Z tohoto pohledu je jejich vnímání aktuálního pracovního stresu velmi dobré. Vojáci prožívají jiné druhy stresorů než v domácím prostředí, ale v konečném důsledku jsou na tom v celkovém vnímání síly pracovního stresu prakticky stejně. V zahraniční operaci se objevují obavy o zdraví a život, ale voják si naopak připadá oceněný a nevnímá žádné existenční nejistoty. V tom je možno vidět logická souvislost a dává to celkový smysl zejména s motivací vojáků k práci. Zároveň koresponduje s tím, co na dané téma prohlásil již Prezident osvoboditel T.G.M. (viz s. 19). Toto zjištění je důležité pro další psychologickou práci a zároveň nás naplňuje optimismem.

Pomocí standardizovaného dotazníku SUPOS – jsme měřili hodnoty psychického stavu dvou bojových jednotek v průběhu necelých dvou let. Nejdříve v mírových podmínkách v době výcviku a poté při nasazení v zahraniční operaci. Všechny hodnoty psychického stavu i výsledná suma SUPOS se pohybuje v obvyklé normě pro běžnou mužskou populaci. Nejvíce zastoupenou komponentou psychického stavu u bojově nasazené jednotky je „PE“ (Psychická pohoda), která tvoří 30%. Další komponentou je „A“ (čínorodost) s podílem 28%. To je ve srovnání s běžnou populací více než u průměru pro běžnou populaci a na horní hranici normy,

kteřá je stanovena hodnotou $+ - 1$ SD. Při testování během výcviku v posádce to činilo u obou těchto komponent 29% a 28%, což svědčí jednak o dlouhodobé neměnnosti celkového psychického stavu u zmíněné bojové jednotky a také o vysoké míře sebedůvěry a klidu příslušníků této jednotky. Tento výsledek není zase až tak překvapivý, poněvadž určitým způsobem potvrdil dřívější očekávání. Již během výzkumu u bojových jednotek roku 2014 byla zjištěna podobná data (Honzeek, 2015). Prakticky k velmi podobným výsledkům dospěl během svého výzkumu u příslušníků zahraniční mise také Osokin (2011), který naměřil u komponenty „PE“ 28% a u komponenty „A“ 25%. Mezi oběma soubory bojových jednotek jsme nezjistili z hlediska psychického stavu signifikantní rozdíl. Všechny komponenty se od sebe odlišují maximálně v řádu desetin, což je statisticky naprosto nepodstatné a svědčí o nevýznamnosti rozdílu mezi vnímáním celkového psychického stavu mezi oběma soubory. Statisticky jsme použili pro toto ověření t-test a výsledek byl podle očekávání nesignifikantní. Co se týče celkového psychického stavu, není mezi soubory rozdíl. Toto zjištění není nakonec až tak překvapivé, poněvadž celkový psychický stav souvisí s aktuálním vnímáním pracovního stresu. Výsledky a interpretace SUPOS – 7 souvisejí se zjištěními v rámci dotazování IPSS, tím tedy potvrzují naše zjištění, že mezi vojáky bojových jednotek není z hlediska psychického stavu rozdíl. Může to být dáno podobně vnímanou mírou prožívání pracovního stresu a také velmi podobným složením jednotky. Změna pracovního prostředí se tedy poté ukazuje jako mnohem méně významná pro celkový psychický stav, poněvadž vojáci obou skupin při shodně vnímané výši pracovního stresu, hodnotí ve shodě také svůj psychický stav. Zároveň je nutno říci, že výběr k bojovým jednotkám a zařazení vojáků do sestavy jednotky vyčleněné k zahraniční operaci se nám z tohoto pohledu jeví jako fungující a systematické. Naši vojáci od bojových jednotek jsou psychicky odolní.

Dále jsme při výzkumu v návaznosti na předchozí poznatky blíže prozkoumali copingové strategie v rámci dotazníku SVF – 78 (Janke, Erdmanová). Cílem bylo prověřit a dokázat, že vojáci bojových jednotek mají sklon pro výběr určitých strategií zvládání při zátěžových situacích. To se nám nakonec potvrdilo i statisticky. Téměř všechny pozitivní strategie zvládání se u obou souborů pohybovaly v rámci normy, i když strategie „Podhodnocení“ se pohybuje na samotném horním okraji normy (norma je dána hodnotou $+ - 1$ SD). Norma byla tabulkově určena pro běžnou

mužskou populaci v kategorii 25 – 34 let. Opět se ukázalo, že voják bojové jednotky není v mnoha ohledech běžnou mužskou populací, rozhodně ne v souvislosti s negativními strategiemi copingu podle SVF – 78. Zde jsme zjistili signifikantní rozdíl, kdy vojáci u obou výběrů oproti populaci používají negativní strategie zvládání signifikantně méně. Popišme si to nyní podrobněji. U pozitivních i negativních strategií mezi oběma soubory neexistuje signifikantní rozdíl a jsou de facto totožné. U pozitivních strategií se vojáci bojových jednotek pohybují v rámci normy. Výrazně výjimečná je však dimenze „Podhodnocení“, kde se oba soubory k samé horní hranici normy pro populaci (14,71 HS). „Bojovníci“ při výcviku dosahovali hrubého skóru 14,78 a při nasazení v misi 14,32. Střed je hodnota 10,21 bodu hrubého skóru. Dovolíme si to nyní interpretovat. Již v teoretické části zaznělo, že určitou charakteristikou vojenského kolektivu je značná soutěživost a také, že vojáci si v mnoha ohledech věří a vystupují sebevědomě. Kategorie „Podhodnocení“ si všímá právě okolnosti, jak se testovaný cítí při řešení problému zejména ve vztahu k ostatním. Uvedme si příklady výroků na dimenzi „Podhodnocení“: Vyrovnam se s tím rychleji než ostatní; Nejsem tak přecitlivělý jako druzí; Druzí by to tak snadno nestrávili; Uklidním se rychleji než ostatní; Zde je poměrně jasně vidět, jak důležitý je semknutý vojenský kolektiv a zdravá soutěživost. Voják bojové jednotky se při zvládání zátěže poměřuje se svými kolegy. V boji neexistuje Já, tam existuje My. Jedinec roste společně se svým kolektivem. Další výraznější pozitivní strategií je „Pozitivní sebeinstrukce“, která se zaměřuje na důvěru jedince v sebe sama, ve svou vůli. Vůle je u vojáků klíčová pro schopnost plnit úkoly. Voják musí mít vůli strádat a trpět a v nejhorší variantě se obětovat. Dalo by se říci, že podle LOC se jedná o výrazně internalistickou dimenzi. Typické výroky zní: Řeknu si, dokážeš to; Ujasním si možnosti ke zvládnutí situace; Řeknu si, to vydržím; Řeknu si, nesmíš to vzdát; Celkově však jeden ze dvou výběrů (konkrétně BJ – mise) dosáhl signifikantních výsledků v souvislosti používáním všech pozitivních strategií vůči míře prožívaného pracovního stresu. Soubor BJ – výcvik signifikantní nebyl. Při bližším rozboru autora nad dimenzemi POZ SVF – 78 se jeví konkrétní stresory v zahraniční misi více konkrétní a řešitelné. Voják v misi je přece jen zaměřen na překonávání každodenních potíží a vlastně řeší „pouze sebe“, problémy jsou jasnější, ostřejší a konkrétnější, jak uváděli probandi v inventáři IPSS. Zatímco v běžném životě musí voják - profesionál řešit problémy komplexnější a méně výrazné. Tolik autorovo

vysvětlení, které by se dalo k plnému objasnění doplnit kvalitativním terénním výzkumem. Inspirace pro autorovu další výzkumnou činnost.

U strategií negativních SVF – 78 se nejvíce pod normou nacházely kategorie „Perseverace“, „Rezignace“ a „Sebeobviňování“. Všechny byly pod -1 SD a „Perseverace“ téměř o -2 SD. Nutno říci, že „Perseverace“ je pro vojáky naprosto netypická. Vojenský život je natolik pestrý a dynamický, že zabývání se vtíravými myšlenkami vlastně neumožňuje. Výroky: Přemýšlím o tom znovu a znovu; Myslím na to ještě dlouho; Nemůžu se zbavit myšlenek na tu situaci; To je způsob vyrovnávání se s problémem vojákům naprosto cizí. Podobně je tomu u „Rezignace“, kterou reprezentují výroky jako: Mám tendenci hned ustoupit; Všechno se mi zdá beznadějně; Mám sklon rezignovat. Voják bojové jednotky takový není, a i kdyby měl slabou chvíli, tak se k tomu nikdy nepřiznává. To by bylo proti podstatě jeho smyslu, tím smyslem se rozumí bojovat. Po provedeném t-testu se obě skupiny navzájem ani u negativních strategií copingu neliší.

Dalším dotazníkem, který jsme v naší baterii využili a jehož výsledky je zajímavé interpretovat, je inventář BM (Burn-out Measure, česky: Křivohlavý). Zjišťovali jsme u souboru vojáků v rámci nasazení v zahraniční operaci, zda jsou ohroženi syndromem vyhoření nebo jestli prožívají některé jeho symptomy. Nutno dodat, že jsme si také provedli korelaci, zda inventáře ISSP a SUPOS – 7 mají souvislost s výsledkem BQ u dotazníku BM. Oba jsou signifikantní v poměru s koeficientem BQ. To znamená, že čím je vyšší je vnímaný pracovní stres a také čím je horší psychický stav (oba jsme měřili vůči BM zvlášť), tím vyšší je hodnota BQ. Už to naznačuje, že naši příslušníci bojových jednotek, kteří nemají signifikantně horší psychický stav, budou mít v průměru koeficient BQ na velmi dobré úrovni. To se plně potvrdilo. V posledních dvou (z hlediska syndromu vyhoření ohrožujících) kategoriích z celkových pěti se nenachází žádný respondent. Vojáci bojové jednotky nasazené v zahraniční operaci nebyli ani po téměř půl roce psychicky natolik unavení, aby to vykazalo v průměru jakkoliv znatelný výsledek, natož výsledek statisticky významný. K tomu se vojáci ani náznakem nepřibližují.

V rámci zjišťování souvislostí prostřednictvím Pearsonovy korelace jsme u obou souborů zachytili několik zajímavých souvislostí. Především je to souvislost věku vojáků a kvality jejich psychického stavu. Čím jsou vojáci starší, tím klesá hodnota

suma SUPOS, což znamená lepší vnímaný psychický stav. S tím souvisí také seniorita, kde jsme zjistili podobný jev. Ten jsme ovšem potvrdili statisticky jen u souboru cvičícího v mírových podmínkách. Přece jen hodnota IPSS i Hodnota suma SUPOS byla u jednotky nasazené v zahraniční operaci poněkud (byť nepatrně a nesignifikantně) vyšší. Tím si můžeme vysvětlit nižší hodnotu Pearsonova „r“ kategorie „Věk“ vůči suma SUPOS. Přesto byla signifikantní. U seniority byl signifikantní již pouze soubor BJ – výcvik. Zde logicky vyplývá, že věk a seniorita spolu souvisí. Čím je někdo starší, tím více má odsloužených let. Tento jev nám vykázal vysokou kladnou korelaci. Velitelé jednotek se tedy mohou v praxi spoléhat na starší a zkušenější vojáky. Neplatí, že „mladé pušky“ jsou na tom psychicky lépe. Navíc platí ještě jeden vztah. Počet misí vojáka má signifikantní vliv na jeho celkový psychický stav. V tomto ohledu platí starší a zkušenější, kteří opravdu už něco zažili, mají lepší psychický stav. Tady ale autor práce vidí jeden poněkud na první pohled neviditelný jev, který s tím úzce souvisí. Na bojových jednotkách je poměrně vysoká fluktuace, autor sám podobné jednotce velel. Vojáci, kteří náročnou činnost spojenou s bojovou jednotkou nechtějí vykonávat, odejdou a dlouhodobě zůstávají ti, pro které je to poslání. I tím se dá nárůst kvality psychického stavu u starších a délesloužících vojáků vysvětlit. Signifikantní vztah věku, seniority nebo zkušeností v podobě počtu absolvovaných misí vůči pozitivním strategiím se nepodařilo prokázat.

Na závěr této kapitoly je nutné dodat, že každý výzkum má své limity. Zejména dotazníkové šetření, kdy je rozhodujícím faktorem sebehodnocení respondenta, může být často zkreslený. Z některých dotazníků, byť se to neprojevovalo často, byla také cítit určitá schematičnost při vyplnění. Proto jsme je raději vyřadili a společně s nimi také dotazníky neúplné. Rovněž snaha vojáků neukazovat osobní nebo všeobecně lidskou slabost, může být při celkovém hodnocení důležitá. Určitě také nedůvěra v deklarovanou anonymitu by se mohla projevit určitým konformním vyplňováním. To jsou známá rizika. Autor však pochází z vojenského prostředí a domnívá se, že je schopen tyto jevy identifikovat. Rovněž byla provedena podrobná konzultace s vojenským psychologem, který se nacházel na místě a prováděl administraci, přičemž se s jednotkou potkával celou dobu působení v misi. S problémy byl obeznámen a neshledal žádnou nežádoucí proměnnou, která by v konečném výsledku něco zkreslila.

Závěr

Tato magisterská diplomová práce je věnována problematice vnímání a zvládání psychické zátěže, respektive míry pracovního stresu u příslušníků bojových jednotek Armády ČR. Cílem bylo za pomoci výzkumu zjistit a posléze prokázat statisticky, jakým způsobem se v této zkoumané oblasti vojáci liší od běžné populace a také, jak se od sebe liší dva výzkumné soubory složené z vojáků bojové jednotky. První soubor byl složen z vojáků jednotky, která prováděla rutinní běžný výcvik na území republiky, zatímco druhý soubor byl zkoumán o cca. dva roky později na místě nasazení v zahraniční operaci. Oba soubory byly tvořeny příslušníky téže bojové jednotky, kde byl pro účel dotazování vždy proveden náhodný výběr. Abychom dosáhli kýžených výsledků, použili jsme kvantitativní metodologii ve formě standardizovaných dotazníků. Mezi vybrané inventáře, které jsme posléze zařadili do námi vytvořené baterie testů, patří dotazník IPSS, SUPOS – 7, BM A SVF – 78. Jejich výsledky bylo poté nutné statisticky porovnat mezi oběma výzkumnými skupinami a rovněž s normami pro populaci. Z našeho výzkumu vyplývají tyto důležité poznatky:

Hodnota vnímaného pracovního stresu se v podobě hrubých skóre dotazníku IPSS se u obou skupin pohybovala v průměru na úrovni střední zátěže v rozpětí 3 až 6 bodů HS. Mezi oběma soubory není signifikantní rozdíl.

Celková průměrná hodnota u všech dotazníků, které jsme pro výzkum použili (IPSS, SUPOS-7, BM a SVF 78), se pohybovala v rámci průměru pro běžnou populaci.

Hlavními stresory u bojových jednotek při výcviku s republiky jsou podle inventáře IPSS „Nedostatečné sociální a existenční jistoty povolání“ a „Neuznávání role VZP veřejností“.

Hlavními stresory u bojových jednotek během nasazení v zahraniční operaci jsou podle inventáře IPSS „Nedostatek času stráveného s rodinou“, „Pocit ohrožení zdraví, či života ve výkonu služby“ a „Přetíženost ve službě“.

V rámci dotazníku SUPOS – 7 byly všechny dimenze u obou souborů v rozmezí normy pro běžnou populaci, byť dimenze „PE“ a „A“ vysoce nad průměrem populace jen těsně pod hodnotou +1 SD na její horní hranici.

U některých dimenzí vybraných dotazníků se oba naše výzkumné soubory pohybovaly mimo normu pro populaci. Zejména se jedná celou negativní dimenzi copingových strategií dotazníku SVF – 78. Oba soubory využívají negativní strategie signifikantně méně než populace.

V rámci dotazníku SVF – 78 byly dimenze negativních strategií „PERSEVERANCE“, „REZIGNACE“ a „SEBEOBVIŇOVÁNÍ“ pod normou pod běžnou populaci, která činí -1 SD.

Oba soubory se statisticky neliší ve vnímání míry pracovního stresu podle IPSS. Rozdíl mezi bojovou jednotkou při výcviku v republice a při nasazení v zahraničí v tomto ohledu není průkazný.

Pro oba soubory platí, že se z hlediska celkového psychického stavu podle SUPOS – 7 vzájemně neliší. Mezi oběma soubory není signifikantní rozdíl.

U využívání pozitivních strategií zvládnutí zátěže v závislosti na míře vnímaného pracovního stresu byl zjištěn statisticky významný rozdíl u jednoho ze souborů. Bojová jednotka v misi má pozitivní signifikantní vztah mezi úrovní prožívaného pracovního stresu a mírou používání pozitivních copingových strategií. Čím vyšší stres, tím vyšší využití pozitivního copingu.

Pro oba soubory zvlášť rovněž platí, že existuje signifikantní vztah mezi Σ IPSS a Σ SUPOS. To znamená, že čím je vyšší míra vnímání pracovního stresu, tím se zhoršuje celkový psychický stav.

Pro oba soubory zvlášť zároveň platí, že byla dokázána statisticky významná souvislost mezi Σ IPSS a Σ subjektivních potíží (NEU), což znamená, že čím je vyšší vnímání pracovního stresu, tím více jsou vnímány subjektivní potíže.

V rámci výzkumu byla u souboru BJ v nasazení v misi prokázána souvislost mezi Σ SUPOS a koeficientem BQ. Čím je horší celkový psychický stav, tím stoupá míra koeficientu BQ signalizujícím syndrom vyhoření. Totéž bylo zvláště zjištěno pro Σ IPSS vůči koeficientu BQ. Vyšší míra stresu souvisí pozitivně s pocitem psychické únavy směřující k vyhoření.

U obou souborů zvláště byla zjištěna negativní souvislost proměnné „Věk“ vůči Σ SUPOS, což by znamenalo, že se narůstajícím věkem celkový psychický stav vojáků zlepšuje. Totéž bylo zjištěno pro proměnnou „počet misí“. Čím více misí voják absolvoval, tím má lepší psychický stav.

Souhrn

V této magisterské diplomové práci jsme se zabývali bojovými jednotkami Armády České republiky, respektive jejich příslušníky, profesionálními vojáky. I když se vojenské technologie stále mění a kybernetika proniká i do armády, je to stále člověk, který je rozhodujícím činitelem na bojišti. Doba, kdy člověka definitivně nahradí roboti je i přes bouřlivý pokrok ve vojenských technologiích stále v nedohlednu. Je to tedy voják, kdo musí být fyzicky a psychicky odolný, aby mohl čelit nepohodlí, strachu, nebezpečí a přitom podat kvalitní pracovní výkon. V našem výzkumu jsme se zaměřili na problematiku pracovního stresu, který můžeme právem považovat za fenomén ovlivňující zmíněný pracovní výkon. Celou problematiku jsme zkoumali na dvou výzkumných souborech. První tvořila bojová jednotky armády, která se připravovala k potenciálnímu nasazení formou vševojskového výcviku na území republiky. Druhým výzkumným souborem byla jednotka aktuálně nasazená v zahraniční operaci. Bojová činnost jako taková, včetně zranění a ztrát na životech je pro běžnou populaci v podstatě nepředstavitelná. Naopak voják při nasazení v operaci tyto skutečnosti musí vnímat jako nedílnou součást své práce. Každopádně je v tomto ohledu služba vojáka spojena s psychickým vypětím a všudypřítomným stresem.

Při našem výzkumu jsme si vytýčili několik cílů, přičemž mezi ty hlavní patřilo zjištění, zda z hlediska prožívaného stresu, psychického stavu a strategií copingu existují shody nebo rozdíly mezi oběma skupinami navzájem a také vůči běžné populaci. Celou práci jsme tradičně rozdělili na část teoretickou a výzkumnou.

V teoretické části práce jsme postupně popisovali Armádu České republiky, její úkoly a strukturu, historické tradice a také určité problémy, se kterými se v současnosti potýká. V dalších kapitolách této části jsme vymezili charakteristiky osobnosti a činnosti profesionálního vojáka, příslušníka bojové jednotky, popsali jsme si specifika bojového nasazení a v neposlední řadě také činnost a postavení vojenského psychologa v rámci armády.

Co se týče odborných teoretických východisek pro náš výzkum, jsme si dále postupně popsali stres a jeho základní teoretické pojetí, včetně nejvýznamnějších

teorií, které reprezentují v endokrinní oblasti Walter Cannon a Hans Selye nebo v oblasti kognitivní Richard Lazarus. Poté jsme si uvedli vybrané definice stresu, kdy jsme si tímto mohli dokázat, jak různorodě je v rámci vědeckého diskurzu stres pojímán. Poté jsme si popsalí stresory a další jevy, které jsou nedílně spojeny se službou vojáka – profesionála. V neposlední řadě jsme se dále v této práci věnovali jednotlivým strategiím zvládnání zátěže. Copingové strategie jsme si podle nejčastějšího současného trendu rozdělili na zaměřené na emoce, zaměřené na problém a dysfunkční. Dále jsme si v teoretické části nastínili principy a symptomy syndromu vyhoření, jehož aspekty také v práci zkoumáme.

V rámci výzkumné části magisterské diplomové práce jsme si vymezili cíle výzkumu, které jsme přenesli do stanovených hypotéz. Abychom mohli hypotézy ověřit, bylo nutno provést sběr dat, což jsme provedli dotazníkovým šetřením. Pro tento účel jsme si vytvořili baterii standardizovaných dotazníků, kde jsme zařadili inventáře ISPP, SUPOS – 7, BM a SVF -78. Za pomoci těchto nástrojů jsme zjišťovali faktory pracovního stresu, celkovou kvalitu psychického stavu, pocit psychického vyčerpání nebo výběr copingových strategií. K hlavním cílům našeho výzkumu náležela především komparace zjištěných výsledků mezi oběma skupinami a také vůči normě pro populaci. Dále jsme zjišťovali souvislosti mezi zjištěnou mírou vnímaného stresu, kvalitou aktuálního psychického stavu a určenými dimenzemi pozitivních nebo negativních strategií zvládnání stresu. Veškerý výzkum probíhal, jak bylo již výše uvedeno, u dvou výzkumných souborů. Prvním souborem byli vojáci bojových jednotek a druhým tatáž jednotka s odstupem přibližně dvou let při nasazení v zahraniční operaci. Metodologii pro výzkum jsme zvolili kvantitativní, která je založena na sběru a statistickém zpracování dat. V našem pojetí se jedná o korelační a diferenční studii, která byla realizována za pomoci standardizovaných nástrojů. Oba výběrové soubory byly sestaveny jednoduchým náhodným výběrem z příslušníků vybraného bojového útvaru armády. Po sběru, statistickém zpracování dat a jejich vyhodnocení jsme dospěli k následujícím závěrům:

Hodnota vnímaného pracovního stresu se u obou skupin pohybovala v průměru na úrovni střední zátěže. Mezi oběma soubory není signifikantní rozdíl.

Celková průměrná hodnota u všech dotazníků se pohybovala v rámci průměru pro běžnou populaci.

Hlavními stresory u bojových jednotek při výcviku „Nedostatečné sociální a existenční jistoty povolání“ a „Neuznávání role VZP veřejností“.

Hlavními stresory u bojových jednotek při nasazení v operaci jsou „Nedostatek času stráveného s rodinou“, „Pocit ohrožení zdraví, či života ve výkonu služby“ a „Přetíženost ve službě“.

Pro oba soubory platí, že se z hlediska celkového psychického stavu vzájemně neliší. Mezi oběma soubory není signifikantní rozdíl.

U obou souborů jsou všechny dimenze psychického stavu v rozmezí normy pro běžnou populaci, byť dimenze „PE“ a „A“ na horní hranici.

Oba soubory používají více pozitivní strategie copingu než negativní strategie.

U některých dimenzí negativních strategií copingu se oba výzkumné soubory pohybovaly mimo normu pro populaci. Oba soubory využívají negativní strategie signifikantně méně než populace.

Oba soubory se statisticky neliší ve vnímání míry pracovního stresu. Rozdíl mezi bojovou jednotkou při výcviku v republice a při nasazení v zahraničí v tomto ohledu není průkazný.

Bojová jednotka v misi má pozitivní signifikantní vztah mezi úrovní prožívaného pracovního stresu a mírou používání pozitivních copingových strategií. Čím vyšší stres, tím vyšší využití pozitivního copingu.

Pro oba soubory zvláště rovněž platí, že existuje signifikantní vztah mezi vnímaného pracovního stresu a celkovým psychickým stavem. To znamená, že čím je vyšší míra vnímání pracovního stresu, tím se zhoršuje celkový psychický stav.

Pro oba soubory platí, že čím je vyšší vnímání pracovního stresu, tím více jsou pociťovány subjektivní potíže.

U souboru bojových jednotek v misi byla prokázána souvislost mezi kvalitou psychického stavu a koeficientem BQ. Čím je horší celkový psychický stav, tím stoupá míra koeficientu BQ signalizujícím syndrom vyhoření.

U bojových jednotek v misi bylo zjištěno, že vnímání pracovního stresu statisticky souvisí s koeficientem BQ. Vyšší míra stresu má vliv na pocit psychické únavy směřující k vyhoření.

U obou souborů zvláště byla zjištěna negativní souvislost proměnné „Věk“ vůči celkové kvalitě psychického stavu. To znamená, že se narůstajícím věkem celkový psychický stav vojáků zlepšuje. Totéž bylo zjištěno pro proměnnou „počet misí“. Čím více absolvovaných misí, tím lepší psychický stav.

V této magisterské diplomové práci jsme naše úsilí zaměřili na oblast stresu u vojáků, příslušníků bojových jednotek Armády ČR. Porovnávali jsme příslušníky bojové jednotky v rámci výcviku v mírových podmínkách a bojové jednotky nasazené aktuálně v zahraniční operaci. Po detailnějším srovnání jsme došli k výsledkům, podle kterých můžeme nyní označit oblasti, ve kterých se naše výzkumné soubory liší a naopak, kde se shodují. V přesahu do praxe by mohl náš výzkum v budoucnosti nalézt své uplatnění v oblasti výcviku bojových jednotek na útvech AČR a také v neposlední řadě pro psychologickou práci, jak při službě na území republiky, tak během nasazení v operaci.

Seznam literatury:

- Atkinson, R. (2003). Psychologie. Praha: Portál.
- Balík, S. (2015). Vedení lidí v armádě. Vyškov: Vel. výcviku – Voj. Akademie.
- Baštecká, B. (2003). Klinická psychologie v praxi. Praha: Portál.
- Baštecká, B. et al. (2009). Aplikovaná psychologie. Praha: Portál.
- Baštecká, B., Goldmann, P. (2001). Základy klinické psychologie. Praha: Portál.
- Cakirpaloglu, P. (2013). Vybrané kapitoly psychologie osobnosti. Olomouc: Katedra psychologie UPOL.
- Čírtková, L. (2004). Policejní psychologie. Praha: Portál.
- Dziaková, O. (2009). Vojenská psychologie. Praha: Triton.
- Ellis, K. (2007). Preventing Soldier Suicide, Soldiers Magazine, April 3. 188-194.
- Gottvaldová, M. et al. (2004). Psychologická příprava vojenského profesionála. Vyškov: Ředitelství výcviku a doktrín.
- Gottvaldová, M., Znojilová, M. (2006). Obrana vojenského profesionála proti stresu. Vyškov: Ředitelství výcviku a doktrín.
- Grossman, (1996). On Killing. The Psychological Cost of Learning to Kill in War and Society. Boston: Back Bay Books.
- Hartl, P., Hartlová, H. (2010). Velký psychologický slovník. Praha: Portál.
- Hladký, A. (1993). Zdravotní účinky zátěže a stresu. Praha: Karolinum.
- Honzek, R. (2015). Stres u příslušníků bojových jednotek AČR. (Nepublikovaná bakalářská diplomová práce). Univerzita Palackého v Olomouci.
- Irmiš, F. (1996). Nauč se zvládat stres. Praha: Alternativa.
- Janke, W., Erdmannová, G. (2003). Strategie zvládnání stresu – SVF 78. Praha. Testcentrum.
- Kebza, V. (2005). Psychosociální determinanty zdraví. Praha: Academia.
- Křivohlavý, J. (1994). Jak zvládat stres. Praha: Grada Avicenum.
- Křivohlavý, J. (1998). Jak neztratit nadšení. Praha: Grada.
- Křivohlavý, J. (2001). Psychologie zdraví. Praha: Portál.
- Kutal, P. (2011). Copingové strategie u vojáků AČR (Nepublikovaná disertační práce). Univerzita Palackého v Olomouci.
- Machová, J., Kubátová, D. et al. (2009). Výchova ke zdraví. Praha: Grada.
- Majer, P. (2003). Armáda ČR a zahraniční mise. Praha: MO – Avis.

- Masaryk, T. (1925). Světová revoluce. Praha: Orbis.
- Matoušek, O. (2003). Pracovní stres a zdraví. Praha: Výzkumný ústav bezp. práce.
- Mikšík, O. (1993). SUPOS – 7. Praha: Heuréka Progress.
- Military Handbook (2008). The first 100 days (Appendix C: Coping With Stress in Operations). Fort Leavenworth: U.S. Army CALL
- Military Handbook (2008). Counter Insurgency. Fort Leavenworth. U.S. Army CALL.
- Ministerstvo obrany České republiky. (2001). Základní řád Ozbrojených sil České republiky. Zákl -1. Praha.
- Ministerstvo obrany České republiky. (2011). Bílá kniha o obraně. Praha: MO ČR. Odbor komunikace a propagace.
- Mlčák, Z. (2004). Psychologie zdraví a nemoci. Ostrava: OSU
- Mrkvička, J. (1971). Člověk v akci. Motivace lidského jednání. Praha: Avicenum.
- Nakonečný, M. (2000). Lidské emoce. Praha: Academia.
- Novotný, K. (1999). Podstata ochrany vojsk a význam psychologické a fyzické přípravy. Vojenský profesionál, 1999, 7-8-9, 10, 24 – 31.
- Olpin, M., Hesson, M. (2012). Stress Management for Life: A Research-based Experiential Approach. Belmont: Wadsworth Cengage Learning.
- Osokin, P. (2011). Zvládání stresu u příslušníků zahraniční vojenské mise (Nepublikovaná bakalářská diplomová práce). Univerzita Palackého v Olomouci.
- Pajer, J. et al. (2014). Armáda České republiky. Symbol demokracie a suverenity. Praha: MO ČR – VHÚ.
- Paulík, K. (2010). Psychologie lidské odolnosti. Praha: Grada Publishing.
- Pavlica, K. et al. (1985). Základy vojenské psychologie. Praha. Naše vojsko.
- Pierson, D. (1999). Natural Killers. Turning of the Battle. Military Review, May – July.
- Pišl, V. (2013). Trauma. Jak se zapíše do mozku obětí. Psychologie dnes, 4.15-21.
- Pospíšilová, J. (2013). Stres u vojenského leteckého personálu vrtulníkové základny (Nepublikovaná magisterská diplomová práce). Univerzita Palackého v Olomouci.
- Praško, J. et al. (2003). Poruchy osobnosti. Praha: Portál.
- Rak, T. et al. (2008). Zkušenosti z operací. Prvních sto dní v operacích. Vyškov: Ředitelství výcviku a doktrín.
- Rak, T. et al. (2009). Příručka vojáka AČR. Vyškov: Ředitelství výcviku a doktrín.
- Reiterová, E. (2004). Statistické metody. Univerzita Palackého v Olomouci. Olomouc.
- Ředitelství výcviku a doktrín. (2004). Psychologická příprava vojenského profesionála. Vyškov.

- Selye, H. (1966). Život a stres. Bratislava: Obzor.
- Smékal, V. (2012). Pozvání do psychologie osobnosti. Brno: Barrister a Principal.
- Stehlík, E., Vaňourek M. (2014). Moravská brigáda. Mohelnice: Nakladatelství Vaňourek.
- Šnejdárk, J. (2015). Co jsem prožil. Zvolen: Their Ways s.r.o.
- Timko, J. (1986). Voják v psychické zátěži. Praha: Naše vojsko
- Vágnerová, M. (2004). Psychopatologie pro pomáhající profese: Portál.
- Vymětal, Š. (2009). Krizová komunikace a komunikace rizika. Praha: Grada.

Elektronické zdroje:

Gaskin, T. A. (2012). Combat Operational Stress Control. Prevention, Recognition and Early Interview for Combat Operational Stress at the Unit Level.

Dostupné 15.1.2017 na internetu:

<http://www.marsoc.marines.mil/Unit-Home/Personal-Family-Readiness/COSC/>

Haladová, O. (2010). Vzali by vás za vojáka?

Dostupné 15.1.2017 na internetu:

<http://www.mocr.army.cz/informacni-servis/zpravodajstvi/vzali-by-vas-za-vojaka---37228/>

Landa, P. (2012). CASRI.

Dostupné 20.1.2017 na internetu:

<http://www.mocr.army.cz/scripts/detail.php?id=13400>

Ministerstvo Obrany. (2017). Vývoj počtů osob v resortu MO v letech 1992 – 2015.

Dostupné 15. 1. 2017 na internetu:

<http://www.mocr.army.cz/dokumenty-a-legislativa/fakta/vyvoj-skutecnych-poctu-osob-v-rezortu-mo-cr-v-letech-2011---1993-51566/>

Ministerstvo Obrany. (2017). Aktuální mise.

Dostupné 20.1.2017 na internetu: <http://www.mise.army.cz/aktualni-mise/default.htm>

Steenkamp, M., Litz, B., Hoge, C. (2015). Psychotherapy for Military-Related PTSD: A Review of Randomized Clinical Trials. JAMA, August, 4.

Dostupné 20.1.2017 na internetu: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26241600>

Stehlík, M. et al. (2012). Výběr a příprava vojáků v armádách NATO. Recenzovaný časopis doktríny. 1/2012. Dostupné 20.1.2017 na internetu:

http://doctrine.vavyskov.cz/_casopis/2012_1/2012_1r_4c.html

Přílohy

Příloha 1: Zadání bakalářské diplomové práce

Příloha 2: Český a cizojazyčný abstrakt diplomové práce

Příloha 3: Inventář pracovního stresu Spielberger (IPSS)

Příloha 4: Data BJ - výcvik

Příloha 5: Data BJ- mise

Příloha 1: Zadání bakalářské diplomové práce

Univerzita Palackého v Olomouci
Filozofická fakulta

Akademický rok: 2015/2016

Studijní program: Psychologie
Forma: Kombinovaná

Obor/komb.: Psychologie (PSYN)

PODKLAD PRO ZADÁNÍ MAGISTERSKÉ DIPLOMOVÉ PRÁCE

PŘEDKLÁDÁ:	ADRESA:	OSOBNÍ ČÍSLO:
Radovan Honzek, Mgr., Bc.	Struhlovsko 1405, Hranice-Město, 75301	F 150129

NÁZEV TÉMATU ČESKY: Stres a jeho zvládnání u účastníků zahraniční vojenské mise

NÁZEV TÉMATU ANGLICKY: Stress Management Among the Members of Foreign Military Mission.

VEDOUCÍ PRÁCE: doc. PhDr. Zdeněk Vtípil, CSc.

ZÁSADY PRO VYPRACOVÁNÍ:

Spec. zaměření: K podmínkám života a práce vojáka v zahraniční misi; Příprava vojáků na misi, odborné, zdravotní a psychologické požadavky; Stres a jeho zvládnání, základní teoretická východiska, determinanty stresu, možnosti zvládnání; Syndrom vyhoření, základní pojetí, příčiny; Prožívání a jeho projevy v chování a jednání vojáka v bojových podmínkách.

Cíle: a) Profil souboru z hlediska stresorů; b) Profil souboru z hlediska dimenzí zvládnání stresu; c) Profil souboru z hlediska míry vyhoření; d) Profil souboru z hlediska dimenzí kvality psychického stavu; e) Vybrané koreláty hlavních psychologických proměnných; f) Vybrané koreláty hlavních psychologických a sociodemografických proměnných; g) Event. komparace výsledků šetření s podobnými výzkumy a jejich výstupy v tuzemsku.

Metodika: IPSS Spielberg (Vtípil); SVF 78; BM-Křivohlavý; SUPOS-Mikšik.

Zkoumaný soubor: Cca 50 respondentů.

Formální parametry práce: Kolařík, M. et al. (2015).

Poznámka: Zachovat anonymitu souboru z hlediska místa a státu působení a také z hlediska organizační identifikace.

SEZNAM DOPORUČENÉ LITERATURY:

- Dziaková, O. (2009). Vojenská psychologie. Praha: Triton.
Gottvaldová, M. et al. (2004). Psychologická příprava vojenského profesionála. Vyškov: ŘVaV
Hladký, A. (1993). Zdravotní účinky zátěže a stresu. Praha: Karolinum.
Irmíš, F. (1996). Nauč se zvládat stres. Praha: Alternativa.
Kalwass, A. (2007). Syndrom vyhoření v práci i osobním životě. Praha: Portál.
Kolařík, M. et al. (2015). Manuál pro psaní diplomových prací na Katedře psychologie FF UP Olomouc. Olomouc: FF UP.
Křivohlavý, J. (1994). Jak zvládat stres. Praha: Grada avicenum.
Křivohlavý, J. (2001). Psychologie zdraví. Praha: Portál.
Paulík, K. (2010). Psychologie lidské odolnosti. Praha: Grada Publishing.
Reiterová, E. (2004). Statistické metody. Univerzita Palackého v Olomouci. Olomouc.
Selye, H. (1966). Život a stres. Bratislava: Obzor.
Vágnerová, M. (2004). Psychopatologie pro pomáhající profese: Portál.
Vymětal, Š. (2009). Krizová komunikace a komunikace rizika. Praha: Grada.

PODPIS STUDENTA:

R. Honzek

DATUM:

19.11. 2015

PODPIS VEDOUCÍHO PRÁCE:

Zdeněk Vtípil

DATUM:

17/11/2015

Příloha 2: Český a cizojazyčný abstrakt diplomové práce

Vysoká škola: **Palackého univerzita Olomouc**

Fakulta: **Filozofická**

Katedra: **Psychologie**

Školní rok: **2016/2017**

ABSTRAKT MAGISTERSKÉ DIPLOMOVÉ PRÁCE

Název práce: : Stres a jeho zvládání u příslušníků zahraniční vojenské mise

Autor práce: Mgr. Bc. Radovan Honzek

Vedoucí práce: Doc. PhDr. Zdeněk Vtípil, CSc.

Počet stran a znaků: 113, 204.770

Počet příloh: 5

Počet titulů použité literatury: 62

Abstrakt (800–1200 zn.):

Magisterská diplomová práce se zabývá problematikou pracovního stresu u příslušníků bojové jednotky Armády České republiky při nasazení v zahraniční operaci. V rámci výzkumu jsme srovnávali dva soubory. První soubor tvoří příslušníci bojové jednotky, kteří byli zkoumáni v rámci dřívějšího výzkumu (2014). Tento soubor je srovnáván se souborem vojáků nasazených aktuálně v zahraniční misi. Tyto oba výzkumné soubory byly následně porovnány navzájem i vůči normě pro běžnou populaci. Cílem bylo určit, jaké faktory stresu příslušníků bojových jednotek převažují. Poté jsme zkoumali profily dimenzí psychického stavu a profily strategií zvládání stresu a zároveň jsme provedli komparaci souborů v jednotlivých dimenzích a převažujících faktorech stresu. Dále jsme oba soubory porovnávali s normou. Jako další cíl jsme si vytýčili najít určité souvislosti mezi celkovým vnímáním pracovního stresu, aktuálním psychickým stavem, volbou konkrétních copingových strategií zvládání stresu, pocitem psychické únavy a vyčerpání, věkem a délkou služby v armádě. Základní teorie, které se týkají stresu, strategií zvládání (angl. Coping) a syndromu vyhoření jsme popsali v teoretické části. Také jsme popsali výběr a požadavky na vojáka určeného do zahraniční mise. V rámci výzkumu jsme použili sběr dat pomoci dotazníků. Každý dotazník byl po vyhodnocení naměřených hodnot srovnán s normami pro běžnou populaci. Také jsme provedli komparace u obou souborů a korelace v rámci jednotlivých dimenzí. Použili jsme dotazníky IPSS, SUPOS – 7, BM a SVF 78.

Klíčová slova:

Psychická zátěž, Stres, stresor, coping, strategie zvládání stresu, syndrom vyhoření, bojové jednotky

University: **Palacký University in Olomouc**

Faculty: **Philosophical**

Department: **Psychology**

Year: **2016/2017**

ABSTRACT OF Master THESIS

Title: The Stress Management Among The Members Of Foreign Military Mission

Author: Mgr. Bc. Radovan Honzek

Supervisor: Doc. PhDr. Zdeněk Vtípil, CSc.

Numberofpages and characters: 113, 204.770

Numberofappendices: 5

Numberofreferences: 62

Abstract:

The Master Thesis discusses the issue of work-related stress in combat troops of the Czech Armed Forces when deployed in a foreign operation. The research compares two groups. The first one is composed of combat troops who had been studied previously (2014). This group is compared with a group of troops currently deployed in a foreign mission. Both of these groups are then compared with one another, as well as the norm in common populace. The objective was to find out what stress factors prevail in combat troops. Consequently, we studied the profiles of dimensions of mental state and also profiles of coping with stress strategies. At the same time, we carried out a comparison of the groups in given dimensions and prevailing stress factors. Furthermore, we compared both of the groups with the norm. Another objective we set was finding certain links between the over-all work-related stress perception, current mental state, choice of coping strategies, perception of mental tiredness and exhaustion, age and the duration of military service. The basic theories dealing with stress, coping strategies and burn-out syndrome are discussed in the theoretical part. We also included the selection process and requirements relevant to a soldier chosen for foreign mission deployment. The research was carried out in the form of questionnaire data collection. Each questionnaire and the evaluation of the data in it was compared with the norms relevant to the common populace. We also performed comparisons in both groups and correlations in given dimensions. Questionnaires IPSS, SUPOS – 7, BM a SVF 78 were used.

Key words:

Psychological stress, stress, stressor, coping, coping strategies, burn-out syndrome, combat troops.

Příloha 3: Inventář pracovního stresu Spielberger (IPSS)

IPSS

INVENTÁŘ PRACOVNÍHO STRESU

(Modifikace pro VZP)

Pracovní stres může mít významný vliv na životy zaměstnanců a jejich rodin. Účinek stresujících pracovních činností a jejich podmínek je ovlivněn jak mírou stresu, tak i jeho frekvencí v čase.

Účelem tohoto přehledu je zjistit Vaše vnímání významných zdrojů stresu ve Vaší práci. Přehled obsahuje 27 tvrzení popisujících činnosti a podmínky spjaté s prací **VZP**

Posuzování jednotlivých položek založte na Vaší osobní zkušenosti, stejně jako i na tom, co jste pozoroval(a) u ostatních kolegů. Průměrné stresující činnosti a podmínky označujte číslem 5.

STRESUJÍCÍ PRACOVNÍ ČINNOSTI NEBO PODMÍNKY		MÍRA STRESU								
		nízká			střední			vysoká		
1.	Přidělení nepříjemných povinností	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2.	Nedostatečné materiální či technické zabezpečení výkonu služby	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3.	Neodpovídající služební příjem	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4.	Nedokonalá organizace výkonu služby	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5.	Obavy z nejasné situace při zásahu	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6.	Nadměrné trávení času na výcviku	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7.	Nepříznivé pracovní prostředí (hluk, změny teploty, klimatických podmínek atd.)	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8.	Snížené možnosti funkčního postupu	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9.	Neodpovídající způsob jednání ze strany nadřízených	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10.	Nedostatek času tráveného s rodinou	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11.	Neuznávání role <u>VZP</u> veřejností	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12.	Narušené mezilidské vztahy mezi <u>VZP</u>	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13.	Odborné chybování nadřízených	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14.	Očekávání výskytu traumatizujících událostí při zásahu	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15.	Nedokonalé předpisy pro výkon služby	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16.	Neobjektivní posuzování vykonané práce	1	2	3	4	5	6	7	8	9
17.	Nedostačující počet <u>VZP</u> ve službě pro odpovídající zvládnutí úkolů	1	2	3	4	5	6	7	8	9
18.	Strach ze selhání při zásahu	1	2	3	4	5	6	7	8	9
19.	Nedostatek času na děláni důležitých rozhodnutí	1	2	3	4	5	6	7	8	9
20.	Nesprávně orientovaný výcvik a vzdělávání <u>VZP</u>	1	2	3	4	5	6	7	8	9
21.	Nedostatečné sociální a existenční jistoty povolání	1	2	3	4	5	6	7	8	9
22.	Nedostatečná oprávnění <u>VZP</u> samostatně rozhodovat	1	2	3	4	5	6	7	8	9
23.	Nezájem nadřízených podílet se na řešení pracovních problémů	1	2	3	4	5	6	7	8	9
24.	Pocit ohrožení zdraví či života ve výkonu služby	1	2	3	4	5	6	7	8	9
25.	Nejasná perspektiva profesního růstu a služebního zařazení	1	2	3	4	5	6	7	8	9
26.	Nedostatek času k osobní přípravě do zaměstnání	1	2	3	4	5	6	7	8	9
27.	Nedostatek individuálního přístupu nadřízených k podřízeným	1	2	3	4	5	6	7	8	9

Věk.....

Stav: svobodný ženatý rozvedený vdovec (zatrhněte správnou odpověď)

Pracovní zařazení.....

Vzdělání.....

Délka praxe u AČR

Dnešní datum.....

IPSS: Inventář pracovního stresu Spielberger. Modifikace pro povolání VZP (Z. Vtipil, KP FF UP Olomouc 2012).
Autor původní verze: Spielberger, C.D. University of South Florida. Autoři české verze: H. Knotková, F. Man, Praha 2000.

VT 12/2012

Příloha 4: Data výzkum BJ - výcvik

Bakalářská práce 2015														SVF 78																									
pořadové číslo	Sociodemografická data										SUPOS 7 PC										SVF 78																		
	jedn.	vkř	poř	rod.st.	dědi.st.	př.mize	funkce	vzděl.	IPSS suma	PE	A	O	N	U	D	S	sub.pot	součet	SUPOS	POZ1	POZ2	POZ3	POZ	Poohod	OdmVin	Odklon	NahrUsz	KonstR	KonReal	PosSebe	ForSocIQ	VyhysSe	UnikTer	Persev	Resig	Sebeobv	NEG		
3	1	25	1	1	5	0	2	1	56	8	8	3	3	0	0	1	1	23	15	8,00	1,50	9,00	6,57	14,00	2,00	0,00	3,00	9,00	11,00	7,00	8,00	18,00	0,00	0,00	0,00	2,00	1,00		
4	1	24	1	1	3	0	2	2	109	8	6	2	2	3	1	0	0	22	18	15,50	14,50	18,50	16,40	14,00	17,00	16,00	13,00	20,00	16,00	19,00	21,00	23,00	9,00	5,00	6,00	9,00	7,25		
6	1	35	1	2	6	0	2	1	37	11	9	0	0	0	0	0	0	20	4	24,00	16,00	21,30	20,57	24,00	24,00	8,00	24,00	24,00	16,00	24,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
7	1	24	2	1	6	0	1	3	110	8	6	1	4	3	4	4	8	30	26	9,00	18,50	17,00	15,14	6,00	12,00	17,00	20,00	15,00	17,00	19,00	19,00	13,00	7,00	6,00	8,00	7,00	7,00		
8	1	25	1	1	6	0	2	2	90	8	5	3	4	2	3	5	4	27	25	7,50	2,00	10,60	7,28	10,00	5,00	4,00	0,00	15,00	10,00	9,00	9,00	8,00	2,00	6,00	2,00	9,00	4,45		
9	1	26	1	1	7	2	1	2	50	10	11	1	3	1	0	0	0	26	8	14,00	7,50	22,00	15,57	17,00	11,00	9,00	6,00	21,00	21,00	34,00	12,00	7,00	5,00	5,00	3,00	3,00	4,00	4,00	
10	1	29	1	2	8	1	2	2	130	8	6	3	3	3	2	1	4	26	22	13,50	13,00	19,30	18,85	13,00	14,00	12,00	14,00	21,00	18,00	19,00	19,00	16,00	9,00	14,00	6,00	6,00	8,75		
11	1	24	1	1	2	0	2	2	87	8	8	5	4	9	2	2	4	32	24	13,00	10,50	18,00	14,40	17,00	9,00	10,00	11,00	19,00	17,00	18,00	19,00	14,00	6,00	13,00	7,00	8,00	8,50		
12	1	25	1	1	5	0	1	3	66	8	8	3	4	5	3	2	3	33	25	17,50	14,00	20,60	17,85	19,00	16,00	15,00	13,00	20,00	21,00	21,00	14,00	10,00	6,00	5,00	2,00	3,00	4,00		
13	1	28	1	1	9	0	2	2	95	9	6	1	4	2	3	1	3	26	20	17,00	9,00	14,30	13,57	17,00	17,00	8,00	10,00	13,00	15,00	15,00	7,00	14,00	8,00	5,00	9,00	6,00	7,00	7,00	
14	1	37	1	2	12	3	1	2	44	9	7	2	1	0	1	0	3	20	12	9,00	3,50	12,00	8,70	18,00	0,00	4,00	3,00	16,00	9,00	11,00	3,00	4,00	3,00	1,00	0,00	0,00	1,00	1,00	
15	1	22	1	1	3	0	1	2	56	8	7	1	1	1	1	0	2	19	13	10,50	6,50	13,33	10,05	13,00	8,00	11,00	2,00	19,00	10,00	11,00	4,00	13,00	2,00	5,00	1,00	5,00	3,25		
16	1	30	1	2	7	1	1	2	62	9	9	2	1	0	2	0	4	23	11	12,50	11,00	21,60	16,00	17,00	8,00	13,00	9,00	23,00	20,00	22,00	7,00	16,00	6,00	3,00	3,00	8,00	5,00		
17	1	26	1	1	2	0	2	2	91	8	8	0	0	0	0	2	16	8	19,50	5,50	15,00	13,57	22,00	17,00	7,00	4,00	16,00	17,00	12,00	9,00	13,00	5,00	6,00	6,00	3,00	5,00	5,00		
18	1	26	1	1	7	0	1	3	49	9	8	3	1	0	1	0	1	22	12	15,00	2,50	18,30	12,84	16,00	14,00	5,00	0,00	22,00	15,00	18,00	11,00	14,00	7,00	3,00	1,00	1,00	3,00	3,75	
19	1	25	1	1	6	0	1	3	85	8	9	3	4	3	5	0	0	32	22	12,00	6,00	19,30	13,40	18,00	6,00	8,00	4,00	18,00	20,00	20,00	8,00	9,00	3,00	1,00	3,00	8,00	3,75		
20	1	28	1	1	5	0	2	2	74	9	8	2	3	2	1	0	3	25	15	23,50	15,00	18,00	18,70	24,00	23,00	23,00	7,00	11,00	19,00	24,00	4,00	15,00	1,00	1,00	0,00	0,00	0,50	0,50	
21	1	25	1	1	6	0	2	2	95	6	4	3	5	2	27	2	6	13	31	13,00	5,50	12,00	9,14	12,00	14,00	9,00	2,00	10,00	9,00	8,00	1,00	13,00	4,00	1,00	7,00	6,00	4,50	4,50	
22	1	23	1	1	3	0	2	1	76	9	11	2	3	1	1	0	4	27	11	11,00	13,50	15,30	13,50	18,00	4,00	16,00	11,00	18,00	17,00	11,00	3,00	16,00	8,00	5,00	4,00	7,00	3,50	3,50	
23	1	29	1	1	7	1	2	1	105	8	8	4	3	2	2	2	2	29	21	13,00	12,00	15,00	13,40	12,00	14,00	13,00	11,00	15,00	16,00	14,00	13,00	10,00	6,00	5,00	3,00	9,00	5,70	5,70	
24	1	30	1	1	9	0	1	2	27	12	9	4	1	0	0	1	26	8	11,50	9,00	8,28	22,00	1,00	8,00	10,00	11,00	6,00	7,00	11,00	3,00	3,00	1,00	3,00	1,00	2,00	1,00	2,00	2,00	
25	1	36	1	2	7	2	1	1	124	8	8	3	4	2	4	1	3	30	22	12,50	7,00	17,30	13,00	16,00	9,00	10,00	4,00	16,00	18,00	18,00	16,00	2,00	4,00	0,00	2,00	8,00	3,50	3,50	
26	1	35	1	2	9	2	1	2	80	8	6	2	3	2	2	0	4	23	19	7,50	10,50	18,30	13,00	9,00	6,00	10,00	1,00	17,00	17,00	21,00	16,00	11,00	5,00	6,00	7,00	8,00	6,50	6,50	
27	1	27	1	2	5	0	2	2	135	4	4	4	6	6	5	6	0	36	42	8,00	16,50	13,00	12,50	9,00	7,00	17,00	16,00	13,00	13,00	13,00	18,00	14,00	10,00	17,00	8,00	15,00	12,50	12,50	
28	1	36	1	1	18	4	2	2	51	8	8	0	0	0	0	2	16	8	16,50	12,00	18,00	18,00	18,00	15,00	12,00	12,00	18,00	15,00	20,00	13,00	10,00	4,00	6,00	3,00	5,00	4,50	4,50		
29	1	25	1	2	5	0	2	2	93	8	8	4	4	1	3	2	4	30	22	11,50	6,50	16,30	12,14	14,00	9,00	6,00	7,00	18,00	13,00	18,00	8,00	10,00	1,00	0,00	1,00	2,00	1,00	1,00	
30	1	23	1	1	2	0	2	2	129	10	10	5	4	2	4	1	0	36	20	10,00	10,00	22,60	15,40	11,00	9,00	12,00	8,00	24,00	21,00	21,00	10,00	6,00	12,00	1,00	10,00	10,00	7,25	7,25	
31	1	30	1	1	8	1	1	1	117	9	7	3	3	2	3	1	0	28	20	9,00	9,00	15,30	11,70	9,00	9,00	13,00	5,00	17,00	14,00	15,00	15,00	11,00	5,00	5,00	5,00	6,50	6,50		
32	1	27	1	1	6	0	2	2	144	7	8	7	5	5	4	4	5	40	34	12,00	12,00	15,00	13,40	11,00	13,00	11,00	13,00	17,00	14,00	15,00	16,00	10,00	7,00	17,00	6,00	11,00	10,00	10,00	
33	1	23	1	1	2	0	2	2	52	10	7	2	2	2	3	2	1	27	17	10,50	10,50	17,30	15,00	11,00	10,00	13,00	9,00	18,00	16,00	18,00	11,00	15,00	5,00	13,00	3,00	8,00	7,25	7,25	
34	1	22	1	1	2	0	2	2	87	8	8	4	5	5	3	5	4	35	27	15,00	8,20	16,14	21,00	10,00	10,00	10,00	6,00	19,00	23,00	24,00	10,00	16,00	8,00	9,00	13,00	8,00	9,00	15,00	15,00
35	1	33	1	2	8	2	1	2	94	12	10	0	0	0	0	0	1	22	2	12,50	7,50	17,30	13,14	17,00	8,00	12,00	3,00	18,00	15,00	19,00	2,00	0,00	0,00	0,00	1,00	0,00	0,25	0,25	
36	1	22	1	1	3	0	2	2	64	3	6	4	7	6	3	2	5	31	37	22,00	20,50	23,60	22,28	24,00	20,00	20,00	21,00	24,00	23,00	24,00	5,00	15,00	12,00	9,00	5,00	4,00	7,50	7,50	
37	1	29	1	2	9	2	1	2	121	8	7	3	2	2	3	1	7	26	20	15,50	8,50	16,00	13,70	11,00	13,00	10,00	7,00	17,00	17,00	14,00	6,00	17,00	7,00	3,00	6,00	7,00	5,10	5,10	
38	1	29	1	1	6	0	2	2	115	8	8	2	4	2	3	3	4	30	22	10,00	16,00	13,70	11,00	11,00	9,00	13,00	15,00	17,00	15,00	16,00	16,00	12,00	6,00	5,00	5,00	3,00	4,75	4,75	
39	1	26	1	2	6	0	2	1	88	8	9	2	3	1	2	1	5	26	16	15,50	10,00	17,00	14,00	15,00	9,00	12,00	8,00	18,00	17,00	16,00	20,00	17,00	6,00	4,00	2,00	9,00	5,20	5,20	
40	1	25	1	1	1	0	2	3	108	11	7	2	3	2	0	0	1	23	11	14,00	12,00	18,20	15,20	15,00	13,00	15,00	9,00	20,00	18,00	17,00	14,00	11,00	6,00	13,00	5,00	10,00	8,50	8,50	
41	1	25	1	1	3	0	2	2	164	8	5	2	2	3	3	0	5	23	23	14,50	10,50	17,60	14,40	16,00	13,00	11,00	10,00	18,00	17,00	16,00	11,00	13,00	5,00	6,00	4,00	3,00	4,75	4,75	
42	1	33	1	1	10	3	1	2	42	12	9	0	0	0	0	0	1	21	9</																				

