

---

---

*Recenzovaný článek*

---

---

## Psychická zátěž na zahraničních operacích z pohledu českých vojáků

### Mental Strain of Foreign Operations as Viewed by Czech Soldiers

Adéla Kunčová, Alena Kajanová

#### Abstrakt

Příspěvek se zabývá psychickou zátěží tak, jak ji subjektivně vnímají čeští vojáci a jejich rodiny v průběhu zahraničních misí a po návratu z nich a dále seznamuje s nutnou přípravou vojáka a jeho rodiny na tuto zátěž. Výzkumná část byla zpracována na základě devíti hloubkových rozhovorů s vojáky s různou zkušeností se zahraničními operacemi. Data byla analyzována metodou zakotvené teorie. Výsledky ukázaly, že účast na operacích je hodnocena převážně pozitivně, především díky profesnímu rozvoji. Operace přináší specifické stresory, kde kromě kritických situací působí především stres spojený s odloučením od rodiny a ponorková nemoc. Tyto stresory zvládají vojáci díky kontaktu s rodinou, dobrému kolektivu, volnočasovým aktivitám a podpoře v podobě kaplana či psychologa. Po operaci se velmi různí doba adaptační fáze. V ní se objevuje problém znovunavázat kontakt s dětmi, adaptace na rutinní život a také závist okolí, kterou považují vojáci za „české specifikum“ spojované s malou pozitivní propagací AČR.

#### Abstract

The article deals with the mental strain, as subjectively perceived by Czech soldiers and their families in the course of and after return from international missions. The research part was processed based on nine in-depth interviews with soldiers with different experiences from foreign missions. The data were processed with the help of grounded theory. The results showed that the involvement in missions is mainly positively assessed, primarily thanks to professional development. The operations bring specific stressors; additionally to critical situations, there is primarily the stress related to separation from the family and the cabin fever. The soldiers cope with the stressors thanks to the contact with their families, thanks to a good team, leisure time activities and support from the chaplain or the psychologist. The duration of the adaptation stage after the mission varies very much. It includes problems with restoring contact with the children and adapting to routine life, as well as the envy of surrounding people, considered by the soldiers a „Czech particularity“, caused by low positive publicity of the Czech army.

**Klíčová slova:** Zahraniční operace; psychická zátěž; Armáda České republiky; adaptace.

**Keywords:** Foreign operation; mental strain; Armed Forces of the Czech Republic; adaptation.

## ÚVOD

Zahraníční operace jsou z finančního, personálního, materiálního i organizačního hlediska jednou z nejnáročnějších a nejnámennějších aktivit Armády České republiky (dále jen AČR). Operace jsou ale také zdrojem zátěžových a stresových situací, které mohou mít za následek vznik psychických obtíží, ale i obtíže spojené s návratem zpět domů a adaptací na běžný režim. Často je nutné se z počátku s nebývalým nárůstem stresových situací a zvýšenou zátěží organismu vyrovnat, to samé při návratu domů.

Tyto potíže často sdílí i rodiny vojáků. V našem článku se zaměřujeme na subjektivní prožívání adaptace vojáka a jeho rodiny po prožití zahraniční operace. Respondenti se většinou účastnili více typů misí, vždy ale operace mírové.

## 1 ZAHRANIČNÍ OPERACE Z POHLEDU PSYCHICKÉ ZÁTĚŽE

Spoluúčast českých vojenských kontingentů především v mírových zahraničních operacích se datuje od roku 1990, kdy protichemická jednotka působila v oblasti Perského zálivu.<sup>1</sup> Od té doby se naši vojáci do roku 2006 zúčastnili cca 40 zahraničních operací. Do roku 1994 byli vojáci do operací vysíláni na základě rezoluce Rady bezpečnosti OSN<sup>2</sup>, v letech 1994–1999 na základě tzv. Partnerství pro mír.<sup>3</sup> Od roku 1999, po vstupu České republiky do Severoatlantické aliance, se jednotky AČR účastní zahraničních operací nejčastěji pod záštitou NATO, dále také pod vedením Evropské unie, OSN, Organizace pro bezpečnost a spolupráci v Evropě nebo dle jiných koalic.<sup>4</sup> Plánování o vyslání sil do zahraničních operací se uskutečňuje na základě rozhodnutí ministra obrany. Návrh schvaluje vláda ČR a následně obě komory Parlamentu.<sup>5</sup> Zahraniční operace rozdělujeme dle hlavního zaměření na bojové operace, protipovstalecké operace, operace na podporu míru a vojenské mírové nasazení.<sup>6</sup> K největším operacím patřila Mise SFOR (Stabilization

1 MINISTERSTVO OBRANY. Čeští vojáci v zahraničí [online]. 2007 [cit. 2018-08-08]. Dostupné z: <http://www.mise.army.cz/historie-misi/1990/cesti-vojaci-v-zahranici-2006-201478/>

2 ROUŠAR, J. *Ceští vojáci v Bosně a Hercegovině v mírových operacích pod vedením NATO*. Prague: Ministry of Defence of the Czech Republic – Military Information and Service Agency (AVIS), 2002. 101 s. ISBN 80-7278-156-1.

3 PROCHÁZKA, J. *10 years of the Czech Republic's membership in NATO*. Praha: Ministry of Defence of the Czech Republic, MoD Presentation and Information Center, 2009. 127 p. ISBN 978-80-7278-492-9.

4 KARAFFA, V., M. BALABÁN a A. RAŠEK, Vývoj bezpečnostní politiky a strategie ČR v období 1990-2009. *Vojenské rozhledy*. 2009, 18 (4), 5-22. ISSN 1210-3292

5 MINISTERSTVO OBRANY. Nasazení sil a prostředků rezortu ministerstva obrany do zahraničních operací. Praha, 2014. 39-35/2014-SOC MO. 160 s.

6 MINISTERSTVO OBRANY. *Pozemní síly v operacích*. Vyškov: Odbor doktrín VeV-VA. 2011. 294 s.

Force) v Bosně a Hercegovině<sup>7</sup>, operace KFOR (Kosovo Force) a mírová operace ISAF (International Security Assistance Force) v Afghánistánu.<sup>8</sup>

Motivace vojáků k účasti na zahraniční operaci zahrnuje především profesní důvody (potřeba získat nové zkušenosti a uplatnit stávající znalosti) motivace přispět k dobrému jménu AČR a snaha pomoci lidem v místě nasazení<sup>9</sup>. Finanční důvody účasti na zahraniční operaci jsou pro účastníky až sekundární.<sup>10</sup> Po podání žádosti a pohovoru musí voják prokázat stanovené předpoklady, včetně předpokladů odborných, zdravotních i psychologických.<sup>11</sup> Následuje tělesná a psychologická příprava. Psychologická příprava se snaží vojáka přichystat na krajní zátěžové situace a pracuje i s emocionálními reakcemi.<sup>12</sup> Velice důležité je i „umění“ zvládnání stresu. Tento proces je velice složitý komplex událostí, které se snaží řešit podstatu problému čili odstranit působící stresor<sup>13</sup>. Též se snaží vyrovnat s působícími emocemi, které doprovázejí stresovou reakci.<sup>14</sup> Existují různé způsoby zvládnání stresu. Mezi ty žádoucí patří akční strategie jako navázání sociálního kontaktu a další různé činnosti směřující ke změně či odstranění zátěžové situace. Existují též intrapsychické způsoby zvládnání stresu jako například vnímání, motivačně emoční stavy, přehodnocení stresové situace a podobně.<sup>15</sup>

Péče o rodinu před výjezdem do operace je neméně důležitá. V rámci péče o rodinu existuje tzv. komise pro rodinu, ve které jsou zastoupeni představitelé kontingentu, který bude vyslán do operace.<sup>16</sup> Komise pro rodinu je institutem, který má cíl poskytovat sociální oporu vojákům a jejich rodinným příslušníkům v době, kdy jsou vojáci vysláni na zahraniční operace. Komise funguje od roku 2006 a jejím vedoucím je většinou zástupce velitele útvaru, dalšími členy pak jsou psycholog útvaru, kaplan a případně další příslušníci útvaru. Operátoři mají na starost udržování pravidelného kontaktu rodinných příslušníků s vojáky. Jsou rovněž organizována setkání rodinných příslušníků, kde pří-

7 ROUŠAR, J. *Čeští vojáci v Bosně a Hercegovině v mírových operacích pod vedením NATO*. Prague: Ministry of Defence of the Czech Republic – Military Information and Service Agency (AVIS), 2002. 101 s. ISBN 80-7278-156-1.

8 PROCHÁZKA, J. *10 years of the Czech Republic's membership in NATO*. Praha: Ministry of Defence of the Czech Republic, MoD Presentation and Information Center, 2009. 127 p. ISBN 978-80-7278-492-9.

9 BALLOVÁ, N. Výzkum „Armáda a veřejnost“. *Vojenské rozhledy*. 2010, 19 (1), 206–213. ISSN 1210-3292.

10 LAŠTOVKOVÁ, J., BERNARDOVÁ, K. Proč Afghánistán? Profesionalita, peníze, nebo ideály? *Vojenské rozhledy*. 2014, 23 (4), 40-50. ISSN 1210-3292.

11 MINISTERSTVO OBRANY. Nasazení sil a prostředků rezortu ministerstva obrany do zahraničních operací. Praha, 2014. 39-35/2014-SOC MO. 160 s.

12 DZIAKOVÁ, O. *Vojenská psychologie*. Praha: Triton, 2009. 544 s. ISBN 978-80-7387-156-7.

13 MARNOCHA S. Military Wives' Transition and Coping: Deployment and the Return Home. *ISRN Nursing*. 2012; 2012:798342. doi:10.5402/2012/798342.

14 PADDEN D.L., R.A. CONNORS a J. G. AGAXIO. Stress, coping, and well-being in military spouses during deployment separation. *Western Journal of Nursing Research*. 2010;33(2):247–267. <http://wjn.sagepub.com/content/early/2010/07/15/0193945910371319>.

15 PAULÍK, K. *Psychologie lidské odolnosti*. Praha: Grada, 2010. ISBN 978-80-247-2959-6.

16 OPERAČNÍ PSYCHOLOGIE AČR. Zahraniční operace [online]. 2014. [cit. 2016-08-25]. Dostupné z: <http://www.psychologove.army.cz/zahranicni-operace>.

slušníci komise informují rodiny o situaci v místě působení vojáků, ale také je připravují na návrat vojáků zpět.

O duševní a duchovní stav vojáka nebo rodiny před výjezdem do operace nebo v kteroukoliv dobu v průběhu se může postarat také kaplan. Pokud má voják zájem, může využít pomoci Duchovní služby.<sup>17</sup>

Podle Dziakové<sup>18</sup> kopírují specifika psychické zátěže následující fáze operace. Adaptační fáze trvá jeden až šest týdnů. Voják si musí zvyknout na nový kolektiv, kulturu i specifika chodu celého kontingentu. Nejvíce negativně je hodnocený nedostatek soukromí.<sup>19</sup> Maladaptace může způsobit psychické a sociální problémy, rizikové chování až psychické či psychosomatické onemocnění. Jako prevence je vhodné vytvořit si relaxační stereotyp.<sup>20</sup> Následuje fáze normalizace, která trvá do dvanáctého týdne. V této fázi vysokého pracovního nasazení se vztahové i intrapersonální konflikty objevují minimálně. Od čtvrtého měsíce – období stereotypie – se pobyt stává rutinním a hrozí ponorková nemoc.<sup>21</sup> Zde je prevencí smysluplné trávení volného času, tak, aby energie směřovala jinam, než na přemýšlení o negativních věcech.<sup>22</sup> Jako reakce na ponorkovou nemoc se totiž nabalují další zlozvyky ve formě pomlouvání, nesnášenlivosti až mobbingu.<sup>23</sup> Další problémy, které mohou nastat v této fázi operace, jsou pocity nedostatečného soukromí, intimity a osobního prostoru. Objevují se také různorodé problémy doma, které se mohou týkat partnerského vztahu, dětí, atp. Závěrečná fáze v případech půlroční operace připadá na šestý měsíc. Je pro ni typický optimismus, těšení se domů. Z důvodu nepozornosti a uvolnění ale vznikají chyby, které mohou ohrozit i zdraví vojáků.<sup>24</sup>

Problémy, které mohou narušovat psychický stav vojáka, vznikají ze dvou hlavních důvodů: odloučení od rodiny a problémy v rámci jednotky. Odloučení do rodiny a domova může přinášet různé nežádoucí situace jako je např. nevěra, řešení problémů na dálku, sexuální abstinence, nedostatek informací.<sup>25</sup> V rodinách, které nemají dostatečnou schopnost zvládat stres pramenící z odloučení, může tento stres vést ke zdravotním problémům.<sup>26</sup> Různá výzkumná šetření ukazují, že ani manželům/manželkám vojáků se psy-

17 DUCHOVNÍ SLUŽBA ARMÁDY ČESKÉ REPUBLIKY. Informace pro Vás. [online]. 2014. [cit. 2016-08-25]. Dostupné z: <http://www.kaplani.army.cz/informace-pro-vas>.

18 DZIAKOVÁ, O. *Vojenská psychologie*. Praha: Triton, 2009. 544 s. ISBN 978-80-7387-156-7.

19 STEHLÍK, P. *Do temnoty: zpověď českého vojáka v Afghánistánu*. Brno: CPRESS, 2014. 238 s. ISBN 978-80-264-0515-3.

20 DZIAKOVÁ, O. *Vojenská psychologie*. Praha: Triton, 2009. 544 s. ISBN 978-80-7387-156-7.

21 NAKONEČNÝ, M., *Encyklopedie obecné psychologie*. 2., rozš. vyd. Praha: Academia, 1997. 437 s. ISBN 80-200-0625-7.

22 DECKEROVÁ, J. Co se šrámý na duši? *A report*. 2010, (3), 44-45. ISSN 1211-801X.

23 SVOBODOVÁ, L. *Nenechte se šikanovat kolegou: mobbing – skrytá hrozba*. Praha: Grada, 2008. 108 s. ISBN 978-80-247-2474-4.

24 DZIAKOVÁ, O. *Vojenská psychologie*. Praha: Triton, 2009. 544 s. ISBN 978-80-7387-156-7.

25 BARTONE, P. a A. ADLER. A Model for Soldier Psychological Adaptation in Peace keeping Operations. WALTER REED ARMY INST OF RESEARCH WASHINGTON D.C., 1994. dostupné z: <http://www.dtic.mil/docs/citations/ADA290516>

26 BLOUNT B.W., A. J. CURRY a G.I. LUBIN. Family Separations in the Military. *Military Medicine* 1992, Volume 157, Issue 2, Pages 76–80. <https://doi.org/10.1093/milmed/157.2.76>

chické a fyzické obtíže nevyhýbají, naopak mají podobnou míru duševních i zdravotních problémů jako vojáci. Čili odloučení působí negativně na obě strany.<sup>27</sup>

Druhý důvod vzniku stresu pak souvisí s problémy v rámci jednotky, které pramení ze stereotypie, monotonie, nedostatku odpočinku a vzájemné netolerance. Problémy zesiluje tělesné vypětí, které může způsobit psychickou vyčerpanost, skleslost, zhoršenou schopnost soustředit se, podrážděnost, sníženou sebekontrolu.<sup>28</sup> Stresory působící v průběhu operace jsou specifické, můžeme je dělit na fyziologické, fyzické, psychické a emoční. Akutní reakce na stres se v tomto prostředí nazývá bojová stresová reakce a je charakteristická strachem o život. Řeší se svépomocí nebo pomocí skupiny.<sup>29</sup>

Pflanz, Sonnek<sup>30</sup> zjistili, že američtí vojáci trpí signifikantně častěji stresem než civilisté. Ve čtvrtině případů se jedná o stres pracovní. Ve veřejném diskurzu často diskutovaná posttraumatická stresová porucha není v případě českých zahraničních misí závažným problémem.<sup>31</sup> Důvodem je pečlivý psychologický výběr vojáků, důkladný výcvik, výborné sociální zázemí na základně, působnost vojenských psychologů a kaplanů na operaci a psychologické vyšetření po návratu z operace. Oproti tomu Kulíšek<sup>32</sup> zdůrazňuje, že v AČR chybí komplexní program všestranné péče o válečné veterány.

## 2 ZAHRA NIČNÍ OPERACE A ADAP TACE

Po návratu ze zahraničních misí mohou nastat adaptační obtíže spojené s přechodem z organizovaného armádního do civilního života.<sup>33</sup> Rychlost a průběh resocializace závisí na schopnosti adaptace jedince na změnu, míře odlišnosti nového sociálního prostředí od předchozího a otevřenosti nového sociálního systému vůči dané osobě.<sup>34</sup> Voják se vrací s velkým očekáváním, plánuje si ideální návrat dlouho dopředu. Mohou se ale objevit komunikační bariéry, pocit odcizení, zmatenost a pocit, že jej nikdo nemůže pochopit,

27 EATON, K.M., CH. W. HOGE., S. C. MESSER, A. A. WHITT, O. A. CABRERA, D. MCGURK, A. COX a C.A. CASTRO. Prevalence of Mental Health Problems, Treatment Need, and Barriers to Care among Primary Care-Seeking Spouses of Military Service Members Involved in Iraq and Afghanistan Deployments. *Military Medicine*. 2008, Volume 173, Issue 11, Pages 1051–1056, <https://doi.org/10.7205/MILMED.173.11.1051>

28 DZIAKOVÁ, O. *Vojenská psychologie*. Praha: Triton, 2009. 544 s. ISBN 978-80-7387-156-7.

29 BAŠTECKÁ, B. Psychosociální složky v armádě. *Terénní krizová práce: psychosociální intervenční týmy*. Praha: Grada, 2005, s. 276-277, ISBN 80-247-0708-X.

30 PFLANZ S. a S. SONNEK. Work Stress in the Military: Prevalence, Causes, and Relationship to Emotional Health. *Military Medicine*. 2002. Volume 167, Issue 11. Pages 877–882, <https://doi.org/10.1093/milmed/167.11.877>

31 MAREŠ, J. *Posttraumatický rozvoj člověka*. Praha: Grada, 2012. 200 s. ISBN 978-80-247-3007-3.

32 KULÍŠEK, J. Posttraumatická stresová porucha. *Vojenské rozhledy*. 2011, 20 (1), 94–113. ISSN 1210-3292.

33 ANDERSEN, M. L. a H. F. TAYLOR. *Sociology the Essentials*. 2016, 9. vydání. USA: Cengage Learning. ISBN 978-1-305-67588-9.

34 LINHART, J., M. PETRUSEK, A. VODÁKOVÁ a H. MAŘÍKOVÁ, *Velký sociologický slovník: II. svazek, P-Ž*. Praha: Karolinum, 1996. ISBN 80-7184-310-5.

protože nezažil to, co on.<sup>35</sup>Voják „vpadne“ do zaběhané rutiny, rodina se musela vypořádat se životem bez něj, nastavila si svůj systém, který teď musí měnit. V partnerských vztazích se mohou objevovat negativní pocity ze separace a strach z věrnosti ve vztahu.<sup>36</sup>Dalším problémem jsou reakce dětí na návrat rodiče. Doporučuje se snažit akceptovat změny, být trpělivý, dát sobě, rodině a přátelům čas. V případech potřeby je dobré vyhledat pomoc.<sup>37</sup>

V rámci psychologického vyšetření provede vojenský psycholog s vojáky 30-80 dní po návratu strukturovaný rozhovor týkající se krizových a stresujících situací během operace a po návratu. Cílem je prevence posttraumatické stresové poruchy a kompenzace aktuálního psychického stavu.<sup>38</sup>

### 3 METODIKA VÝZKUMU

Výzkum byl realizován kvalitativní výzkumnou strategií, technikou hloubkových rozhovorů. Komunikační partneři a partnerky byli požádáni, aby vyprávěli o svých zážitcích na zahraničních operacích s ohledem na psychickou zátěž. Byla stanovena hlavní otázka: Vyprávějte mi o tom, jak jste psychicky prožíval/a zahraniční operace a návrat domů? Výzkumný soubor představovali vojáci z povolání AČR, kteří splňovali podmínku účasti alespoň v jedné zahraniční bojové operaci. Komunikační partneři byly vybírány metodou snowball. Dbaly jsme nicméně na to, aby se nejednalo o příslušníky stejné jednotky, kteří by mohli mít podobné zkušenosti, což by výzkum zkreslovalo. Vzorek byl nasycen u N=9, kdy došlo k tomu, že analýza rozhovorů nepřinášela již další nové kódy. Výzkumný soubor představovalo 6 mužů a 3 ženy, věkové rozmezí 33-50 let, délka misí 5-13 měsíců a průměrně na jednoho komunikačního partnera vycházely 4 mise. Bližší popis výzkumného souboru ukazuje souhrnná tabulka č. 1, níže. Komunikační partneři byli seznámeni s cílem výzkumu a zachováni anonymity. S jejich souhlasem byly rozhovory nahrávány, poté doslovně transkribovány a analyzovány metodou zakotvené teorie<sup>39</sup>. Rozhovory trvaly v rozmezí 30-70 minut, v průměrné délce 45 min a byly realizovány v průběhu roku 2016–2017.

35 KENNEDY, C. H. a E. A. ZILLMER. *Military psychology: Clinical and operational applications*. 2. vydání. NY: Guilfordpress. 2012. ISBN 978-1-4625-0649-1.

36 DZIAKOVÁ, O. *Vojenská psychologie*. Praha: Triton, 2009. 544 s. ISBN 978-80-7387-156-7.

37 OPERAČNÍ PSYCHOLOGIE AČR. *Zahraníční operace* [online]. 2014. [cit. 2016-08-25]. Dostupné z: <http://www.psychologove.army.cz/zahranicni-operace>.

38 MINISTERSTVO OBRANY. *Pozemní síly v operacích*. Vyškov: Odbor doktrín VeV-VA. 2011. 294 s.

39 CHARMAZ, K. a L.L. BELGRAVE. Grounded Theory. *The Blackwell Encyclopedia of Sociology*. 2015. <https://doi.org/10.1002/9781405165518.wbeosg070.pub2>

Tabulka č. 1: Výzkumný soubor

	Pohlaví	Vzdělání	Rodinný stav	Operace
KP 1	žena	SŠ	vdaná, 2 děti	Afghánistán
KP 2	muž	SŠ	ženatý, 2 děti	Jugoslávie, Irák
KP 3	muž	VŠ	ženatý, 2 děti	Bosna, Irák, Kosovo, Afghánistán
KP 4	muž	SOU	ženatý, 2 děti	Bosna, Kosova, Afghánistán
KP 5	muž	SŠ	rozvedený, 2 děti	Bosna, Kosovo, Irák, Afghánistán
KP 6	muž	SOU	ženatý, bez dětí	Kosovo, Afghánistán
KP 7	žena	VŠ	svobodná, bez dětí	Bosna, Sierra Leone, Liberie, Středoafri- ká republika
KP 8	muž	VŠ	ženatý, 2 děti	Bosna, Kosovo, Afghánistán
KP 9	žena	VŠ	vdaná, 1 dítě	Kosovo, Afghánistán

Zdroj: Vlastní

## 4 VÝSLEDKY

### 4.1 Před misí

Kódování výsledků přineslo několik základních kategorií. První byla motivace pro účast na operaci. Jako nejčastější důvod uvedli komunikační partneři vojenskou povinnost. Ta byla definována jako nepsaná, nedílná součást, či smysl vojákovy práce: „*Jednak jsem byla zvědavá, jednak jsem si prostě tu misi chtěla vyzkoušet, protože si myslím, že smyslem každého vojáka je na misi vyjet...*“ (KP1)

„...přišlo mi to přirozené, je to součást vojenský profese, a to vojenství se vším všudy zažiju jedině tam...“ (KP6)

Mezi další důvody patřila touha získat nové zkušenosti a dovednosti a finanční důvody.

Další kategorie se vztahovala k situaci před misí. Účastníci a účastnice se vyjadřovali především k situaci v rodině, která v převážné většině s odjezdem souhlasí a podporuje jej, především pak u misí opakovaných. Problémy nastávaly pouze v případech, že se jedna-

lo o aktuálně vypjatou rodinnou situaci, například partnerské neshody, či vážnou nemoc rodičů. V těchto případech rodina preferovala setrvání vojáka doma.

## 4.2 Psychická zátěž v průběhu operace

Stěžejní kategorií byly stresory v operace. Ty lze rozdělit do tří skupin: setkání se s ohrožením života, stres spojený s rodinou a ostatní stresory. Všichni komunikační partneři se v průběhu operace setkali s kritickou situací, která je mohla ohrozit na životě. Nejčastější formou ohrožení byl útok na základnu: *Setkala jsem se s kritickými situacema po celou dobu operace, protože tam probíhaly útoky, které nás ohrožovaly každý den... (KP1)* Dále se vojáci setkávali se střelbou, napadením patroly, problémy s výbušninami či minami: *„když se jednotka dostane do minového pole, když se jednotka ztratí a tak dále...“ (KP8)*

Stresory nesouvisející s bojem se pak týkaly odloučení od rodiny. Objevoval se strach o rodinu doma, negativní pocity z toho, že partner/ka má vše doma na svých bedrech: *„že nevíš, co se děje doma, že něco nemůžeš ovlivnit, třeba když potřebuješ něco zaplatit a udělat něco na zahradě nebo na baráku a já to udělat nemůžu a musí to prostě zařídit žena“.* (KP4)

Specifickým stresorem byla rovněž ponorková nemoc na základně, který souvisela především s nudou.

Další typy stresorů se ve výpovědích objevovaly spíše marginálně. Jednalo se především o stresory spojené se změnou prostředí a sociokulturní rozdíly. Vojáci zmiňovali, že ačkoli byli na odlišné prostředí připravováni a o jeho specifikách získali informace, realita je překvapila: *„najednou tam vidíte ty obrovský životní rozdíly, nejhorší je, když tam vidíte ty děcka, který strádaj na úkor nějaký ty situace.“* (KP6) Některé vojáky trápily rovněž extrémní klimatické podmínky – sucho či naopak vlhko a vysoká teplota.

Podpůrné faktory představoval v prvé řadě pravidelný kontakt s rodinou: *„...v misi mi nejvíc pomáhala podpora rodiny při telefonování domů, dopisy, balíček...“* (KP9) Kontakt pomáhal vojákům nejen v tom zmírnit smutek z odloučení, ale i vypořádat se s ostatními stresory. Důležitou copingovou strategií byly také dobré vztahy v kolektivu, které pomáhaly proti ponorkové nemoci: *„Vždycky záleží na lidech a dobrý kolektiv tam dělá z 90 % pohodu.“* (KP2) V této oblasti je rovněž potřeba zmínit faktor organizovaného volného času v podobě sportovních aktivit a zábavy. Pro některé vojáky pak byly významné rovněž bohoslužby a kontakt s vojenským kaplanem. Pozitivně hodnocena byla rovněž skutečnost, že je v případě potřeby k dispozici pomoc kaplana či psychologa, ačkoli ji většina komunikačních partnerů nevyužila.

Objevovaly se ale také negativní copingové strategie, jako nadměrná konzumace jídla a kouření. Tyto strategie se objevovaly převážně v období nečinnosti, jako reakce na nudu a snaha ji zahnat, nikoli jako reakce na krizovou situaci spojenou s bojem.



### 4.3 Návrat z operace

Bezprostředně po návratu z operace uváděli komunikační partneři příjemné pocity spojené s radostí se znovuhledání se se svými blízkými. Adaptační doba po návratu z operace se pak individuálně velmi různila a dosahovala rozmezí 3 dnů až 3 měsíců. Nejobtížněji vnímali vojáci návrat k dětem, neboť zde se nejvíce ukázala delší doba odloučení: „*Malá mě nebrala jako tátů, když mě viděla, tak brečela. Musel jsem si kvůli ní vzít týden dovolenou a být s ní neustále...*“ V případě partnerských vztahů se tyto situace nevyskytovaly, ale objevil se jiný problém. Návratem vojáka dochází k narušení chodu domácnosti, která byla po dobu jeho účasti na operaci zvyklá fungovat samostatně. Vojáci se proto v některých případech cítili doma nepotřební. Obtížné také bylo zvyknout si na jiný režim aktivit, povinnosti spojené s chodem domácnosti atp. Zatímco v průběhu operace se vše řídilo jasnými pravidly a bylo strukturované, po návratu zpět jsou vojáci odkázáni na vlastní plánování a úsudek.

U několika vojáků se objevily potíže s opětovnou adaptací na domácí prostředí a s návratem do běžného života. Někteří vojáci měli problémy s rutinními věcmi. Například s úplně běžnou chůzí venku, jízdou dopravními prostředky apod. Před misí je dělali úplně automaticky a neměli s nimi problémy.

„...*je to nezvyk i třeba, co se týče dopravy, když řídíš auto, všechno ti připadá divný (KP4) či když jsem se vrátil z Bosny, tak jsem měl problém chodit po trávě, protože tam byly všude miny, tak si nechodil po zeleném...byl to hroznej nezvyk...*“ (KP5).

U jednoho komunikačního partnera (KP3) se vyvinula posttraumatická stresová reakce „...*po návratu z Afghánistánu jsem stále slyšel zvuk, když letěly rakety...Dvakrát se mi stalo, že jsem takto vyletěl z postele, když blízko nás přelétávalo letadlo.*“

Žádný z komunikačních partnerů ale nakonec nevyhledal odbornou pomoc, ačkoli přehledem o jejích možnostech disponovali. Uváděli, že se s obtížemi dokázali vyrovnat sami, případně s pomocí rodiny a přátel.

Jako podstatné zjištění hodnotíme, že se objevují problémy se závistí ze strany okolí ve vztahu k finanční stránce účasti na operaci: „...*tady je pravá česká závist, každej ti závidí, že jsi byl na misi a že sis vydělal nehorázný prachy...* (KP2) Podle KP6 mohou tyto reakce pramenit z obecně negativního vnímání armády v České republice: „...*tady v Čechách je vztah k vojenství prapodivnej...lidi vnímají armádu negativně...jsou tu takoví ty křiklouni, co nám nadávají do žoldáků a jsou slyšet, protože sedí u diskuzí (na internetových fórech) ...*“ Vojáci takový obraz armády vnímají velmi negativně.

Dlouhodobější změny po návratu z operace hodnotili vojáci spíše v pozitivním slova smyslu. Jednalo se o posun v kariéře, změnu sebevědomí, hodnot. Reflektována byla také finanční odměna: „...*jsem jemu (nadřízenému) i sobě dokázala, že to zvládnou a trochu mi stouplо sebevědomí, spíše pozitivní změny a taky v tom, že jsem si tam vydělala nějaké peníze, také pozitivní v tom, že mi to dalo nějaké plus v kariéře, také, že jsem to tam zvládla po zdravotní stránce, ukázalo mi to, že mám silný organizmus a také třeba to, že je na mě možná někdo pyšný.*“ (KP1)

## 4.4 Doporučení

Na téma, jak by se dal návrat z operace po psychické stránce ulehčit, komunikační partneři doporučili více volna mimo řádnou dovolenou, pořádání setkání rodinných příslušníků a setkání lidí z operace. Dále doporučovali, aby byly pevně stanovené termíny odletů a více prostoru bylo věnováno práci s rodinou vojáka v operaci. Dva komunikační partneři by ocenili lepší uvítání po návratu ze strany armády a velitelů:

*„Trošku je smutný, když vidíš, jak se vracej amíci, když se vracej domů a čekají tam všichni s tou vlajkou, no a u nás přijedeš do těch Orlickej hor do tý léčebny, dostaneš párek, pak přijedeš domů, manželka pro tebe přijede autem, vemeš kufr a jdeš domů. Nikdo tě tady nevitá, ani nepřijede velitel na letiště.“ (KP4)*

## 5 DISKUSE

Vojáci hodnotí účast v zahraniční operace obecně pozitivně. Přináší totiž naplnění motivace k těmto cestám v podobě získání nových profesních zkušeností, ale i finanční odměny.<sup>40</sup> V našem výzkumu se tyto typy motivace potvrdily. Vojáci chtějí získávat nové zkušenosti a v neposlední řadě je pro ně důležité i finanční ohodnocení. Negativní přínos operací je bezpochyby množství stresu, který zažívají vojáci na zahraničních operacích, je specifický, a týká se nejen průběhu samotné operace, ale i období po ní. Některým vojáků podle našich výsledků vadili i klimatické, mnohdy až extrémní, podmínky v místě operace. Může to být horko nebo naopak chlad, velké vlhko, vibrace, hluk, nárazy, ostré světlo, tma, mlha, obtížný terén a pod.<sup>41</sup> Prožívají též psychický stres spojený s odloučením od rodiny, kde se objevuje hlavně strach o to, co se děje zrovna doma, že voják nemá možnost zasáhnout a pomoci, pokud by to rodina potřebovala. Dziaková<sup>42</sup> toto potvrzuje a definuje tyto stresory jako psychické. Řadí mezi ně nejen nedostatek informací o rodině a o tom, co se děje „doma“, ale dále neurčitost, nejistotu a izolaci i přes neustálé obklopení dalšími vojáky. Dle výsledků naší studie mnoho potíží v rámci operace i po ní souviselo s potřebou se do rodiny znovu začlenit po návratu, což je situace, kterou popisuje i zahraniční literatura.<sup>43</sup> Nicméně se ale drtivá většina účastníků operací domů těší a problémy nepředpokládají. Prožívají radost ze znovushle-

<sup>40</sup> MECA, V. Ocenění po návratu z mise převzali společně s vojáky také příslušníci Policie ČR. *Ministerstvo obrany České republiky*. [online] 2018. [cit. 30.4.2018] dostupné z: <http://www.mocr.army.cz/informacni-servis/zpravodajstvi/oceneni-po-navratu-z-mise-prevzali-spolecne-s-vojaky-take-prislusnici-policie-cr-143358/>

<sup>41</sup> MILLER, L. L. Do Soldiers Hate Peacekeeping? The Case of Preventive Diplomacy Operations in Macedonia. *Armed Forces & Society*. 1997, Volume: 23 issue: 3, page(s): 415-449 <https://doi.org/10.1177/0095327X9702300306>

<sup>42</sup> DZIAKOVÁ, O. *Vojenská psychologie*. Praha: Triton, 2009. 544 s. ISBN 978-80-7387-156-7.

<sup>43</sup> DOYLE, M.E. a K. A. PETERSON. Re-Entry and Reintegration: Returning Home after Combat. *Psychiatric Quarterly*. 2005, Volume 76, Issue 4, pp 361–370

dání se svou rodinou. Můžou se ale objevit jisté komunikační překážky, chvilkový pocit odcizení, který může přecházet až k pocitu „nikdo mi nerozumí, protože nezažil to, co já“<sup>44</sup> a dále strach z věrnosti<sup>44</sup>. Komunikační partneři v našem výzkumu popisovali pocity jisté „nepotřebnosti“, protože za dobu jejich nepřítomnosti domácnost fungovala samostatně. Všichni naši komunikačních partneři se setkali v zahraniční operaci s ohrožením na životě. Tři vojáci měli dokonce přímo osobní zkušenost se zraněním nebo úmrtím kolegy. Tyto stresory můžeme podle Dziakové<sup>45</sup> pokládat za emoční. Řadí mezi ně právě strach a úzkost, které vojáci zažijí téměř vždy. Často zde nastupuje i pocit viny, obviňování sebe a následně tyto situace způsobují ztrátu důvěry v sebe sama nebo v operaci a ztrátu víry všeobecně. Takové traumatizující události bývají podkladem pro vznik PTSD. Zajímavé je, že ani jeden z komunikačních partnerů nepotřeboval vyhledat odbornou psychologickou pomoc nebo pomoc někoho z kolegů či blízkých. Kulíšek<sup>46</sup> k tomu uvádí, že veteráni své potíže často zatajují. Výskyt PTSD v AČR není tolik frekventovaný<sup>47</sup> z důvodu převahy mírových operací<sup>48</sup> a povinného minimálně ročního odstupu mezi operacemi. Dále po mírové operaci existuje možnost tranzitního programu, kde vojáci získávají podporu a porozumění od ostatních, kteří si prožili to samé. Tento program byl vyvinut pro pomoc vojákům při přechodu zpět do společnosti. Pomáhá jim s osobním a profesním přizpůsobením. Vojáci se zúčastňují skupinových sezení, kde se snaží identifikovat kritické momenty a usnadňovat řešení stresových reakcí. V tranzitním programu věří, že pokud nebude voják rozptýlen stresovými reakcemi, které nadcházejí po misi, bude se lépe soustředit na budování následné kariéry.<sup>49</sup>

Vojáci se shodují na tom, že jsou před misí dobře připraveni a mají dostatek možností své potíže řešit ať již s vojenským psychologem nebo kaplanem, kterého dokonce považovali za významnějšího. Zahraniční výzkumy potvrzují shodnou subjektivní významnost obou těchto profesí.<sup>50</sup>

Za specifikum českého prostředí ale považují vojáci závist a nedocenění ze strany veřejnosti. Někteří z komunikačních partnerů totiž uvedli, že po návratu o nich (nebo o jakýchkoliv navrátilivších z operací) lidé hovoří jako o žoldácích a myslí si, že jezdí na operaci právě jen kvůli penězům a paradoxně jim pak větší příjem i závidí. Vojáci vnímají tyto názory velice negativně právě proto, že jejich primární motivací účastnit se misí nejsou

44 KENNEDY, C. H., ZILLMER, E. A. *Military psychology: Clinical and operational applications*. 2. vydání. NY: Guilfordpress. 2012. ISBN 978-1-4625-0649-1.

45 DZIAKOVÁ, O. *Vojenská psychologie*. Praha: Triton, 2009. 544 s. ISBN 978-80-7387-156-7.

46 KULÍŠEK, J. Posttraumatická stresová porucha. *Vojenské rozhledy*. 2011, 20 (1), 94–113. ISSN 1210-3292.

47 KRUTIŠ, J., J. MAREŠ a S. JEŽEK. Posttraumatický rozvoj u vojáku AČR po návratu ze zahraniční mise. *Československá Psychologie*. 2010, vol. 55, Čís. 3. 245-256.

48 HISTORIE ZAHRANIČNÍCH MISÍ [online]. 2018 [cit.30.4.2018]. Dostupné z: <http://www.mise.army.cz/historie-misi/historie-zahranicnich-misi-140768/>

49 WESTWOOD, M. J., T. G. BLACK a H. B. MCLEAN. A re-entry program for peacekeeping soldiers: Promoting personal and career transition. *Canadian Journal of Counselling*; Kanata. 2002, Volume. 36, issue 3, pages 221-232.

50 BESTERMAN-DAHAN, K., S. W. GIBBONS, S. D. BARNETT a E. J. HICKLING. The Role of Military Chaplains in Mental Health Care of the Deployed Service Member. *Military Medicine*. 2012, Volume 177, Issue 9, Pages 1028–1033, <https://doi.org/10.7205/MILMED-D-12-00071>

v drtivé většině peníze. Eichenberg<sup>51</sup> uvádí, že veřejnost je velmi citlivá na relativní riziko zahraničních misí, například účast armády US v Iráku, a to především z hlediska možných obětí. Výzkumy zaměřené na názor české veřejnosti na účast našich vojáků na zahraničních operacích dochází k rozporuplným výsledkům. Na jednu stranu si občané uvědomují potřebu zvyšování globální bezpečnosti, na straně druhé kritizují finanční náročnost misí.<sup>52</sup> Ballová<sup>53</sup> naopak zjistila, že veřejnost pozitivně hodnotí fakt, že zahraniční operace prověřují kvalitu české armády. Náhledu české veřejnosti na zahraniční operace, ale i na Armádu ČR jako celek by prospělo zvýšení informovanosti formou různých veřejných akcí.

### Limity studie

Studie mohla být ovlivněna výběrem komunikačních partnerů a jejich počtem. Z těchto důvodů rozhodně nelze získané výstupy generalizovat. Současně by bylo možné, že by byly jiné výsledky dosaženy v případě, že by se jednalo o zkušenost s jinými typy misí v jiném prostředí.

### ZÁVĚR

V současné době se stalo téma zahraničních vojenských operací v českém prostředí diskutované v souvislosti s tragickou smrtí tří vojáků 5. 8. 2018. Tato událost opět vyvolala veřejnou diskusi o potřebnosti či nepotřebnosti účasti našich vojáků v zahraničí, objevily se kritické hlasy a někteří diskutující ve fórech zašli k urážkám a odsuzování. V souvislosti s výsledky našeho výzkumu je však potřeba klást si především otázku, jak zlepšit celkový obraz účasti na zahraničních operacích, zvýšit informovanost veřejnosti v této oblasti a ve vztahu k AČR celkově. Pozitivní mediální obraz by mohl prospět tomu, abychom o našich vojácích neslyšeli pouze v souvislosti s tragédiemi a aby vojáci byli po návratu z operací přivítáni s náležitou úctou a respektem ze strany okolí tak, jak je to zvykem v mnoha zahraničních zemích.

<sup>51</sup> EICHENBERG R. C. Victory Has Many Friends: U.S. Public Opinion and the Use of Military Force, 1981–2005. *International Security*. 2006, Volume 30, Issue 1, p.140-177. <https://doi.org/10.1162/0162288054894616>

<sup>52</sup> KARAFFA, V., M. BALABÁN a A. RAŠEK. Vývoj bezpečnostní politiky a strategie ČR v období 1990-2009. *Vojenské rozhledy*. 2009, 18 (4), 5-22. ISSN 1210-3292

<sup>53</sup> BALLOVÁ, N. Výzkum „Armáda a veřejnost“. *Vojenské rozhledy*. 2010, 19 (1), 206–213. ISSN 1210-3292.

---

**Autoři:** **Mgr. Adéla Kunčová**, nar. 1990. V roce 2017 ukončila navazující magisterské studium na Zdravotně sociální fakultě Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích, obor Rehabilitačně - psychosociální péče o postižené děti, dospělé a seniory. V letech 2013 – 2018 pracovala v rámci Prvku posádkové podpory u Velitelství Vojenské policie v Táboře. V současné době pracuje na pozici asistentky Kanceláře ministra obrany.

**Doc. PhDr. Alena KAJANOVÁ Ph.D.**, narozena v roce 1982. Je absolventkou Zdravotně sociální fakulty Jihočeské univerzity (2005, 2009, 2015), Fakulty sociálních studií Masarykovy univerzity v Brně (2013) a Univerzity Konstantina Filosofova v Nitře (2013) v sociologii, psychologii a sociální práci. Působila ve vedoucích pozicích na katedře sociální práce ZSF JU. V současné době pracuje jako docentka na ZSF JU a VŠTE ČB. Zabývá se především problematikou romské menšiny, sociální exkluzí a marginalizovanými skupinami.

---

**Jak citovat:** KUNČOVÁ, Adéla and Alena Kajanová. Psychická zátěž na zahraničních misích z pohledu českých vojáků. *Vojenské rozhledy*. 2018, 27 (3), 141-153. ISSN 1210-3292 (print), 2336-2995 (on-line). Available at: [www.vojenske-rozhledy.cz](http://www.vojenske-rozhledy.cz)