

MH Egészségvédelmi Intézet,
MH Egészségügyi Parancsnokság

Missziós szolgálatot teljesítő katonák interjúval támogatott, összehasonlító tesztbattériás vizsgálata a missziós tünetekre, illetve stressz és coping jellemzőikre nézve

Dr. Szilágyi Zsuzsanna orvosezredes, Ph.D.,
Dr. Svéd László orvosvezérőrnagy, Ph.D.,
Kugler Gyöngyi alezredes

Kulcsszavak: alkalmasság-vizsgálat, stressz és coping jellemzők, missziós tünetek

Különösen fontos, hogy a missziós beosztásokban lévő állomány pszichológiai állapotfelmérése időszakosan megtörténjen, kifejezetten a missziós szolgálat során fellépő stressz-helyzetek megélésére, hatásának feltárására, a jelen vizsgálathoz hasonló felmérések formájában [1]. A jelen tanulmányban bemutatott vizsgálat céljai voltak: a missziós szolgálatot ellátó katonák (OIF, MFOR, SFOR, KFOR) pszichés állapotának tesztbattériás és interjúval támogatott felmérését követően az eredményekben megjelenő eltérések és azonosságok beazonosítása, az eredményeink felhasználásával a missziós szolgálatra jelentkező állomány kiválasztásához egy korszerűbb pszichológiai alkalmasság vizsgálati tesztbattéria kidolgozása, valamint az állomány pszichológiai felkészítésére és visszaillesztésére vonatkozó tematika és módszertan célorientált átdolgozása. A jelen vizsgálat során célkitűzéseinknek megfelelően beazonosítottuk azokat a főbb pszichológiai háttértényezőket, amelyeknek szerepe van a missziós tünetek megjelenésében és a stressz terhelés megélésében. A beazonosított pszichológiai tényezők az érzelmek és indulatok jobb kontrollálása és kezelése ($p \leq 0,007$), a magasabb szintű együttműködési készség ($p \leq 0,030$), az erősebben jelentkező támaszkereső magatartás ($p \leq 0,027$), a magas feszültség kontroll ($p \leq 0,032$), az erősebb kompetenciaérzés ($p \leq 0,017$), a teljesítménnyel való nagyobb fokú elégedettség ($p \leq 0,018$) és a pozitív emberi kapcsolatok magasabban megélt szintje ($p \leq 0,001$).

A Magyar Köztársaság biztonságpolitikájának fő célja, hogy elősegítse a nemzetközi béke fennmaradását, az euro-atlanti térség, Európa és szűkebb régiója biztonságának, stabi-

litásának erősítését. A Magyar Köztársaság biztonságát két alapvető pillérré építi: egyfelől nemzeti önjerejére, másfelől az euro-atlanti integrációra és a nemzetközi együttműködésre.

A honvédelemről szóló 2004. évi CV. törvény 70. § (1) bek. b) c) pont szerint a honvédség feladata a szövetségi és nemzetközi szerződésekből eredő egyéb katonai kötelezettségek teljesítése. Ezért Magyarország feladata, hogy hozzájáruljon más, közösen vállalt szövetségesi küldetéshez, részt vegyen a nemzetközi szervezetek égisze alatt zajló nemzetközi béketámogató és humanitárius akciókban. A Magyar Köztársaság egyre aktívabb bekapcsolódása a nemzetközi békefenntartó tevékenységekbe bizonyítja hazánk elkötelezettségét a problémák nemzetközi normák szerinti megoldása iránt.

1995-ben minőségi változás következett be a békefenntartás történetében. Az Országgyűlés első ízben adta hozzájárulását ahhoz, hogy egy fegyveres, katonai rendészeti funkciókat ellátó magyar kontingens teljesítsen szolgálatot a Sínai-félszigeten az MFO (Multinational Force and Observers) misszió keretein belül. Ezzel szinte egyidőben, 1995. november 14-én kezdte meg a szolgálatot egy békefenntartó szakaszunk az ENSZ-égisze alatt működő UNFICYP misszióban Cipruson. 2001. végén az Országgyűlés elfogadta a „NATO irányítása alatt végrehajtott katonai békefenntartó műveletekhez történő magyar hozzájárulásról” szóló 94/–2001. (XII. 21.) sz. határozatát. Az OGY határozat 4. pontjában felhatalmazta a kormányt a balkáni békefenntartó műveletekhez – a NATO igényeinek megfelelően-, hogy meghatározza az egyes magyar kontingensek összetételét, feladatait, valamint a települési helyeket.

Amikor az első magyar zászlóalj megkezdte működését háborús övezetben, (1999, Pristina) a katonai alkalmazás lélektani specifikumai alapján új elvárások merültek fel a katonai vezetés részéről. Megteremtődött az igény a 30 órás pszichológiai tréningek alkalmazására, mely rendszer a mai napig hatékonyan működik. A missziós szolgálatra felkészítő pszichológiai tevékenységet a Magyar Honvédség Egészségvédelmi Intézet végzi felkészült szakpszichológusi állományával. Elsősorban az egészséges emberből kiinduló felfogás az intézet mottója, annak érdekében, hogy a már missziós szolgálat ellátására alkalmas katonák szolgálat teljesítése a nagyobb hatékonyság felé mozduljon el. Az előzővel parallel koncepció magában foglalja azon preventív faktorok kialakítását, fejlesztését, amely alapvetően a hadműveleti területen, harci helyzetben jelentkező stresszorokkal szemben szükséges az egészséges pszichológiai állapot megőrzéséhez.

Az MC 326/2 – a NATO Katonai Tanács dokumentuma, mely a NATO egészségügyi biztosításának elveit és politikáját határozza meg –, AJP 4.10 – a NATO összhaderőnemi egészségügyi biztosítás doktrínája –, valamint a NATO Medical Handbook a NATO Egészségügyi Bizottsága (COMEDS) által előírt feladatrendszerből kiindulva, a honvéd egészségügy is kiemelten kezeli a személyi állomány lelki (mentális) állapotának, illetve annak épségének megőrzését, valamint lelki teherbíró képességének fejlesztését. Ezen belül a honvéd egészségügy fő feladatai

közé tartozik a missziós szolgálatot teljesítő állomány missziós feladatokra történő pszichológiai felkészítése. Ennek a felkészítésnek a célja: a katonák azon személyiség tényezőinek pszichológiai módszerekkel történő felerősítése, amely a missziós szolgálat ideje alatt segíti az alkalmazkodást a speciális helyzetekhez. Az említett cél elérése érdekében, a szakmai módszertan és a missziós szolgálat alatti terheléses tényezők alakulásának még hatékonyabb megismeréséhez, illetve megtervezéséhez végeztük el a jelen kutatásunkat 2004. év folyamán a missziós szolgálatot teljesítő katonák körében.

A kutatásunkat megelőző főbb kérdéseink az alábbiak voltak:

1. Milyen személyiségtényezők a legmeghatározóbbak a missziós katonai szolgálatra való alkalmasságot illetően?

2. Milyen pszichológiai eszközökkel (tesztbatteria és struktúrált interjú) tesztelhetőek legmegbízhatóbban ezek a személyiségtényezők?

3. A beazonosított pszichológiai háttértényezőknek milyen szerepe van a missziós tünetek megjelenésében és a stressz terhelés alakulásában?

Ehhez kapcsolódóan érdemes megemlíteni, hogy minden misszióban résztvevő katona esetében a pszichológiai felkészítő tréning részét képezik a következő modulok:

- Stressz és azzal való megküzdés technikái,
- Harctéri stressz magatartás jelensége,

- Nagy veszteséggel járó harci cselekmények után parancsnoki teendők,

- Távollét, szociális támasztól megfosztott állapot,

- Hatékony kommunikáció (szervezetben vertikális és horizontális),

- Krízis intervenció,

- Zárt közösségek dinamikája, feszültség létrejötte, bűnbakképzés folyamata,

- Konfliktuskezelés,

- Szexualitás,

- Motiváció fenntartása,

- Egymás iránti felelősség fejlesztése,

- A szociokulturális eltérésekből adódó helyzetek kezelése,

- Monotónia.

A modulok hangsúlyát az adott misszió jellegzetessége határozza meg (OIF: harctéri stressz és a kapcsolódó témakörök, Ciprus: monotónia). A felkészítés sorozat feladata az elméleti ismertetésen és a modellezésen túlmenően az önismeret növelése, a csoportban végbemenő csoportfolyamatok értelmezése, az alkalmazásra szánt alegység csoportkohéziójának növelése, továbbá az egyéni és csoporthatékonyság fokozása. A következőkben röviden áttekintjük a vizsgálatban alkalmazott stressz és coping tényezők elméleti megközelítését.

A stressz és coping tényezők áttekintése

A stressz kifejezést legtöbbször olyan kellemetlen ingerekre alkalmazzák, amelyek különféle élettani, magatartási és szubjektív válaszreakciókat okoznak. A szociális ingerek, hatások

– pontosabban stresszorok – olyan tárgyi külső események, amelyek az egyén megszokott aktivitását fenyegetik, vagy tönkreteszik [2]. Az ilyen események tehát stresszhelyzetet, azaz olyan feszültségi állapotot teremtenek, amely az egyén alkalmazkodási képességét erőteljesen igénybe veszi. Azonban nem elégséges speciális külső ingerhelyzetről (szituatív meghatározásról) vagy tipikus válaszmintákról (reakciókra épített definícióról) beszélni, hanem az egyén és a külvilág közötti sajátos kapcsolatról is említést kell tennünk. Ennek alapján a pszichológiai stressz az egyénnek a külvilághoz való olyan kapcsolata, amely testi és lelki egészsége szempontjából jelentős, s az azzal való megbirkózás belső lehetőségeit igénybe veszi, esetleg túlterheli [3]. A stresszhelyzetek keletkezésekor az egyénben két „közvetítő” folyamat zajlik: a kognitív értékelés és a stresszrel való megküzdés (coping). Az ilyen helyzetbe került egyén mérlegeli a megterhelést, a kilátásokat s a lehetőségeit. A jelentkező folyamatok (pl. érzelmi reakciók) minőségüket, intenzitásukat, tartalmukat illetően igen egyéni. A helyzettel való megbirkózás is sokféle lehet, bár két alapirányt különböztetnek meg: problémaorientáltat és érzelmi jellegűt. Első esetben az egyén információk és feltételek keresésével, cselekvéssel próbál magán segíteni. Az érzelmi típusú reakciónál az egyén elsősorban emocionális megnyilvánulásain próbál úrrá lenni.

Amikor külső események vagy negatív visszajelzések fenyegetnek, meg

kell védenünk azt az értelmezést, amit önmagunkra vonatkozóan kidolgoztunk. A nagyobb kudarcok és katasztrófák egyértelmű fenyegetést jelentenek, de ugyanilyen károsak lehetnek az inkonzisztens információk, a mindennapos zaklatások és a stressz-helyzetek is. Ilyen stresszhelyzet lehet a katonák számára a missziós szolgálat során bekövetkező pszichikai, interperszonális és fizikai változások kezelése és feldolgozása. Azonban az ilyen jellegű fenyegetések nem csak a pszichés, hanem a fizikai egészséget is veszélyeztetik. A legnagyobb kárt azok a fenyegetések okozzák, amelyeket ellenőrizhetetlennek tart az egyén.

Háromfajta esemény jelenthet különösen nagy fenyegetést:

- A kudarcok negatív visszajelzést jelenthetnek arra vonatkozóan, hogy kik vagyunk és mire vagyunk képesek.
- Az inkonzisztenciák olyan információkkal látnak el bennünket, amelyek ellentmondanak az önmagunkról kialakított képnek.
- Végül a stresszorok is fenyegethetik a személyiség jóllétét, mivel látszólag elégtelenek a velük való megküzdéshez a rendelkezésünkre álló erőforrások. Ide tartoznak a nagyobb krízisek – egy állás elvesztése, a házastárs halála vagy akár a missziós szolgálat. De stresszt okozhatnak a mindennapos idegőrlő frusztrációk és zaklatások, az unalmas rutinok és az állandó apró küzdelmek is. Ezek az események mind megkérdőjelezhetik az énünk hatékonyságát.

A fenyegetések hatására átélt negatív érzelmek az egyén fizikai egészségét is veszélyeztetik. Azoknál az embereknél a legnagyobb a fizikai egészségkárosodás veszélye, akik rendszeresen negatív érzelmekkel reagálnak a kudarcokra, csalódásokra és stresszekre [4]. A frusztrációkra, a hiányosságainkra, a zaklatásokra, a katasztrófákra, vagy bármely olyan eseményre, amit fenyegetésként élünk meg, reagálnunk kell. Minden lehetőség közül azonban azok a legfenyegetőbbek, amelyekről úgy érezzük, hogy nem tudjuk ellenőrizni alatt tartani [5]. Amikor a környezetünk feletti ellenőrzésre vonatkozó alapvető késztetésünk megkérdőjeleződik, érejük egy nagyon fontos részét érinti a fenyegetés. Nem meglepő, hogy az aggodalom és a frusztráció, amelyek a kontroll hiánya érzésének a kísérői, a fizikai egészségen fejtik ki káros hatásukat. Az ellenőrizhetetlen események sokkal nagyobb veszélyt jelentenek az egészségre, mint az ellenőrizhetőnek ítélték [6].

A megküzdések egyik gyakori formájában, az érzelemközpontú megküzdés esetén az eseménnyel kapcsolatos negatív érzelmekkel próbálnak meg megbirkózni – esetleg a fenyegető esemény elkerülésével vagy az előle való elmeneküléssel. Néha az emberek közvetlenül reagálnak a fenyegetésekre olyan módon, hogy megpróbálják magát a negatív eseményt vagy helyzetet megszüntetni. Ennek lehetséges stratégiái a bizonyítékok újraértékelése, a kifogások keresése, az ellenőrzés megragadására tett kísérletek és a problé-

ma közvetlen megtámadása. Az ellenőrizhető fenyegetésekkel szemben a problémaközpontú megküzdés lehet a legjobb. Ezzel szemben az ellenőrizhetetlen fenyegetésekkel és a stressz-helyzetekkel szemben a menekülés, az elterelés és az érzelemközpontú megküzdések egyéb formái lehetnek az egyedüli hatékony megoldások [7].

A kudarc keresők (tanult reakciójuk révén) gyakran szinte „elébe mennek” a represszív közeg teljesítményt vagy sikert akadályozó megmozdulásainak, mintegy ki is váltják azt. A siker/kudarc kerülők attribúciós modellje a teljesítménymotiváltakéval aszimmetrikus: úgy a sikert, mint a kudarcot külső okoknak tulajdonítják a legnagyobb gyakorisággal. Az egyes teljesítménymotivációs típusok természetesen nem tisztán jelennek meg, elsősorban valószínűségről, vagy gyakoriságról van szó. Kialakulásuk komplex okokra vezethető vissza, természetesen szerepet játszik benne a családi környezet éppúgy, mint a munkahelyi környezet viselkedése. Ezzel együtt elsősorban az élmények, illetve az élmények hatására kialakuló viselkedés, valamint a saját viselkedés kiváltotta környezeti reakciók pozitív feedback mechanizmusai rögzítik az egyéni teljesítményt, annak elérését erősen determináló teljesítménymotivációs típusokat. A teljesítmény iránti motiváltság eltérései alapvetően befolyásolják azt a kérdést, hogy az egyén a környezet (illetve saját maga) által támasztott akadályokkal, valamint kihívásokkal milyen viszonyban áll, milyenek az úgynevezett megharcoló (coping)

stratégiái. Ezt a kérdést fokozottan figyelembe kell vennünk a missziós szolgálati teljesítmény esetében is.

Módszerek

A jelen kutatás körülményeit röviden összefoglalva elmondhatjuk, hogy pszichológiai tesztek és az interjú módszerét alkalmaztuk a missziós szolgálatot teljesítő katonák felmérése során. Az interjúk tartalomelemzése mellett statisztikai feldolgozásként regressziós vizsgálatokat és varianciaanalízist végeztünk. A missziós szolgálatra való pszichológiai alkalmasság-vizsgálatok feltáró kutatásához egyrészt felmértük a missziós szolgálat alatt bekövetkezett személyiségbeli, illetve viselkedésszintű változások irányát és erősségét strukturált többszemponos interjú segítségével. Másrészt az állomány hagyományos pszichológiai alkalmasság-vizsgálatában használt tesztek felvétele mellett alkalmaztunk olyan, a személyiségben, illetve a stresszhelyzetkezelés felmérését célzó faktoranalitikus pszichológiai tesztek is, amelyek többszemponú elemzést és összehasonlító vizsgálatot tettek lehetővé. A missziós szolgálatot teljesítő állomány körében szignifikáns eltéréseket vártunk az iraki, illetve más missziókban szolgálatot teljesített kontingensek katonái között, a személyiség és viselkedés szintű változók tekintetében. Feltételeztük, hogy az eltérő katonai helyzetből fakadó speciális szolgálati helyzetek más-más irányban fejtik ki hatásukat a különböző missziókban tevékenykedő katonák körében, mely tendencia megjelenik a vizsgálati eredményeinkben is, tipikus missziós

tünetek és stressz jellemzők formájában. Az összehasonlító vizsgálat tapasztalatait használjuk fel a missziós szolgálatra jelentkező állomány speciális pszichológiai alkalmasság-vizsgálatához, a beválás-vizsgálataink megalapozásához és elvégzéséhez, illetve a missziós szolgálatból visszatérő katonák visszaillesztésének eredményes lefolytatásához.

A következőkben a jelen vizsgálatban alkalmazott eljárásokat (teszteket és az interjú módszerét) és mérési területeket mutatjuk be röviden.

Missziós szolgálatban részt vett katonák pszichés egészségének felmérésére szolgáló tesztek és a strukturált interjú bemutatása (főbb mérési területek és alszállak)

Az általunk használt tesztek nemzetközi szakirodalomban elismertek. A magyar populációra standardizálásuk megtörtént [8, 9, 10]. A későbbiekben bemutatott ábrákon ehhez a standardizált átlagokhoz viszonyítjuk a kutatásunkban felmért missziós szolgálatot teljesítő állomány eredményeit.

I. „Big Five” kérdőív

A személyiséglélektani kutatások bizonyítják, hogy a személyiségjellemzők öt robusztus faktor köré szervezhetők [11]. A mérőeszköz, ezt a – szakirodalomban igen népszerű – ún. „Big Five” modellt [12] követve ad általános személyiségrajzot, az 5 fődimenziót 2-2 aldimenzióra bontva.

A vizsgált aldimenziók: Dinamizmus, Dominancia, Együttműködés, Udvariasság, Pontosság, Kitartás, Érzelmi kontrollhiány, Impulzivitás-kontroll-

hiány, Nyitottság a kultúrára, Nyitottság a tapasztalatokra, Szociális kívánatosság.

II. Megküzdés kérdőív (coping vizsgálat)

A vizsgált személy által használt megküzdési stratégiák feltérképezésére és azonosítására kifejlesztett kérdőív [10].

A vizsgált dimenziók: Problémacentrikus reagálás, Támaszkeresés, Fezültségkontroll, Figyelemelterelés, Emóciófókusz, Emóciókiürités, Önbüntetés, Belenyugvás.

III. Jó közérzet kérdőív

A pszichológiai jóllét teljes spektrumának átélését az önfogadás, a múlt pozitív értékelése, személyes fejlődés folyamatos érzése, minőségi emberi kapcsolatok birtoklása, és az a meggyőződés jelenti, hogy életünk értelmes célokat követ, amelyeket autonóm módon, a környezetünk fölött kontrollt gyakorolva valósítunk meg [13]. Ezen területek alakulását tárja fel a Jó közérzet kérdőív.

A vizsgált dimenziók: Önfogadás, Pozitív emberi kapcsolatok, Autónomia, Környezeti kontroll, Életcélok, Személyes fejlődés.

IV. A pszichológiai immunkompetencia kérdőív (PIK)

A „Pszichológiai immunrendszer” dimenzióinak mérésére kifejlesztett kérdőív, illetve a személy aktuális állapotának felmérése.

Ezen „Pszichológiai immunrendszer” felfogás szerint a stressz-hatások ered-

ményes leküzdésének szolgálatában létezik egy, a protektív személyiségjegyekből integrálódó preventív pszichológiai rendszer [8], amely a szervezet védekező képességét a változó feltételekhez igazodóan folyamatosan fejleszti, és irányítja a környezet átalakításának folyamatát, szavatolva ezáltal a személy hatékonyságát és jó működét (egészségességét).

A vizsgált dimenziók: Pozitív gondolkodás, Kontrollézés, Koherencia-érzés, Öntisztelet, Növekedésérzés, Rugalmasság, Kihíváskeresés, Empátia és társas monitorozás, Leleményesség, Énhatékonyság-érzés, Társas mobilizálás képessége, Szociális alkotóképesség, Szinkronképesség, Kitartásképesség, Impulzivitáskontroll, Érzelmi kontroll, Ingerlékenység-gátlás.

V. Szociális-emocionális intelligencia teszt (félprojektív) (SZEMIQ)

Félprojektív teszt a társas és érzelmi intelligencia vizsgálatára [9]. A felmért állománynak rajzokra reagálva kellett választania a felkínált 5 lehetőség közül.

A vizsgált dimenziók: Szenzitivitás, Akaratgyengeség és indulatkontrollhiány, Emocionális inkompetencia, Empátiahiány és önzésre való hajlam, Társas inkompetencia, Konstruktív megküzdés, Menekülő-támaszváró magatartás, Támadó magatartás, Önszabályozási képesség, Önbüntetésre való hajlam.

VI. A missziós tünetek alakulását vizsgáló kérdőív

A skála itemei megmutatják, hogy a vizsgált állomány milyen gyakran

érezte a missziós szolgálat alatt az alábbi tünetek előfordulását.

A vizsgált tünetek: fáradtság, levertség, elégedetlenség, unalom, ingerültség, figyelemzavar, szorongás, idegesség, alvási zavar, fejfájás, gyomorprobléma, feledékenység, szédülés, fáradékonyság, étvágytalanság vagy falási rohamok, döntésképtelenség, fokozottabb dohányzás, fokozottabb alkoholfogyasztás, lazítási képtelenség, alkalmatlanság érzése.

VII. Stressz jelenlét kérdőív

A stressz jelenlét kérdőív megmutatja, hogy a stressz tényezők közül melyik milyen mértékben jellemezte a vizsgálati személyek missziós munkáját. A katonák ennek a kérdőívnek a kitöltése során arra a kérdésre adtak választ, hogy az alábbiakban felsorolt stressz-tényezők milyen mértékben vannak jelen a missziós szolgálat során.

A vizsgált stressz-tényezők: időnyomás, igazságtalanság, verseny, felelősség, váratlanság, szakmai konfliktus, emberi konfliktusok, munka és magánélet összeegyeztethetatlensége, szakmai nyomás, diszkrimináció, fizikai körülmények, visszajelzés hiánya, személyes fejlődés hiánya, információ hiány, függőség felettől, függőség munkatársaktól, támogatás hiánya, képzettség hiánya, nem megfelelő fizetés.

VIII. Stressz terhelés kérdőív

A stressz terhelés kérdőív megmutatja, hogy a katonák a stressz tényezőket mennyire érezték megterhelőnek a missziós munkájuk során. A missziós szolgálatot teljesítő ka-

tonák a stressz terhelés kérdőív kitöltése során arra a kérdésre adtak választ, hogy az alábbiakban felsorolt stressz-tényezőket mennyire érezték megterhelőnek a mindennapi munkájukban.

A vizsgált stressz-tényezők: időnyomás, igazságtalanság, verseny, felelősség, váratlanság, szakmai konfliktus, emberi konfliktusok, munka és magánélet összeegyeztethetatlensége, szakmai nyomás, diszkrimináció, fizikai körülmények, visszajelzés hiánya, személyes fejlődés hiánya, információ hiány, függőség felettől, függőség munkatársaktól, támogatás hiánya, képzettség hiánya, nem megfelelő fizetés.

IX. A strukturális interjú témakörei

- Kritikus események feltárása
- Társas támasz
- Empátia
- Burn out felmérés
- Szorongás
- Bizonytalanság érzet
- Monotonitás igény
- Alkalmazkodó képesség
- Konfliktuskezelés
- Probléma felismerés és megoldás
- Helyzetfelismerés

A vizsgált missziós minták bemutatása

A teljes értékelhető missziós minta 384 főből áll. Ezen belül 145 fő (38%) az MH Szállító Zászlóaljban (OIF) szolgált, míg 141 fő (37%) a KFOR

misszió tagjai. Emellett a mintában 78 fő (20%) SFOR misszióban szolgáló teljesítő katona és 20 fő (5%) MFOR missziós katona is található. Nemi megoszlás szerint 369 férfi (96%) és 15 nő (4%) vett részt a vizsgálatban. A teljes minta nemi megoszlásának nagy eltérései és az ebből fakadó összehasonlítási és validitási problémák miatt nemi különbségeket nem vettünk figyelembe a vizsgálat során. A minta átlagéletkora 28,5 évre tehető. Végzettség szerint megoszlásuk szerint legtöbben középfokú végzettséggel rendelkeznek (316 fő - 83%), csak 24 fő alapfokú (6%), míg felsőfokú végzettséggel 42 fő rendelkezik (amely a minta 11 %-át jelenti). Az iraki misszióban résztvevő katonák (145 fő) nemi megoszlása szerint 142 fő férfi (98%) és 3 (2%) nő vett részt a felmérésben. Életkoruk átlagosan 30 évre tehető. Végzettségük szerint alapfokú végzettséggel mindössze 5 fő (3%), középfokú végzettséggel 113 fő (79%) rendelkezett, míg felsőfokú végzettsége a mintában 25 főnek (18%) volt.

misszióban részt vett 141 fő (59%), SFOR misszióban szolgált 78 fő (33%), illetve 20 fő (8%) MFOR missziós katona vett részt a vizsgálatban. A nemi megoszlás alakulása szerint 227 férfi (95%) és 12 nő (5%) szolgált. Átlagéletkoruk 28 évre tehető. Végzettség szerint alapfokú végzettsége 19 főnek (8%), középfokú végzettsége 203 főnek (85%), míg felsőfokú végzettsége 17 főnek (7%) volt.

Eredmények

Az iraki és más missziós minták összehasonlítása „Big Five” dimenziók alapján

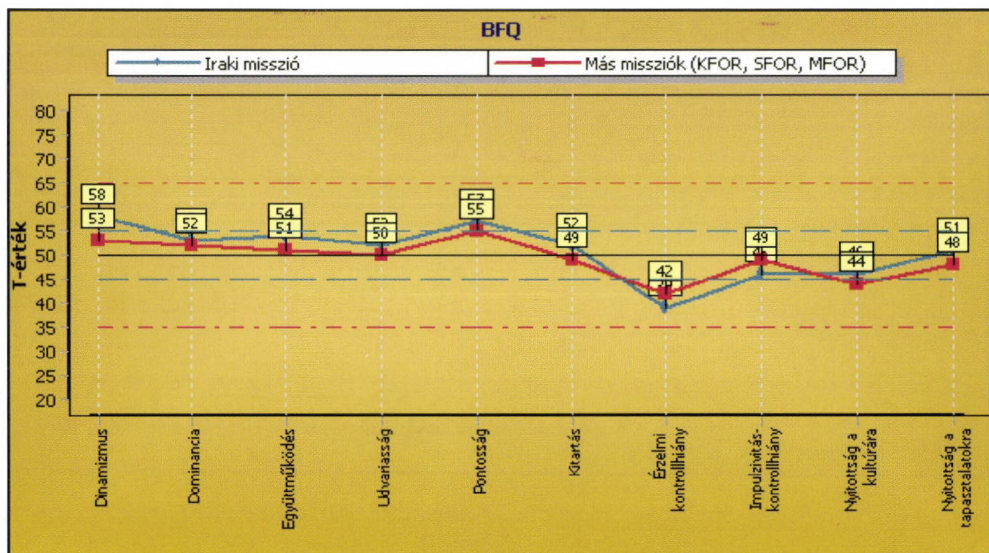
Ez a teszt alkalmas egy általános személyiségrajz vizsgálatára, amely a legnyilvánvalóbb előrejelzést adhatja a missziós munka hatékonyságára vonatkozólag. Az összehasonlító elemzést bemutató I. táblázatból és 1. ábrából látható, hogy az iraki misszióban résztvevő katonák magasabb szintet mutatnak a dinamizmus, a dominancia, az együttműködés, az udvariasság, a pontosság, a kitartás, a nyitottság két területén (kultúrára

A szignifikánsan eltérő Big Five dimenziók	df	F	Szign.
BFQ1 Dinamizmus	1	14,023	0,000
BFQ3 Együttműködés	1	5,362	0,021
BFQ6 Kitartás	1	13,507	0,000
BFQ7 Érzelmű kontroll	1	20,650	0,000
BFQ8 Impulzivitás	1	9,937	0,002
BFQ9 Nyitottság a kultúrára	1	5,035	0,025
BFQ10 Nyitottság a tapasztalatokra	1	13,814	0,000

I. táblázat: A missziók közötti szignifikáns eltérések (egyszempontos varianciaanalízis alapján)

A más missziókban szolgáló katonák almintájának (239 fő) összetétele a következőképpen alakult: KFOR

és tapasztalatokra). A más missziókban szolgálatot teljesítő katonák azonban magasabb értéket képviselnek az



1. ábra: A Big Five dimenziókban mutatott missziós eltérések (Az 1. ábrán, illetve a következőkben megjelenő ábrákon a fekete vonallal jelölt középső „50”-es érték a magyarországi átlagpopulációra mért értéket, a belső szürke szaggatott sáv az abszolút normál tartomány, a külső fekete szaggatott sáv a még elfogadható tartományt jelenti. A világosabb szürke szín az Irakban szolgálatot teljesítő állományra, a fekete az egyéb állományra vonatkozik.)

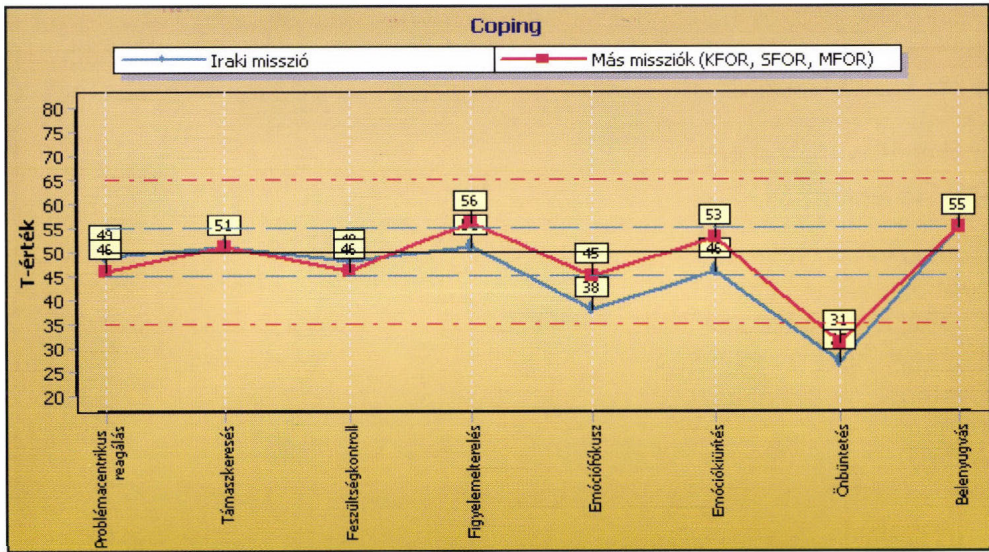
érzelmi kontrollhiány, az impulzivitás kontrollhiány és az érzelmi labilitás területein (I. táblázat).

Ezen eredmények azt jelentik, hogy az iraki misszióban résztvevő katonák magasabb értékeket jelző személyiség-profilot mutattak a pozitív személyiségvonásoknak mondható dimenziókban. Magasabb a dinamizmus szintjük, amely azt jelenti aktívabbak, ingerkeresőbbek, lelkesebbek és közlékenyebbek, mint a más missziókban résztvevő katonák. Őket inkább a szűkszavúság, az óvatosság és a visszahúzóds jellemzi. Az együttműködésben megjelenő eltérés arra utal, hogy az iraki misszióban résztvevő katonák a mások szükséglete iránt érzékenyebbek, mint más missziókban résztvevő társaik. Együttműködőbbek és jobban figyelemmel kísérik, hogy tet-

teik milyen hatással vannak másokra.

A más missziókban résztvevő katonák inkább arra hajlamosak, hogy nem szeretnek mások problémáival foglalkozni, és az együttműködés helyett inkább a versengést választják. A kitartás dimenziójában azt az eredményt kaptuk, hogy az iraki missziós katonák szorgalmasabbak, céljaik megvalósításáért keményebben tudnak dolgozni. Az impulzivitás kontrollhiányban talált különbségek arra utalnak, hogy az iraki misszióban szolgálatot teljesítők jobbak az ingerlékenység, az elégedetlenség és a düh szabályozásának képességében. Nyugodtak, az őket ért provokációkra nem reagálnak hevesen, frusztráció-tűrésük jó.

A más missziókban résztvevők hajlamosabbak arra, hogy néha lényegte-



2. ábra: Coping tényezőkben jelentkező missziós eltérések

len dolgokon is feldühödjenek és nehezélethelyzetekben hamar elveszítik az önuralmukat. A nyitottság a kultúrára alskálában megjelenő eltérés arra utal, hogy az iraki misszióban résztvevők jobban figyelemmel kísérik a világ eseményeit, érdeklődnek más kultúrák iránt. A más missziós katonák azonban inkább közönyösek a körülöttük lévő világban történő események iránt a szolgálat teljesítés során.

A nyitottság a tapasztalatokra alskála azt mutatja, hogy az iraki missziós katonák nyitottabbak az újdonságra és magasabb szintű, az eltérő értékek iránti toleranciájuk, más emberek, szokások és életstílusok iránt érdeklődést mutatnak. A más missziókban szolgálatot teljesítőkre inkább az jellemző, hogy az újdonságok nem ragadják őket magukkal, érdeklődési körük nagyon szűk, és inkább tekintélyelvűek (1. ábra).

Összefoglalóan elmondhatjuk, hogy a két „Big Five” profil átlagon felüli

értékeket mutat a magyar átlaghoz viszonyítva. A missziós állomány dinamikus, kooperatív, fegyelmezett, akik érzelmeiket erősen kontrollálják és nyitottak az új dolgok befogadására. Érdeemes odafigyelni, hogy kifejezetten magas az önkontroll szintjük.

A megküzdési mód (coping) eredmények összehasonlítása az iraki és más missziós minták között

Ezzel a teszttel a nehezített alkalmazkodási feltételek esetén preferált helyzetmegoldási módokat és megküzdési stratégiákat vizsgáltuk. A megküzdési módokban fellépő eltéréseket az iraki és más missziós minta között a 2. ábra mutatja be. Azt láthatjuk, hogy míg a probléma centrikus megoldásban, és a feszültségkontrollban az iraki misszió mutat szignifikánsan magasabb átlagértéket, addig a figyelemelterelésben, az emóciófókuszban és emóciókiürítésben más missziós katonák mutatnak magasabb átlagértéket. A tá-

maszkeresésben és belenyugvásban nincs szignifikáns különbség a két minta között (II. táblázat).

tárgyilagosaik maradni. Így a problémás helyzet keltette feszültséget is a problémamegoldás irányába tudják

A szignifikánsan eltérő Coping dimenziók	df	F	Szign.
Coping1 Probléma-centrikusság	1	13,265	0,000
Coping3 Feszültségkontroll	1	4,917	0,027
Coping4 Figyelemelterelés	1	12,367	0,000
Coping5 Emóciófókusz	1	30,379	0,000
Coping6 Emóciókiürítés	1	32,107	0,000
Coping7 Önbüntetés	1	16,931	0,000

II. táblázat: Ezen nyolc dimenzió közül a szignifikánsnak bizonyult eltérések (egyszempontos varianciaanalízis alapján)

A problémacentrikus reagálás dimenzióban az iraki misszióban szolgáltató teljesítő katonák szignifikánsan magasabb értéket mutatnak, amely azt jelenti, hogy sokkal jobban jellemző rájuk, hogy céljuk a fellépő fenyegetettség és probléma elhárítása, a problémás helyzet megváltoztatása, illetve kiiktatása mint más missziós katonákra. Ehhez minden lehetőséget számításba vesznek, amely segítheti a probléma kezelését. Támaszkérésben nem mutatkozott szignifikáns különbség az iraki és más missziós katonák között, mindkét csoport egyaránt átlagos szintet mutat abban a törekvésben, hogy a fenyegetettség elhárításához mások segítségét vegyék igénybe.

A feszültségkontroll dimenzióban az iraki misszió tagjai magasabb értéket mutatnak, ami azt jelenti, hogy alapvetően céljuk a személyiség stabilitásának megőrzése és igyekeznek távolabbról és objektívan szemlélni a problémás helyzetet, így próbálnak

kanalizálni. Figyelem-elhárítás módszere inkább a más missziókban szolgáló katonákra jellemző, hogy hajlamosak kilépni a problémás helyzetből, illetve halogatják a közbeavatkozást, elterelik más feladattal a figyelmüket a megoldandó problémáról. Az emóciófókusz, mint megküzdési mód is inkább más missziós katonákra jellemző, mint az iraki misszióban szolgálókra. Erőfeszítéseik elsősorban arra irányulnak, hogy a fenyegetettség keltette negatív, kellemtelen érzelmi állapotot megszüntessék, arra törekednek, hogy jobban érezzék magukat, kerülik a kellemtelen érzésekkel járó konfliktusokat. Emóciókiürítés szintén kevésbé jellemző az iraki missziós katonáknál, más misszióban szolgálók szignifikánsan hajlamosabbak arra, hogy a fenyegetettség okozta feszültséget valamilyen kontrollálatlan, nem célirányos reakciókban vezessék le, hagyják, hogy az érzelmei szabadon megnyilvánuljanak.

Önbüntetés, mint megküzdési dimenzió nem igazán jellemző egyik missziós mintára sem, de más missziók tagjainál fokozottabban van jelen, mint az iraki missziós katonáknál. Az iraki misszió tagjai kevésbé érzik úgy, hogy a negatív élmények és problémás helyzetek jogos, törvényszerű válaszok a korábbi helytelen, nem kívánatos viselkedésükre, nem keresik feltétlenül önmagukban a hibát. A belenyugvás jelensége egyforma magasan jelen van a missziós katonák különböző mintái között. Úgy érzik, hogy el kell fogadniuk azt, ami történik, és együtt kell élniük a felmerülő problémákkal. Például a sors akarata, ami történt. Ez kissé a tanult tehetetlenség, illetve a nem befolyásolható környezet percepciójából eredhet, amely egy hadszíntéren, illetve fenyegető helyzetben teljesen elfogadható hozzáállás (2. ábra).

Összegzően azt találtuk, hogy a más missziókban szolgáló katonák az átlagosnál gyakrabban élnek a figyelemelterelés stratégiájával és ritkábban élnek az érzelem kiürítés eszközeivel. (Ugyanazt láthattuk a „Big Five” eredményekben, tehát túl erős az önkontroll.) Az önbüntetés tudatos kerülése – mint egyensúlyfenntartó mechanizmus jóval alacsonyabb, mint az átlagos populációé. Ez azt jelentheti, hogy a kellemetlen eseményeket saját személyüktől független élményként éli meg a missziós állomány, így kevesebb felelősséget érez. Lehet egy kompenzáció megnyilvánulása is ez a jelenség az agresszív megnyilvánulásokkal való egyet nem értés tekintetében. Azonban felfogható egyszerűen a

hadsereg jó szocializációjának eredményeként is.

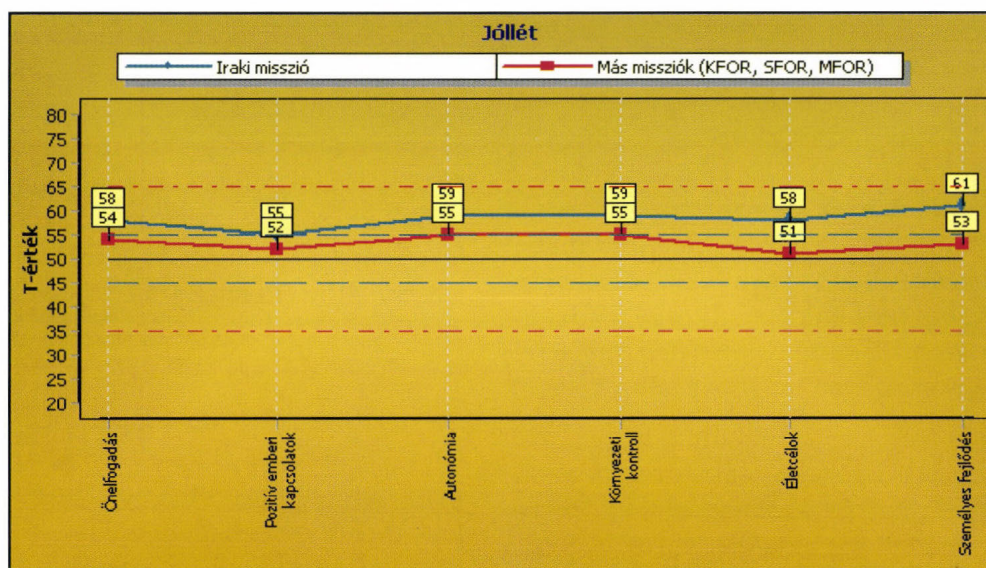
A pszichológiai jóllét eredmények összehasonlítása az iraki és más missziós minták között

Az iraki és más missziós katonák összehasonlítása a pszichológiai jóllétük tekintetében igen érdekes képet mutat. A III. táblázatban és 3. ábrán azt láthatjuk, hogy nagyjából hasonlóan alakul az iraki és más missziós katonák szubjektív jólléte, profiljuk szinte teljesen ugyanazt a lefutást mutatja, azzal a különbséggel, hogy az iraki misszióban szolgálatot teljesítők pszichológiai jóllétének színvonala szignifikánsan magasabb, mind a 6 jóllét dimenzió tekintetében. Ennek a jelenségnek az értelmezéséhez érdemes egyenként áttekintenünk a jóllét dimenziókat (III. táblázat).

Az önelfogadás tekintetében megjelenő szignifikáns eltérés azt mutatja meg, hogy az iraki missziós katonák jobban elfogadják önmagukat más missziós társaiknál, önmaguk iránt pozitívabb attitűddel rendelkeznek, elismerik és elfogadják azt, hogy jó és rossz tulajdonságaik is vannak, sőt pozitívan értékeli és élük meg a múltbeli eseményeket, nem bántak meg semmit. Az alacsonyabb pontszámot elért más misszióbéli katonák elégedetlenebbek önmagukkal, kissé csalódottak azzal kapcsolatban, ami a múltban történt, zavarja őket némi személyes tulajdonságuk, mások szeretnének lenni, mint amik, illetve más környezetet átlagosan jobban elfogadhatónak érznek a jelenlegi állapotoknál.

A szignifikánsan eltérő Jólét dimenziók	df	F	Szign.
Jólét1 Önelfogadás	1	9,978	0,002
Jólét2 Pozitív emberi kapcsolatok	1	24,093	0,000
Jólét3 Autonómia	1	7,777	0,006
Jólét4 Környezeti kontroll	1	26,121	0,000
Jólét5 Életcélok	1	30,653	0,000
Jólét6 Személyes fejlődés	1	19,942	0,000

III. táblázat: A missziók közötti szignifikáns pszichológiai jóléti eltérések (egyszempontos varianciaanalízis alapján)



3. ábra: A pszichológiai jólétben jelentkező missziós eltérések

A pozitív emberi kapcsolatok dimenzió átlagértéke a legalacsonyabb mindkét vizsgálati mintában összehasonlítva a többi jólét dimenziókkal. Ez arra utal, hogy bár az iraki misszió tagjai úgy érzik, hogy bizalomteljesebb kapcsolataik vannak másokkal, és törődnek mások jólétével, azonban mindkét csoportnak kevés szoros, bizalmas kapcsolata van, aránylag nehezükre esik másokkal közvetlen, elfogadó, nyitott és törődő lenni. Kisebb elszigeteltséget élnek át személyközi kapcsolataikban. Ezt a jelenséget azzal magya-

rázhatjuk, hogy a missziós szolgáltatás során nemcsak a családtól, barátoktól szakadnak el, hanem megváltozik a mindennapi szociális életük is, ezért visszahúzódnak és befelé fordulóbbak a szokásosnál.

Az autonómia dimenzióban az iraki misszió tagjai magasabb pontszámot értek el, számukra fontosabb, hogy döntéseikben, életvezetésükben önállóak és független lehessenek, jobban képesek ellenállni a szociális nyomásnak, illetve fontosabb számukra

az is, hogy autonóm módon cselekedjenek és gondolkodjanak, továbbá, hogy a viselkedésük belülről legyen irányított, és személyes mércerendszer alapján értékelhessék önmagukat. Más misszióbeli katonákra inkább jellemző, hogy mások elvárásainak és értékelésének próbálnak megfelelni, fontos döntések meghozatalában másokra támaszkodnak, behódolnak a szociális nyomásnak, és konformista módon gondolkodnak és cselekednek. Ez az eltérés a feladattípusból is fakadhat, az iraki misszióban szolgálatot teljesítő katonák úgy tűnik többször vannak önmagukra utalva, gyakrabban kell önállóan megoldaniuk egy feladathelyzetet, illetve problémát.

A környezeti kontroll tekintetében az iraki missziót teljesítő katonák magas pontszáma azt jelzi, hogy erős kompetencia-érzés hatja át őket, képesek uralni és befolyás alatt tartani környezetüket, illetve képesek arra is, hogy kiválasszák vagy megalkossák azt a környezetet, amely a személyes igényeiknek és értékeiknek jobban megfelel. Ez megjelenhet az aktívabb és kompetensebb kultúrközi együttműködésben is. Más missziós katonák a rájuk bízott feladatokat hiánytalanul teljesítik, azonban kevésbé képesek arra, hogy személyesen megváltoztassák, vagy javítsák a körülöttük levő környezetet. Az életcélok esetében szignifikánsan magasabb pontszámot elérő iraki missziós szolgálatot teljesítő katonáknak jól körülhatárolt céljaik vannak a szakmai és személyes életben, igen magas szintű elkötelezettséggel rendelkeznek, illetve bíznak abban, hogy a jövő

történései racionálisan előre jelezhetőek. Az alacsonyabb értéket mutató más missziós katonák kevesebb és nem annyira szerteágazó céljaik vannak, nem érzik, hogy haladnak és fejlődnek. Úgy érzik, hogy a jövőjük bizonytalan.

A személyes fejlődés dimenzió igen magas értéke az iraki misszióban szolgálatot teljesítő katonák körében azt jelzi, hogy ez a terület kiemelten fontos számukra. Valószínűleg ez adja motivációs bázisuk nagy részét. Továbbá úgy érzik, hogy folyamatosan fejlődnek szakmailag és személyiségükben, önismeretükben is, és fokozottan felismerik a fejlődési lehetőségeket. Más misszióban szolgáló katonák ezzel szemben inkább azt érzik, hogy szakmai előmenetelük és személyiségük stagnál, nem érznek változást vagy fejlődést a szolgálat előrehaladtával, kissé unatkoznak, és kihívásoktól mentesnek érzik a szolgálatukat, illetve valószínűleg inkább képtelennek érzik magukat és a jelenlegi helyzetüket arra, hogy új viselkedésmódokat fejlesszenek ki önmagukban és szakmai tapasztalatokat szerezzenek (3. ábra).

Összehasonlító elemzések az iraki és más missziós mintákra a pszichológiai immunrendszerük alakulása alapján

Azt vizsgáltuk, hogy melyek azok a személyiség tényezők, amelyek a katonák megküzdési kapacitását elősegítik és szavatolják. A IV. táblázat és 4. ábra megmutatja, hogy az empátia, társas monitorozás és a leleményesség dimenziók kivételével minden rendszerösszetevőben szig-

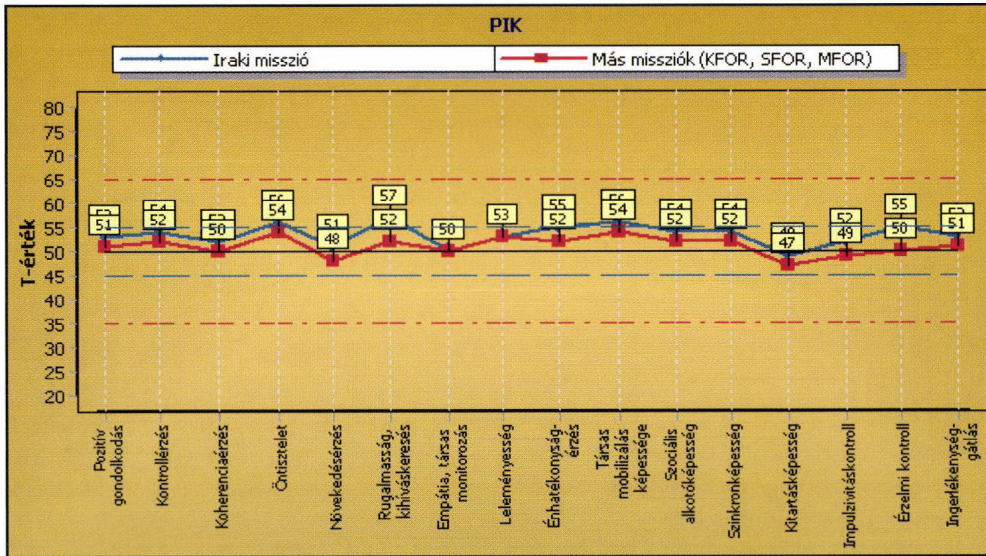
A szignifikánsan eltérő PIK dimenziók	df	F	Szig.
PIK1 Pozitív gondolkodás	1	12,622	0,000
PIK2 Kontrollézés	1	15,236	0,000
PIK3 Koherenciaérzés	1	12,206	0,001
PIK4 Öntisztelet	1	7,929	0,005
PIK5 Növekedésérzés	1	15,413	0,000
PIK6 Rugalmasság	1	24,690	0,000
PIK9 Énhatékonyágérzés	1	13,361	0,000
PIK10 Társas mobilizálási képesség	1	4,225	0,041
PIK11 Szociális alkotóképesség	1	5,776	0,017
PIK12 Szinkronképesség	1	24,566	0,000
PIK13 Kitartásképesség	1	8,467	0,004
PIK14 Impulzivitáskontroll	1	9,510	0,002
PIK15 Érzelmi kontroll	1	27,233	0,000
PIK16 Ingergátlás	1	20,041	0,000

IV. táblázat: A missziók közötti szignifikáns pszichológiai immunrendszerbeli eltérések (egyszempontos varianciaanalízis alapján)

nifikánsan eltér a két minta. Az is látható, hogy az iraki missziós minta kivétel nélkül magasabb értékeket mutat a pszichológiai immunrendszerüket tekintve, mint más missziós minták katonái. A pozitív gondolkodás tekintetében megjelenő különbség szerint az iraki missziós mintára inkább jellemző a pozitív következmények, a kedvező változások elvárására és elővételezésére való hajlam. Sikerorientáltabbak és tapasztalataikból építkezve optimistábbak nehezített alkalmazkodási feltételek esetén is. A kontrollézés magasabb szintje az iraki minta esetében azt jelzi, hogy aktív erőfeszítéseket tesznek a kontroll megszerzésére és megtartására, és a számukra új helyzetekben is kontrollra készen viselkednek. A koherenciaérzés esetében jelentkező eltérés a felfogóképesség (a környezeti történések differenciált észlelése és elrendezése), a források kezelésének képessége (források felderítése és adekvát felhasználása) és

az értelmesség (az élet értelmének érzése és értelemtelni életcélok talá-lása) magasabb szintjét jelezheti az iraki missziós mintában. Továbbá az élet nehézségeit leküzdendő kihívásoknak tekintik ahelyett, hogy értelmetlen szenvedésként értékelnék azokat; amikor konfliktussal találkoznak, elkezdik keresni a helyzet értelmét, nem menekülnek el a megpróbáltatások elől.

Az öntisztelet magasabb szintje az iraki missziós szolgálatot teljesítőknél azt jelezheti, hogy kifejezetten értékesnek ítélik önmagukat, kifejezésre juttatják jogos büszkeségüket. A növekedésérzésben jelentkező magasabb érték az Irakban szolgálatot teljesítők a folyamatos megújulásra és növekedésre való képességüket mutatja. A rugalmasság, kihíváskeresés dimenzióban megjelenő nagy eltérés az iraki misszió javára a kihívások nagyobb mértékű vállalását, a tevékenységekbe való belemerülést, az új



4. ábra: A pszichológiai immunkompetenciában jelentkező eltérések

iránti fogékonyságot és nyitottságot, valamint a változás és fejlődés igényét jelzi esetükben. Az empátia, társas monitorozás megegyező, éppen átlagos szintje mindkét minta esetében azt mutatja, hogy egyaránt átlagosan képesek a társas környezet információit érzékenyen és szelektíven észlelni, valamint adekvátan felhasználni az aktuális és távlati célok megvalósítására, azonban nem ez jelenti számukra a legfontosabb immunrendszer területet. A leleményesség szintén megegyezik a két minta esetében, amely jelzi, hogy egyformán jelen van náluk a tervek, alternatív megoldások, eredeti ötletek kimunkálására, a tanult ismeretek átstrukturálására való képesség. Az érzőhatékonyság-érzés kissé magasabb szintje az iraki missziós katonáknál jelzi, hogy inkább képesek azokat a viselkedéseket végrehajtani, amelyekkel az általuk kitűzött célt megvalósíthatják. A társas mobilizálás képessége eltérő színvonalát mutatja,

hogy az iraki misszió tagjai sikerebbek mások irányításában, képesek kiaknázni mindazt, ami másokban rejlik; el tudják érni, hogy mások támogatással a céljaik megvalósításában.

Eredményesebbnek mondhatóak a meggyőzésben és a kapcsolatteremtésben is. A szociális alkotóképességben magasabb pontszámot ért iraki missziós katonák ügyesebbek a csoportszervezésben, a közös célok megvalósításában. Erre célirányosabban irányítanak másokat is. A szinkronképesség magasabb szintje az iraki missziós katonák esetében megmutatja, hogy jobban képesek a figyelemre és a tudati működés feletti kontrollra. Bár a kitartásképesség magasabb szinten van jelen az iraki missziós katonáknál, de még így is alacsony, az átlagostól elmaradó szintűnek mondható ez az érték mindkét minta esetében. További fejlesztésre javasolt ez a terület, amely akadályok keletkezése ellenére is befejezett teljesítményt és feladat végrehajtás színvo-

nalát jelzi előre. Az impulzivitás-kontroll magasabb szintje az iraki missziós minta esetében a magasabb szintű kontrolláltsági fokot jelzi. Az érzelmi kontrollban jelentkező eltérés szerint az iraki misszióban szolgálatot teljesítő katonák a kudarcok és fenyegetések keltette negatív emóciókat jobban képesek uralni, sőt esetükben a konstruktív viselkedésbe való transzformálásának képessége is jóval magasabb színvonalú. Az ingerlékenység gátlás esetében jelentkező eltérés az iraki missziós katonák javára azt jelezheti, hogy az indulatok, a düh és a harag érzelme feletti racionális kontroll gyakorlásának képessége, illetve a düh konstruktív módon való felhasználásának képessége magasabb szintű az esetükben (IV. táblázat, 4. ábra).

A pszichológiai immunkompetencia kérdőív eredményei (IV. táblázat és 4. ábra) összefoglalóan a különböző missziókban szolgáló teljes állományra nézve azt is mutatják, hogy az állomány stressz tűrőképessége, a kitartás és növekedésérzés képességet leszámítva jobb, mint a magyar átlag. Ez azzal is magyarázható, hogy miután ez a teszt egy aktuális állapotot jelez, és a tesztfelvétel időszaka a 6 hónapos szolgálat végére esett, az akadályok leküzdése a misszióban részt vevő katonák részéről akár egy befejezett teljesítményt is jelenthetett a tesztfelvétel időpontjában.

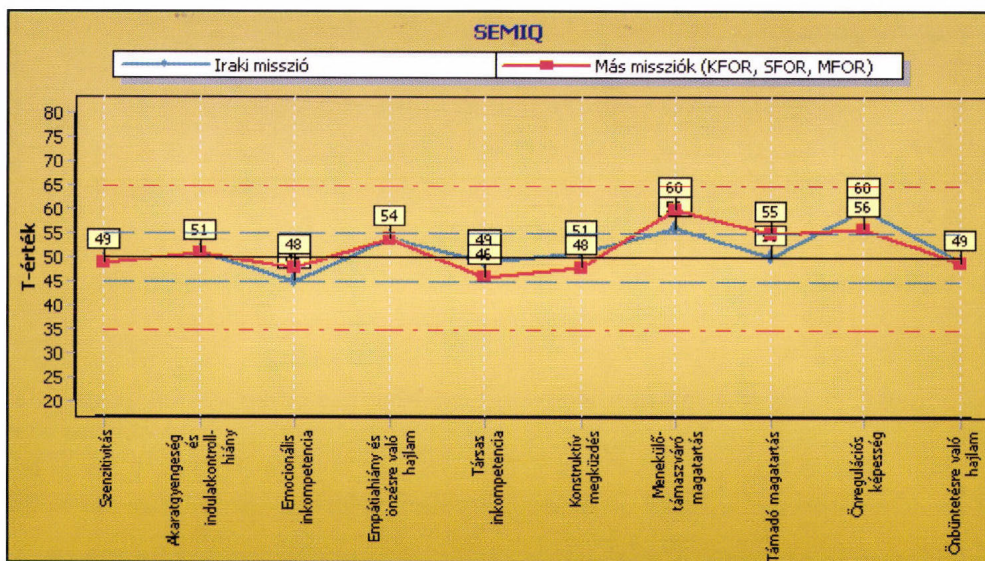
Szociális és emocionális intelligencia kérdőív alskála mutatók összehasonlító elemzése az iraki és más missziós mintákra

A szociális és emocionális intelligencia teszt az érzelmek akarat útján tör-

ténő szabályozásának a képességét méri. Az érzelmi intelligencia az a képességünk, hogy a helyzeteket a tényleges érzelmi jelentésük szerint és nem a saját érzelmi állapotunk által vezérelve értelmezzük [14, 15]. A teszt ezeknek a kompetenciáknak a jellemzőit tárja fel a missziós katonák körében.

Az 5. ábráról leolvashatjuk, hogy az iraki és más missziós szolgálatot teljesítő katonák szociális és emocionális intelligencia profilja igen hasonlóan alakul, szignifikáns eltérés csak a menekülő és támaszváró magatartás, Támadó magatartás és az önregulációs képesség tekintetében található. A szenzitivitás esetében az iraki missziós katonák és más missziókban szolgálók között nincs különbség, mindkét minta átlag alatti értéket mutat, tehát nem jellemző rájuk sem a túlzott pesszimizmus vagy kudarckerülés a tekintetben, hogy a legtöbb élethelyzetben rosszat várnának, vagy érzelmi életüket a negatív emóciók dominanciája jellemzné. Az irreális optimizmus nem jelenik meg körükben. Az akarategyengeség és indulatkontroll hiány tekintetében szintén nincs különbség a missziós minták között, eltúrikt az akadályoztatást, nem túlságosan indulatosak vagy fékezhetetlenek, amennyiben céljaik elérésében mégis előre nem látható akadályokba ütköznek. Azonban amit elhatároznak, azt azonnal szeretnék is realizálni.

Az emocionális inkompetencia dimenzió esetében az iraki misszióban szolgálók alacsonyabb értéket mutatnak, rájuk kevésbé jellemző, hogy ne-



5. ábra: Szociális és emocionális intelligencia eltérések

hezen tudnák túltenni magukat a kudarcukon, vagy hajlamosak lennének arra, hogy eltúlozzák gyengeségeiket, illetve félnének az új megpróbáltatásoktól. Más missziós katonákra inkább jellemző, hogy negatív önértékeléssel jellemezhetőek, aggodalomra hajlamos emberek, akik ugyanakkor lelkiismeretesek és szabálytisztelők. Az empátiahiány és önzésre való hajlam értékei arra utalnak, hogy az iraki és missziós katonák egyaránt hajlamosak arra, hogy egocentrikusan viselkedjenek, pusztán saját problémáikkal törődjenek. Így sokszor képtelenek arra, hogy mások szempontjait is mérlegeljék vagy társaiknak is figyelmet szenteljenek. A társas inkompetencia tekintetében az iraki misszió tagjai magasabb átlagértéket értek el, vagyis ők inkább érzik magukat elszigetelődöttnek, kapcsolatok építésében sikertelen, introvertált egyéneknek. A konstruktív megküzdés dimenzió tekintetében az

iraki misszióban szolgálók magasabb szintet képviselnek, vagyis ők azok, akik stressz-helyzetekben inkább problémacentrikus, konstruktív magatartást mutatnak, az akadályokat kihívásként értelmezik és kitartóan küzdenek terveik realizálásáért. A menekülő és támaszváró magatartás esetében a más missziós katonák magasabb értéke arra utal, hogy hajlamosak elkerülni a küzdelmet és a megpróbáltatásokon keresztül elérhető célokat. Gyakrabban van szükségük arra, hogy támaszkodhassanak másokra, amikor bajban vannak. A támadó magatartás szignifikánsan magasabb szinten van jelen más missziós katonáknál, ők hajlamosabban, arra, hogy stresszhelyzetekben vagy személyközi konfliktusok esetén agresszív, támadó magatartással reagáljanak, hiszen a stressz keltette feszültségtől ilyen stratégiával próbálnak megszabadulni.

A szignifikánsan eltérő SEMIQ dimenziók	df	F	Szig.
SEMIQ7 Menekülő és támaszváró magatartás	1	4,317	0,038
SEMIQ8 Támadó magatartás	1	6,596	0,011
SEMIQ9 Önregulációs Képesség	1	5,412	0,008

V. táblázat: A missziók közötti szignifikáns szociális és emocionális intelligenciabeli eltérések (egyszempontos varianciaanalízis alapján)

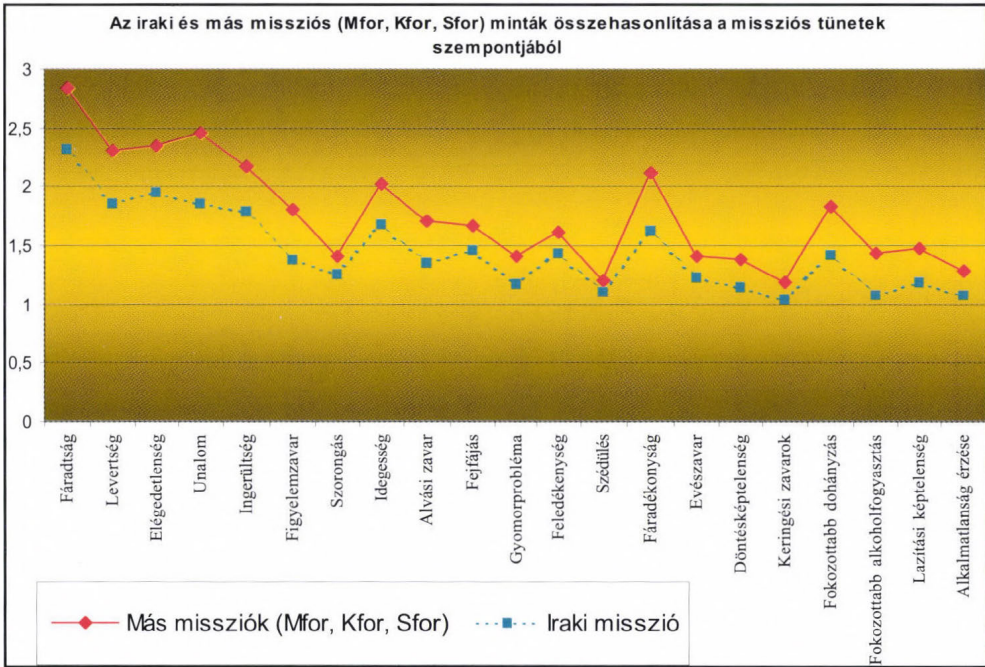
Az önregulációs képesség szignifikánsan magasabb színvonalon jelentkezik az iraki misszió tagjainál, ez azt jelzi, hogy arra törekednek, hogy a stressz keltette feszültséget mindenáron uralják, önmérsékletet és józanságot képesek mutatni a kritikus pillanatokban is. Feszültségtűrő képességük és énjük átlagon felüli. Stresszhelyzetekben és konfliktusos szituációkban a központi törekvésük az, hogy stabilitást mutassanak és megingathatatlannak látszódnak. Az önbüntetésre való hajlam mindkét missziós mintában egyformán átlag alatt van jelen, ez azt jelzi, hogy nem önmagukat hibáztatják, ha konfliktushelyzet alakul ki vagy akadályok gördülnek a céljaik útjába. Nem hajlamosak a lemondásra, az akadályoztatást a sors csapásaként fogják fel és passzivitásba, önvádolásba vonulnak. Kifejezetten nem passzívok vagy tanult tehetetlenséggel jellemezhetőek, inkább belső kontroll attitűdöt mutató személyekként írhatók le (V. táblázat, 5. ábra).

Összefoglalóan elmondható, hogy a teljes missziós állomány a magyar átlagnak megfelelő érzelmi intelligencia szinttel rendelkezik. Viszont kifejezetten magas a támaszváró magatartásuk, amely arra utalhat, hogy stresszhelyzetekben nagyobb szoron-

gást élhetnek meg, amelyet esetleg csak a helyzetből való kilépéssel tudnak leküzdeni (hasonlóan a figyelem-elterelés dimenzió alakulásához a coping vizsgálatban). Az empátiahiány is kissé magasabb az átlagnál, amely tényezőt a pszichológia felkészítésnél fókusz orientáltan kell kezelni és fejleszteni. Kiemelendő az önregulációs képesség magas szintje, amely összefüggést mutat a „Big Five” vizsgálat magas szintű önkontroll eredményével.

A missziós tünetek alakulása

Az iraki és más missziós katonák mintáinak összehasonlításakor figyelembe kell vennünk, hogy ezek a missziós tünetek mindig szubjektívan átélt tünetként kezelhetőek, nem az igazságtartalmat, hanem az adott katona által már zavarónak minősített és mindennapi munkáját hátráltató szintet jelzik. A 6. ábrán látható, hogy minden tünet kevésbé jelentkezett az iraki missziós mintában, azonban párhuzamosságok felfedezhetőek a tünete-gyüttesek alakulásában és lefutásában. A főbb tünetmegelőési párhuzamosságok a fáradékonyság, a levertség, a figyelemzavar, a szorongás, az idegesség, a gyomorproblémák, a feledékenység, a szédülés, a fáradékonyság, az evészavar, a döntésképtelenség, a



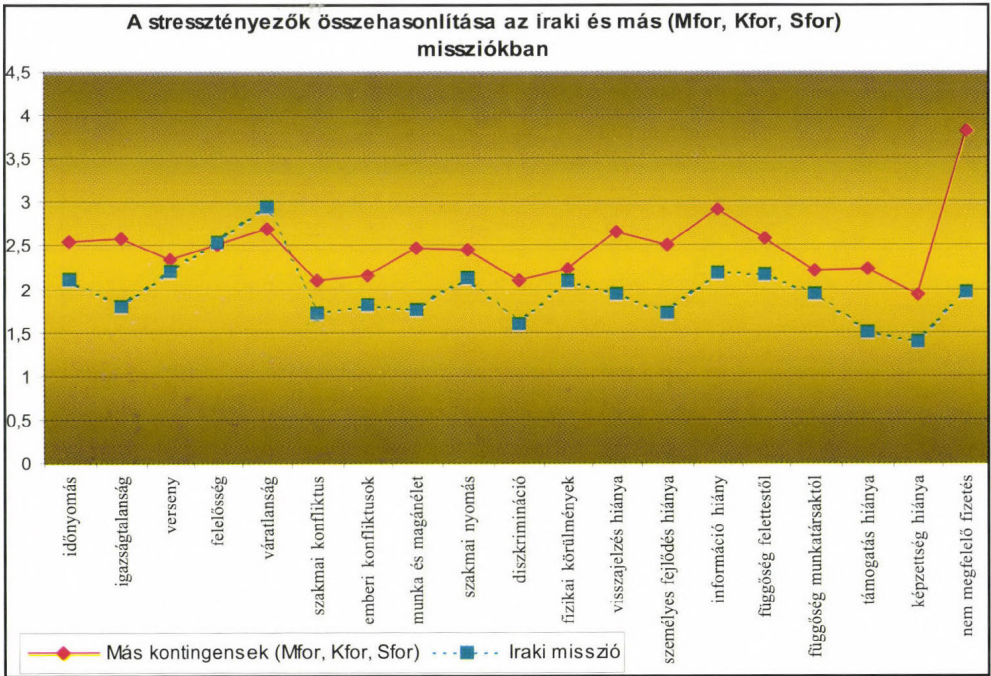
6. ábra: A missziós tünetek alakulása

keringési zavarok, a fokozottabb dohányzás, a fokozottabb alkoholfogyasztás, a lazítási képtelenség és az alkalmatlanságérzés átélésében jelentkeznek. A nem szignifikáns, csak tendenciaszintű, azonban annál figyelemreméltó tünetmegéleési különbségek az alábbi területeken jelentkeztek:

A levertség, unalom és ingerültség triászát az iraki missziós mintába tartozó katonák egyrészt szignifikánsan alacsonyabb szinten tartják erős és gyakori problémának, másrészt az iraki missziós mintára jellemző, hogy az elégedetlenség átlagértéke ugrik ki, a más missziós mintában azonban az unalom jelentkezett leginkább terhelő tényezőként. Az alvási zavar és fejfájás tünetek esetében az iraki missziós minta alacsonyabb tünetmegéleléséhez a fejfájás nagyobb mértékű hangsúlyozása járult (6. ábra).

Stressz jelenlét eredmények összehasonlító elemzése az iraki és más missziós szolgálatot teljesítő katonák esetében

A 7. ábrán látható, hogy az iraki missziós katonák mintája a váratlanság és a felelősség stressz jelenlét tényezőikön kívül minden más stressz tényezőt alacsonyabb szintűnek látnak a missziós munkájuk során. Újra hangsúlyoznunk kell, hogy ez a jelenség a missziós tünetekhez hasonlóan azt jelzi, hogy az iraki missziós szolgálatot teljesítő katonák más szintű és más területekre kiterjedő stressz forrásokkal rendelkeznek, illetve megoldási és feldolgozási módjaik (coping, személyiségvonások, szociális és érzelmi intelligencia) is eltérőek. Tapasztalhatóak párhuzamosságok a két minta között a stressz források észlelésében, mint például a



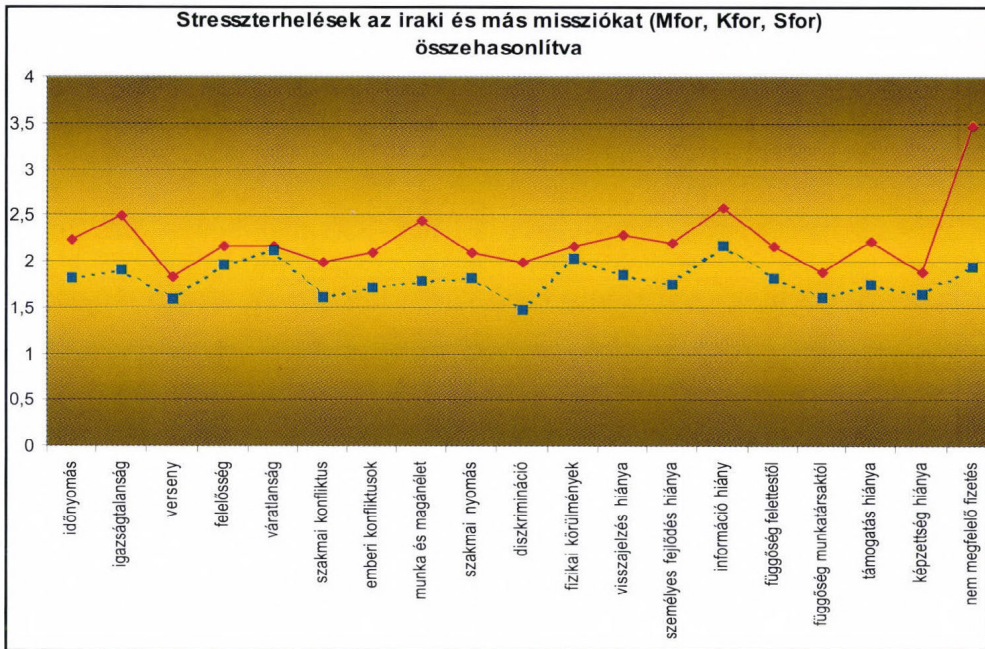
7. ábra: A stresszorok alakulása

verseny, a szakmai és emberi konfliktusok, illetve a szakmai nyomás és diszkrimináció, és a fizikai munkakörülmények esetében. Hasonlóan alakul két minta tekintetében a további stresszként megjelölt források észlelésében: a visszajelzés hiánya, a személyes fejlődés és megfelelő szintű információ hiánya, illetve a függőség a munkatársaktól és a képzettség hiányának fennállása. Azonban eltérő a minták közötti megítélés az igazságtalanság (ezt a területet az iraki misszió tagjai sokkal kevésbé tartják jelenlévő problémának a missziós munkájuk során), a munka és magánélet közötti konfliktus megítélése (ez a terület is kevesebb problémát okoz az iraki misszió tagjainak), a fizikai munkakörülményeknél kevésbé problémásnak tartják az iraki misszió tag-

jai a visszajelzés hiányát. Az egyik legfontosabb terület a nem megfelelő fizetés más missziók állományában, az iraki misszió tagjai között ez szignifikánsan kevesebb problémát okoz (7. ábra).

Stressz terhelés összehasonlító elemzése az iraki és más missziós minták között

A 8. ábra azt mutatja, hogy az iraki misszió tagjainak kevesebb problémát és nehézséget okoznak a stressz terhelés tényezők leküzdése, illetve nem akadályozzák olyan nagy mértékben munkájukban, mint az a más missziókban szolgálatot teljesítők esetében megjelenik. Legnagyobb eltérés a két minta között a fizetés megítélésében van, a más missziókban szolgálók szignifikánsan megterhelőbbnek érzik



8. ábra: A stressz terhelés alakulása

ezt a területet. További nagy eltérés az igazságtalanság okozta terhelésben jelentkezik, az iraki misszió tagjai kevésbé érzik ezt megterhelő tényezőnek. Ugyanez a helyzet a magánélet és a munka okozta konfliktus megítélésében is, az iraki misszió tagjainak úgy tűnik, hogy nem okoz akkora problémát e két szignifikáns tényező összeegyeztetése. Érdekes módon a diszkrimináció jelensége is több terhelést okoz a más missziókban szolgálóknak, mint az iraki missziós mintának. A két minta véleménye leginkább a verseny és a fizikai körülmények okozta terhelés megítélésében közeledik egymáshoz (8. ábra).

Regressziós eredmények a missziós tünetek, stressz jelenlét és terhelés mutatókat befolyásoló személyiség és coping összetevők feltárására

A „Big Five” dimenziók befolyásoló szerepe

A missziós tünetek, stressz jelenlét és terhelés mutatók (mint célváltozók) és átlagértékek alakulását befolyásoló személyiség szintű és coping összetevők feltárására lineáris regressziós vizsgálatokat végeztünk a teljes missziós minta körében. Rávilágítunk azokra az esetlegesen fejlesztésre szoruló vagy éppen a katonák szubjektív jóllétét és stressz kezelését játékon befolyá-

Big Five dimenziók	Beta	Szign.
BFQ7 Érzelmi kontroll	0,967	,007
BFQ8 Impulzivitás kontrollhiány	0,701	,024
BFQ14 Lelkiismeretesség	-0,406	,033

VI. táblázat: A missziós tünetek és a „Big Five” dimenziók szignifikáns kapcsolatai (lineáris regressziós vizsgálat)

soló tényezőkre, amelyek szerepet játszanak a missziós tünetek és stressz jellemzők megélésére (VI. táblázat).

Az „érzelmi kontrollhiány” dimenzió egyenes összefüggést mutat a missziós tünetek megélésével. Minél nagyobb a katonák érzelmi kontrollhiánya, annál magasabb szintű misszió-

színűleg annak köszönhető, hogy a lelkiismeretes személyek megbízhatóak, pontosak, céltudatosak és erős akaratúak. A magas pontszámot elérő személyek kiváló tanulmányi vagy munkahelyi előmenetellel rendelkeznek, már-már kényszeres aprólékosság vagy munkamániák jellemzőket (VII. táblázat).

Big Five dimenziók	Beta	Szign.
BFQ3 Együtműködés	-0,492	,030
BFQ4 Udvariasság	-0,912	,018
BFQ7 Érzelmi kontroll	0,806	,038
BFQ8 Impulzivitás kontrollhiány	0,623	,042

VII. táblázat: A stressz jelenlét és a „Big Five” dimenziók szignifikáns kapcsolatai (lineáris regressziós vizsgálat)

ós tünetmegélést mutatnak. Ez azzal magyarázható, hogy ez a dimenzió a stresszteli élethelyzetekkel való megküzdés képességének alakulását mutatja, és magasabb pontszámot elérő katonák könnyebben sebezhetőek, gyakran szomorúak, feszültek, szorongók és idegesek, így nehezebben tudják kezelni a missziós tüneteket és erősebben élnek meg azokat.

Az „Impulzivitás kontrollhiány” összefüggése szintén egyenesen arányosan alakul a missziós tünetek megélésével, így az ingerlékenység, az elégedetlenség és a düh szabályozásának hiányosabb képessége ahhoz vezet, hogy a missziós tünetek magasabb szinten jelennek meg ezeknél a katonáknál, a missziós szolgálat helyszínétől függetlenül. A „Lelkiismeretesség” dimenzió összefüggése a missziós tünetek alakulásával fordítottan arányos, tehát minél magasabb színvonalat mutatnak a katonák ezen dimenzióban, annál kevesebb missziós tünetről számolnak be. Ez való-

Az „Együtműködés” regressziós hatása fordítottan arányos a stressz jellemzők jelenlétének észlelésével, vagyis az együtműködés magas szintje csökkenti a stresszorok okozta feszültség megélését. Ez a dimenzió voltaképpen a mások szükséglete iránti érzékenységet takarja. Ha a katonák magas pontszámot érnek el az jelzi, hogy együtműködők és figyelemmel kísérik azt, hogy tettei milyen hatással vannak másokra. Az „Udvariasság” dimenzió magas szintje szintén csökkenti a stressz jelenlét átlagértékét a katonák körében, vagyis azok a személyek, akik a skálán magas pontszámot értek el, toleránsabbak és együtműködőbbek másokkal, ezzel együtt alacsonyabb stressz szintet mutatnak. Az „Érzelmi kontrollhiány” a missziós tünetek megéléséhez hasonlóan a stressz jellemzők jelenlétének magasabb fokú feszültségkeltő hatásában is szerepet játszanak. Azok a katonák, akiket nyugodtság, a stabil hangulat és a tolerancia jellemez ke-

vésbé fogják a stresszorok okozta feszültséget megélni. Az „Impulzivitás kontrollhiány” a missziós tünetek megélésében játszott szerepéhez hasonlóan alakul a Stressz jelenlét megélésében is. A magas pontszámot elérő katonák, akik néha lényegtelen dolgokon is feldühödnek és nehéz élethelyzetekben hamar elvesztik önuralmukat, nagyobb feszültséget élnek át a stresszorok hatására is. Míg akik nyugodtabbak, és az őket ért provokációkra nem reagálnak hevesen, illetve frusztráció-tűrésük jobb, azok alacsonyabb szintű stressz jelenlétről számolnak be a missziós munkájuk során (VIII. táblázat).

A coping dimenziók befolyásoló szerepe

A feszültségkontroll dimenzióban mutatott magas érték csökkenti a missziós tünetek megélésének erősségét. Mivel ezen coping megoldási mód során az egyén alapvető célja a személyiség stabilitásának megőrzése, a figyelem a fenyegetésről az énré terelődik, miközben a helyzetmódosítás lehetőségét fenntartják. Igyekeznek távolabbról és objektívan szemlélni a helyzetet, így próbálnak tárgyilagosak maradni, és ez által a missziós tünetek leküzdése és kezelése sem jelent számukra akkora nehézséget, mint az alacsonyabb fe-

Big Five dimenziók	Beta	Szign.
BFQ4 Udvariasság	-0,555	,037
BFQ7 Érzelmi kontroll	0,707	,044

VIII. táblázat: A stressz terhelés és a „Big Five” dimenziók szignifikáns kapcsolatai (lineáris regressziós vizsgálat)

Az „Udvariasság” dimenzió mutató magasabb pontszám csökkenti a stresszorok okozta feszültség megélésének nagyságát, tehát az emberesebb, jóindulatú és együttműködőbb viselkedés-megnyilvánulások csökkentik a megterhelés hatását. A másokkal szembeni barátságtalanság vagy ellenségeskedés ellenben elősegíti a megterhelés kialakulását a katonák körében. Az „Érzelmi kontrollhiány” a stressz jelenlét alakulásában játszott szerepéhez hasonlóan a megterhelések megélésében is egyenes arányos hatást fejt ki. A dimenzió magas pontszámot elérő katonák könnyen sebezhetőek, gyakran szomorúak, feszültek, szorongók és idegesek, és emellett a stresszorok okozta megterheléseket is nehezebben viselik el.

szültségkontroll szinttel rendelkező katonák számára. Az emóció-kiürítés dimenzióban elért magas pontszám elősegíti a missziós tünetek magasabb szintjét, mely jelenség azzal magyarázható, hogy a fenyegetettség okozta feszültséget ezek a katonák sokszor kontrollálatlan, nem célirányos reakciókban vezetik le, hagyják, hogy az érzelmeik szabadon megnyilvánuljanak, ezzel másokban is feszültséget kelthetnek, így elvesztik a társas támogatás adta feszültségcsökkentő lehetőségeket. Sőt ezáltal a missziós tünetek felnagyításához és erősödéséhez is hozzájárulhatnak. Az önbüntetés, mint coping összetevő elősegíti a missziós tünetek erősödését, mivel ekkor a katonák a fenyegetést, a negatív emocionális el-

Coping összetevők	Beta	Szign.
Coping3 Feszültségkontroll	-0,248	,032
Coping6 Emóció-kiürítés	0,465	,007
Coping7 Önbüntetés	0,547	,009

IX. táblázat: *A missziós tünetek és a coping összetevők szignifikáns kapcsolatai (lineáris regressziós vizsgálat)*

ményeket úgy értelmezik, mint jogos, törvényszerű válaszokat korábbi helytelen, nem kívánatos viselkedésükre, vagyis magukban keresik a hibát, ezzel növelve a missziós szolgálatból adódó tünetek nagyságát (X. táblázat).

Az emóció-kiürítés a missziós tünetek alakulásában betöltött szerepéhez

Az emóciófókuszú coping összetevő elősegíti a stresszorok megélésének nehézségeit és az általuk kialakuló terhelések nagyságát. A magas pontszámmal rendelkező katonák erőfeszítései ekkor elsősorban arra irányulnak, hogy a fenyegetettség keltette negatív, kellemetlen érzelmi állapotot megszüntessék, és emellett

Coping összetevők	Beta	Szign.
Coping6 Emóció-kiürítés	0,228	,045

X. táblázat: *A stressz jelenlét és a coping összetevők szignifikáns kapcsolatai (lineáris regressziós vizsgálat)*

Coping összetevők	Beta	Szign.
Coping5 Emóciófókusz	0,274	,040

XI. táblázat: *A stressz terhelés és a coping összetevők szignifikáns kapcsolatai (lineáris regressziós vizsgálat)*

hasonlóan, a stressz jellemzők jelenlétének észlelését is felnagyítja. Tehát ha a katonák a feszültséget valamilyen kontrollálatlan, nem célirányos reakciókban vezetik le, akkor a stresszorok okozta feszültséget is sokkal erősebben élik át (XI. táblázat).

még a stresszorok okozta megterhelést is nagyobbak érzik.

A pszichológiai jóllét dimenziók befolyásoló szerepe

A pozitív emberi kapcsolatok magas szintű átélése megakadályozza a missziós tünetek erősödését, tehát ha

Jóllét dimenziók	Beta	Szign.
Jóllét2 Pozitív emberi kapcsolatok	-0,609	,001
Jóllét3 Autonómia	0,631	,006
Jóllét4 Környezeti kontroll	-0,340	,022
Jóllét6 Személyes fejlődés	-0,584	,008

XII. táblázat: *A missziós tünetek és a jóllét dimenziók szignifikáns kapcsolatai (lineáris regressziós vizsgálat)*

Jóllét dimenziók	Beta	Szign.
Jóllét2 Pozitív emberi kapcsolatok	-0,623	,001
Jóllét3 Autonómia	0,348	,021

XIII. táblázat: *A stressz jelenlét és a jóllét dimenziók szignifikáns kapcsolatai (lineáris regressziós vizsgálat)*

Jóllét dimenziók	Beta	Szign.
Jóllét4 Környezeti kontroll	-0,242	,031

XIV. táblázat: *A stressz terhelés és a jóllét dimenziók szignifikáns kapcsolatai (lineáris regressziós vizsgálat)*

a katonáknak bizalomteljes kapcsolatuk van társaikkal és feletteseikkel és törődnek mások jóllétével, akkor a missziós tünetek enyhébben jelentkeznek esetükben. Az autonómiára törekvés túlságosan erős jelenléte ahhoz vezet, hogy a missziós tünetek fel erősödnek. Ez azzal magyarázható, hogy a döntéseiben és életvezetésében túlzottan önálló és független katonák elveszíthetik kölcsönösen támogató kapcsolatukat másokkal, így a missziós tüneteket is erősebben élik át. A környezeti kontroll magasabb szintje csökkenti a missziós tünetek erősségét, mivel ezek a katonák képesek uralni és befolyásuk alatt tartani környezetüket, így képesek lehetnek a missziós tüneteket is kontrollálni, és negatív hatásukat csökkenteni. A magas szinten átélt személyes fejlődés érzése szintén csökkenti a missziós tünetek erősségét, ilyenkor a katonák folyamatos fejlődést élnek át, és van érzékük ahhoz, hogy felismerjék a saját magukban rejlő lehetőségeket (XIII. táblázat).

A pozitív emberi kapcsolatok dimenzióban elért magas pontszám csökkenti a stresszorok okozta feszültség jelenlétét a katonák körében. Tehát ha a ka-

tonáknak megfelelő kapcsolata van másokkal, nem elszigeteltek és frusztráltak a társas kompetenciáikban; akkor csökken a stressz jellemzők észlelése a missziós munkájuk során. Az autonómia túlzott előtérbe helyezése felnyagyhathatja a stresszorok jelenlétének észlelését, ekkor a katonák nem törődnek mások elvárásaival, fontos döntések meghozatalában mások véleményét nem kérik ki, így a döntésekkel járó felelősséget és kockázatot sem tudják megosztani társaikkal, amely egy idő után nagyobb szintű stressz okozta feszültséghez vezet (XIV. táblázat).

A környezeti kontrollban mutatott magasabb pontszám csökkenti a stresszorok okozta terhelés erősségét és a katonák által átélt szubjektív feszültséget, erős kompetencia-érzés hatja át őket, ekkor úgy érzik, hogy képesek uralni és befolyás alatt tartani környezetüket, nem élik meg a missziós szolgálatból fakadó nehézségeket úgy, hogy ami velük történik, azt a külvilág tartja kontroll alatt.

A pszichológiai immunkompetencia dimenziók befolyásoló szerepe

A pszichológiai immunkompetencia rendszer dimenziói közül a szink-

Pszichológiai immunrendszer dimenziók	Beta	Szign.
PIK12 Szinkronképesség	-0,650	,037
PIK15 Érzelmi kontroll	-0,577	,046

XV. táblázat: *A stressz jelenlét és a pszichológiai immunrendszer dimenzióinak szignifikáns kapcsolatai (lineáris regressziós vizsgálat)*

	Gyakoriság	Százalék	Valid Százalék
OIF	38	44,2	44,2
MFOR	17	19,8	19,8
SFOR	15	17,4	17,4
KFOR	16	18,6	18,6
Összesen	86	100,0	100,0

XVI. táblázat: *Missziós szolgálati helyek megoszlása az interjú vizsgálat szempontjából*

ronképesség megvédi a katonákat attól, hogy a missziós szolgálat alatt jelentkező stresszforrásokat túlságosan nagy feszültséggel teli és kellemetlen helyzetként élik át. Ekkor a katonák azon kapacitása kerül előtérbe, amely szerint képesek lesznek együtt fejlődni a környezeti változásokkal, és képesekké válnak energiáikat maradéktalanul a feladat végrehajtásra koncentrálni. Megjelenik körükben a figyelem és a tudati működés feletti kontroll képessége, mely kiterjedhet a stressz jellemzők kezelésére is. Az érzelmi kontroll nagyobb mértéke csökkenti a stressz okozta nehézségek túlzott megélését a missziós szolgálat alatt, ekkor a katonák képessé válhatnak arra, hogy az esetleges kudarcok és fenyegetések, illetve egyéb stresszorok keltette negatív érzelmeket átalakítsák konstruktív viselkedésbe és valószínűleg a társas kapcsolatok jobb kezelésében is előre lépést mutatnak.

A strukturált interjúk eredményei

A jelen vizsgálat során 86 fő, missziós szolgálatot teljesítő katonával foly-

tattunk strukturált interjúkat. Az interjú felvétele együttműködő hangulatban folyt, a katonák készségesen válaszoltak a feltett kérdéseinkre. Az interjúkat képzett pszichológusok vették fel egyrészt a hazatérő állomány körében közvetlenül hazatérésüket követően, másrészt a missziós szolgálatok (OIF, MFOR, SFOR, KFOR) helyszínén az alábbi missziós szolgálat szerinti megoszlásban (XVI. táblázat).

Láthatjuk, hogy az interjúkon résztvevő 86 főből közel a fele az iraki missziós szolgálatot végző katonák közül került ki. Ez azért volt módszertanilag fontos, mivel célkitűzéseink között szerepelt az iraki és más missziós szolgálatot végző katonák többszempontú összehasonlítása, amely csak a megfelelő arányú mintavétellel volt biztosítható, amelyet a strukturált interjúk esetében is érvényre juttattunk. Jellemző eredményünk, hogy a megkérdezett katonák közel 40%-a már vett részt korábbi missziós szolgálatban, főként a KFOR keretein belül (31,4%) (XVII. táblázat).

	Gyakoriság	Százalék	Valid Százalék	Összegző Százalék
Nem vett részt	51	59,3	59,3	59,3
Irak	5	5,8	5,8	65,1
KFOR	27	31,4	31,4	96,5
SFOR	3	3,5	3,5	100,0
Összesen	86	100,0	100,0	

XVII. táblázat: *Teljesített-e már szolgálatot korábban missziókban?*

	N	Minimum	Maximum	Átlag	Szórás
Misszió(k)ban eltöltött szolgálati idő (hónapban)	86	1,00	30,00	9,2326	4,8645

XVIII. táblázat: *Missziós szolgálati idő az interjúkon résztvevőkre nézve*

	Gyakoriság	Százalék	Valid Százalék	Összegző Százalék
férfi	80	93,0	93,0	93,0
nő	6	7,0	7,0	100,0
Összesen	86	100,0	100,0	

XIX. táblázat: *Az interjú vizsgálaton résztvevők nemi megoszlása*

A katonák korábbi és jelen missziókban eltöltött szolgálati idejét tekintve láthatjuk, hogy a teljes mintára átlagosan 9 hónap missziós szolgálat jellemző, és 30 hónapnál senki nem töltött több időt missziós szolgálatban a mintából (XVIII. táblázat).

A nemi megoszlás tekintetében a férfiak vannak túlnyomó részben (93%) az interjú részt vett katonák között, a missziós szolgálat nemi reprezentativitását követve (XIX. táblázat).

Életkorukat tekintve a teljes interjú mintára a 31 év körüli átlagéletkor jellemző, a legidősebb interjú résztvevő katona 48 éves volt (XX. táblázat).

A Magyar Honvédségnél eltöltött szolgálati időt tekintve átlagosan 8 éve jellemző a katonákra, a legrégibben szolgáló katona (a missziós interjú részt vettek közül) 26 éve szolgál a hadsereg kötelékében, a legrövidebb időt katonaként eltöltött missziós szolgálatot teljesítő is legalább két éve szolgál (XXI. táblázat).

A katonák végzettségét tekintve megállapítható, hogy a középfokú végzettséggel rendelkezők vannak túlnyomó részt mintánkban (78%), alacsonyabb végzettsége kevesebb, mint 6 százalékuknak van, míg felsőfokú végzettséggel több mint 16%-a a katonáknak (XXII. táblázat).

	N	Minimum	Maximum	Átlag	Szórás
Életkor	86	22,00	48,00	30,8256	6,1457

XX. táblázat: *Az interjú minta életkori megoszlás*

	N	Minimum	Maximum	Átlag	Szórás
Magyar Honvédségnél eltöltött évek száma	86	2,00	26,00	8,1744	6,7636

XXI. táblázat: Szolgálati idő megoszlása az interjúban résztvevők esetében

	Gyakoriság	Százalék	Valid Százalék	Összegző Százalék
Alapfokú	5	5,8	5,8	5,8
Középfokú	67	77,9	77,9	83,7
Felsőfokú	14	16,3	16,3	100,0
Összesen	86	100,0	100,0	

XXII. táblázat: Az interjúval felmért, missziós szolgálatot teljesítő katonák végzettség szerinti megoszlása

A missziókban résztvevő katonák személykonstrukcióinak és motivációs rendszerének feltérképezése az interjúk alapján

A missziós szolgálatban részt vevő katonák strukturált interjú eredményeiből kiemelhető, hogy a missziós szolgálat elvállalása melletti döntést befolyásoló tényezők között főként a katonák a saját és a hozzá közelálló sorsát befolyásoló külső célokat említették (75,6%), amelyek főként az anyagi elismerés kategóriájába estek. Az önmagáért való belső cél is jelen volt a katonák körében (17,4%), ezek közé többek között a szakmai kihívás, a kalandvágy és a képességeinek kipróbálása tartozott. Valamilyen jobb teljesítményre motiváló tényezőt az interjúban résztvevő missziós katonák közül egy ember kivételével mindenki említett. Ezek főként saját maguk és szeretteik érdekét szolgáló belső célban jelentek meg (49%), melyek a bizonyítási vágy, a megmérettetés, a siker élménye, a maximalista és sikerorientált beállítottság voltak.

Közel hasonló mértékben jelentkezett a másokért külső vagy belső célért való teljesítményigény, amely a felet-

testől származó elvárások, a szóbeli elismerés, a dicséret, a jó társaság, a parancsnoknak való megfelelés. A közös munkához, a csapathoz való viszonyulásukat tekintve a katonák főként kollektivisták (mások és a csoport érdekeit szem előtt tartók) és alkalmazkodóak (közel 90%), egyéni érdekeket szem előtt tartók (individualisták) mindössze 10,5 százaléka a katonáknak. A katonák sokkal inkább a csapat, a saját csoport és mások érdekeit helyezik előtérbe. Ez azt jelenti, hogy kifejezetten szívesen dolgoznak együtt másokkal és szeretik a közös munkát. Indokként azt emelik ki, hogy a közös munka nagyobb biztonságot, változatosságot, illetve jobb hangulatot teremt. Ezek kifejezetten a kollektivista beállítottságú személyekre jellemző magyarázatoknak foghatók fel. A katonákra jellemző, hogy a missziós szolgálat előtt legfőbb erősségüknek a teherbírásukat, kitartásukat tartották, majd ezt követte a személyiségbeli vonásaik (megbízható, becsületes) és társas együttműködési készségeik (alkalmazkodó, együttműködő) kiemelése. A katonák több mint 10 százaléka gondolja úgy, hogy a missziós szol-

gálat megkezdése előtt nem volt semmilyen gyengesége, hiányossága.

Legtöbbször a társas kapcsolataikban jelentkező hiányosságokat emelik ki (pl. nyers, nehezen barátkozó, túlzottan befolyásolható), illetve ezt követték személyiségbeli problémák (pl. túl makacs, alacsony kudarc-tolerancia). A missziós szolgálat utáni, illetve jelenlegi erősségek közül a katonák főként a szakmai tudásuk fejlődését emelik ki, illetve a társas kapcsolatok terén bekövetkezett pozitív változásokat említik (pl. jobban tud most már bánni emberekkel, illetve pontosabb emberismeret). A missziós szolgálat alatt kiderült gyengeségek esetében közel 12% nem talál ilyen területet. A társas kapcsolatok szerepe itt is felértékelődik (pl. családdal romlott a kapcsolat, türelmetlenebb, engedékenyebb) és a személyiség szintű változások (ingerelhetőbb, kevésbé toleráns, robbanékonny) is nagymértékben nyomon követhetők. A missziós munkából fakadó jó élmények jórészt a szakmai feladatok sikeres véghezvitele és a társas kapcsolatok kialakulásával kapcsolatosak. Sajnos a nyelvtanulással kapcsolatos pozitív élmény csak elhanyagolható százalékban fordult elő (1,2%). A sikeres feladatmegoldást kiemelő kérdésre kapott válaszok megoszlása is főként a szakmai területekre vonatkozott (76,7%), de az a jelenség igen pozitívnak mondható, hogy a katonák közül csak mintegy 6 fő (7%) jelezte, hogy nem volt sikeres feladatmegoldásban része a missziós szolgálat során.

A kevésbé sikeres vagy sikertelen feladatmegoldás esetében azt találtuk,

hogy a katonák több mint 40 százalékának nem volt ilyen eseményben része, tehát a kapott feladatokat maradéktalanul végrehajtották. A mégis előforduló hiányos feladatmegoldás a szakmai területek, illetve külső, főként természeti akadályok leküzdéséből fakadtak. Társas kapcsolati problémák megoldása (saját, illetve más kontingensek katonáival való) szinte alig (kevesebb, mint 10%) szerepelt a sikertelen feladatmegoldások között, mint mögöttes ok. A katonák saját teljesítményük megítélése során a kiváló, nagyon jó fokozatot adták, illetve sokan említették, hogy kifejezetten elégedettek és büszkék a misszióban nyújtott munkájukra. Az elfogadható kategóriába mindössze 6 százalékuk helyezte önmagát. A bizonytalanság érzésükre, illetve tanácsatlanságukra rákérdezve azt az eredményt kaptuk, hogy közel 70 százalékuknak nem volt ilyen élménye a missziós szolgálata alatt, illetve ha mégis előfordult ilyen helyzet, azt a küldő körülményeknek (támadás, szokatlan időjárás) tulajdonították, nem szakmai felkészületlenségüknek. A misszióból való hazatérés utáni változások önmagukon való detektálása tekintetében látható, hogy a katonák 17,4 százaléka nem észlelt változást, a személyiségbeli változások (pl. komolyabb, felelősségteljesebb és megfontoltabb lett) szerepe tekinthető számottevőnek. A fizikai képességekben jelentkező változások a túlsúlyosság, az izzadás, az alvási problémák és a kézzsibbadás területein mérhetőek.

A jövőbeni missziós munkát illetően azt az eredményt kaptuk, hogy a katonák kevesebb, mint 20 százaléka nem

szeretne részt venni további missziókban valamilyen belső (pl. már bizonyított, nincs szüksége megméretetésre) vagy külső ok miatt (pl. nyugdíjba vonul, a családtól való nagy távolság), illetve a részvételi szándék mögötti oknak főként az anyagi okokat jelölték meg (50%), de a szakmai tapasztalatszerzés is jelentős (14%). A katonák jövőképét illetően azt találtuk, hogy összességében jónak vagy kifejezetten optimistának tartják a missziós szolgálatban résztvevők a jövőjüket (62,8%), körülbelül a katonák negyede látja rossznak, vagy legalábbis nem jónak a jövőjét (26,7%). A jövőbeni célkitűzéseik között igen nagymértékben szerepel a további missziókon való részvétel (43%), de emellett az itthoni katonai szakmai előmenetel is nagymértékű (39,5%). A megkérdezett katonák mindössze 9,3 (8 fő) százaléka nem szeretne a hadsereg kötelékénél maradni. A missziós szolgálat alatti feszültségcsökkentő megoldások esetében látható, hogy legnagyobb mértékben a sport (pl. testépítés, futás), illetve a káros szenvedélyek (pl. dohányzás) és az egyedül végzett tevékenységek (pl. olvasás, számítógépezés) nyugtatják meg leginkább a katonákat. Igen kis mértékben az agresszív megnyilvánulások is előfordulnak (pl. kötekedés, veszekedés).

A katonatársakkal és szociális környezettel való kapcsolat feltárása

A katonatársakban a megkérdezettek nagy része a társas kapcsolati területről származó pozitív tulajdonságokat értékeli nagyra, ez alapján választanák őket katonatársuknak.

Ilyen tulajdonságok többek között az együttműködés, az alkalmazkodás, a segítőkészség, az odafigyelés és a barátságosság voltak. A szakmai tudás is felmerült nagyszámban, mint fontos és méltányolandó tulajdonság. A célirányosan a missziós teljesítményt elősegítő tulajdonságok esetében a katonák nagyrészt a szakmai felkészültséget, a társas kapcsolatok kezelésében való jártasságot (pl. emberség, támogató magatartás, a bizalom, jó kapcsolatteremtő) és az erős személyiségre utaló jegyeket tartották fontosnak (pl. önfegyelem, tűrőképesség, akaraterő, elszántság), illetve a fizikai állóképesség megléte számított alapvető fontosságúnak. A katonatársaktól való segítségnyújtás megtagadása a katonák közel felének (47%) szemében elítélendő vagy „megbosszulandó” (hasonló módon ők sem segítenének neki a jövőben) cselekedet (17,4%), főleg missziós szolgálat alatt, sokan kifejezetten eltávolítanák az ilyen embereket a katonai kötelékből. A másoktól kért és kapott támogatás tekintetében mindössze egy ember volt, aki úgy érezte, hogy nem kellett másokra támaszkodnia a missziós szolgálat során, a többiek főként a katonatársakat (55,8%), közvetlen parancsnokukat (24,4%), illetve az otthonmaradt családot, barátokat jelölték meg (11,6%). Ez azt jelenti, hogy a katonák több mint 80 százaléka kért és kapott a saját kontingensén belül segítséget a missziós szolgálata során. A családtól kapott visszajelzés a missziós szolgálat alatt bekövetkezett esetleges változásokról főként a személyiségbeli

(pl. komolyabb, megfontoltabb) és a társas kapcsolati (pl. ragaszkodóbb, figyelmesebb) változások területéről származott. A katonák több mint 40 százaléka nem kapott ez irányú visszajelzést a családjától.

A misszióbeli munkakörülmények és elégedettség felmérése

A katonák 73,2 százalékát nem zavarta semmi a missziós szolgálat alatt, vagy legalábbis nem említett ilyen esetet. A misszióbeli szolgálat alatt megjelenő zavaró tényezőket vizsgálva láthatjuk, hogy a zavaró eseményt említő katonák főként a külső körülményeket (pl. túlságosan nagy meleg, nehéz felszerelés) és társas kapcsolati problémákat említene (pl. túl sokan voltak egy körletben, emiatt konfliktusok, kötekedők a saját kontingensen belül). A missziós munka során átélt kellemes szituáció esetében a sikeres szolgálati feladattal kapcsolatos élményt emelték ki a katonák (43%), illetve a saját kontingensen belüli közösségi események (pl. sportnap, szilveszter, közös főzések) hagytak bennük maradandó nyomot. A kellemetlen események kategóriájában a válaszolók nagy része nem tudott beszámolni ilyen eseményről, de többen voltak azok, akik a tábor elleni támadást ítélték meg olyan eseményként, amire nem szívesen emlékeznek vissza, illetve amely először elbizonytalanította őket. Az itthoni munkakörülmények összehasonlítása a missziós körülményekkel azt az eredményt adták, hogy a válaszadók nagyobb része a kinti körülményeket tartják jobbnak mind felszereltség, mind ellátottság szempontjából (53,2 %). Azonban a

hazai körülményeket, a biztonságot és a megszokott munkakörülményeket is sokan többre tartják, mint a missziós szolgálatot (35,5%). A missziós munka és szolgálat megszakításával kapcsolatosan katonák 22,1 százaléka semmiképpen nem jött volna haza, míg közel 60 százalékuk is csak a közvetlen hozzátartozójuk halála esetén. Érdekes eredmény és a kollektivista szemlélet jelenlétét támasztja alá, hogy néhány katona akkor szakítaná meg a szolgálatát, ha más katonatársaiak úgy döntenének.

A strukturált interjúterületek és a missziók közötti összefüggések vizsgálata

A missziók közötti szignifikáns eltérések a felvett strukturális interjúterületek tekintetében a misszió előtti elvárások tekintetében, a misszió előtti erősségekben, a jövőbeni missziós szolgálatban való részvételben, katonatársakban respektált tulajdonságok esetében és a missziós szolgálat alatti együttműködési problémák területén jelentkeztek.

Azok a katonák, akik az iraki misszióban teljesítettek szolgálatot szignifikánsan ($F=3,451$; $p \leq 0.031$) nagyobb arányban jelezték, hogy belső célokkal kapcsolatos elvárásaik voltak a missziós szolgálat megkezdése előtt a misszióval kapcsolatban (pl. képességeik kipróbálása, szakmai tapasztalatok szerzése, és önmaguknak való bizonyítás). A más missziókban résztvevők inkább valamilyen külső céllal kapcsolatos elvárásról számoltak be (pl. anyagi javak és elismerés megszerzése).

A misszióbeli legfőbb erősség tekintetében az iraki misszió tagjai szignifikánsan ($F=4,214$; $p \leq 0.017$) kevesebben jelöltek meg személyiségbeli fejlődést (pl. akaraterő növekedett, elszántabb lett), hanem sokkal inkább a kitartás, teherbírás és a fizikai állóképesség területén láttak magukon változást. Feltételezhető, hogy a sikeres missziós szolgálattal összefüggő és elvárt személyiség szintű változókkal már a misszió előtt úgy érezték, hogy rendelkeztek.

Az iraki missziós szolgálatot teljesítők közül csak valamilyen külső ok (pl. nyugdíj) miatt nem szeretne részt venni további missziókban. A részvételi szándékukat az iraki missziós katonák főként az anyagi szolgáltatások miatt szeretnék vállalni (más missziós szolgálatot teljesítőkhöz hasonlóan), azonban az iraki missziósoknál a kalandvágy, a társaság és a szakmai tapasztalatok szerepe szignifikánsan nagyobb ($F=2,913$; $p \leq 0.037$), mint más missziós szolgálati helyen szolgálatot teljesítő katonáknál. Más missziós katonák belső okra is hivatkoznak a további missziós szolgálat elkerülésében, mint a bizonyítási vágy hiánya és az averzió a missziós szolgálattal kapcsolatosan. Az iraki misszióban szolgálók szignifikánsan nagyobb számban a szakmai tudást, a munkaszeretetet és felkészültséget méltányolják katonatársaikban ($F=4,114$; $p \leq 0.015$), ha missziós szolgálatról van szó, illetve esetükben a személyiségbeli változók (pl. megbízható) és a kitartás, teherbírás is megjelenik respektált tulajdonságként. A más missziós katonák főként a társas kapcsolati készségeket

értékelik katonatársaikban, mint a barátságos, segítőkész, együttműködő, bajtársias, odafigyelő és más, a közösséget összetartó jellemzőket.

Az iraki misszióban szolgálatot teljesítők esetében a misszió alatt felmerülő együttműködési problémát gyakoribbnak látták, illetve sokkal inkább másoknak (nem a kontingens tagjainak) vagy külső körülménynek tulajdonították ($F=3,524$; $p \leq 0.023$), míg más missziókban résztvevők kevesebb ilyen problémát említettek és egyenlő arányban tartották azokat saját hibájukból kialakultnak, mint mások hibájának. Ez a jelenség megerősíti azt a tendenciát, hogy más missziókban szolgálatot teljesítők sokkal inkább hangsúlyozzák és támogatják a társas kapcsolatokat, mint az iraki misszió tagjai, ahol inkább a szakmai felkészültség és tudás a mérvadó.

A missziós tünetek, a stressz jelenlét és terhelés összefüggései a strukturális interjú eredményeivel

A feltárt missziós tünetek, stressz jelenlét és stressz terhelés jellemzők területén megjelenő missziós különbségek leírásán túl többszemponatos elemzéseket is végeztünk a missziós tünetek, a stressz jelenlét és a stressz terhelés speciális, missziónkénti eltérést mutató alakulásáért felelős háttér tényezők feltárására a strukturális interjúk eredményei alapján a teljes missziós mintában.

Azok a katonák (missziós szolgálati helytől függetlenül), akik úgy érzik, hogy nincsenek gyengéik, és a missziós szolgálat alatt sem merültek fel sem szakmai, sem személyiségbeli

hiányosságai, azok szignifikánsan ($F=5,784$; $p \leq 0.017$) alacsonyabb szintű tünetjellemzőkről számoltak be. A legmagasabb tünetátéléssel a személyiségbeli hiányosságait (pl. megbízhatatlan, lusta, alacsony kudarc-tűrés, túl laza) felsoroló katonák rendelkeznek.

A saját missziós teljesítmény megítélése egyenes arányosságban van a stressz terhelések jobb elviselésével, vagyis minél elégedettebbek a katonák saját teljesítményükkel, annál alacsonyabb szintű stressz terhelésről számolnak be, illetve annál jobban elviselik a stresszorok okozta feszültséget ($Beta= 0.667$; $p \leq 0.018$). A missziós szolgálat alatti folyamatos teljesítményértékelés és erről adott visszajelzés ezáltal elősegíthetné a katonákban a stressz okozta terhelések elviselését és eredményesebb kezelését és feldolgozását.

A legmagasabb szintű missziós tünetszintet ($F=3,814$; $p \leq 0.035$) azoknál a katonáknál találtunk (missziótól függetlenül), akik szakmai területen jelentkező hiányosság vagy éppen nyelvi nehézségek miatt éltek át valamilyen bizonytalan helyzetet a missziós szolgálat során. Ez alátámasztja a szakmai felkészültség és a nyelvi képzések fontosságát és szükségességét. Azon katonák esetében, akik nem éltek át vagy megfelelően kezelni tudtak bizonytalan helyzeteket, illetve valamilyen külső körülményre tehetők a felelősséget a bizonytalan vagy sikertelen feladatmegoldás miatt, azok sokkal alacsonyabb missziós tünet-szintről tettek tanúságot.

A feszültségcsökkentő megoldások használatának hatása a missziós tünetekre – a missziós szolgálat alatt – igen figyelemreméltoan alakulnak. A társas kapcsolatok keresése tűnik a legeredményesebb feszültségcsökkentőnek, de ezt igen szorosan követik a káros szenvedélyek használata (pl. dohányzás), míg az egyedül végzett tevékenységek (pl. olvasás, számítógépezés) csökkenti legkevésbé a missziós tüneteket ($F=4,687$; $p \leq 0.027$). Ez igen figyelemremélto, mivel a társas viselkedések sőt sporttal kombinálása, pl. csoportos sportesemények szervezése eszerint átvehetné a káros szenvedélyek szerepét (amelyek eredményeink szerint is „eredményesek” a feszültségcsökkentésben a katonák körében, bár az egészségükre kifejezetten károsak). Ezért lenne tehát igen fontos a társas tevékenységek szerepének növelése a missziós szolgálat során.

Azok a katonák (missziótól függetlenül), akik kifejezetten elítélik, vagy éppen megbosszulják a társak nem támogató viselkedését, azok sokkal magasabb szintű stressz terhelés szintet mutatnak ($F=3,415$; $p \leq 0.025$), mint akik toleránsak vagy éppen elfogadják azt. Úgy tűnik, hogy a stressz feldolgozásában a szakirodalmi adatoknak megfelelően valóban előtérbe kerül az együttműködés és támogatás szerepe, még akkor is, ha olyan személylyel működnek együtt vagy elfogadóak a katonák, akik éppen elutasítóak vagy nemtörődömök velük szemben. Tehát az altruista vagy éppen kollektivistá viselkedés nemcsak a csoport összetartását, hanem a katonák saját szubjektív jóllétének növekedését is elősegíthetik.

Azok a katonák (missziótól függetlenül), akik valamilyen társas kapcsolati vagy a családdal kapcsolatos problémáról számoltak be a missziós szolgálat során, azoknál a missziós tünetek szintje a legmagasabb ($F=2,993$; $p \leq 0.041$). Összefüggésben van a missziós tünetek szintje azzal is, aha a katonákat nem zavarta semmi a szolgálat alatt, ekkor a legalacsonyabb a missziós tünetszint. A társas kapcsolati problémák szerepe tehát ezen a területen is beigazolódtott, még nagyobb figyelmet kellene fordítani a missziós szolgálatot teljesítő katonák esetében a társas kompetenciák és készségek meglétére és fejlesztésére.

A kulturális különbségek okozta probléma jelenléte szignifikánsan emelte a stressz terhelés mutató alakulását a missziós katonák körében ($F=3,411$; $p \leq 0.021$), amely azt jelenti, hogy a kulturális különbségek kezelésének és feldolgozásának területén is fejlesztésre szolgálnak a missziós szolgálatot teljesítő katonák, missziós szolgálatuk helyétől függetlenül.

Összefoglalás

A különböző missziókban (az iraki, illetve más missziókban) szolgálatot teljesítő katonák között szignifikáns eltéréseket találtunk számos személyiség és viselkedés szintű változó tekintetében. A többszempon-tú összehasonlító teszt és interjú eredmények alapján bebizonyosodott, hogy az eltérő katonai helyzetből fakadó speciális körülmények más-más irányban fejtik ki hatásukat a különböző missziókban tevékenykedő katonák körében, mely tenden-

cia megjelent tipikus missziós tünetek és stressz jellemzők formájában is.

Az iraki misszióban résztvevő katonák magasabb értékeket jelző személyiségprofil mutattak (a "Big Five" teszt eredményei alapján) a pozitív személyiségvonásoknak mondható dimenziókban. Magasabb a dinamizmus szintjük, amely azt jelenti aktívabbak, ingerkeresőbbek, lelke-sebbek és közlékenyebbek, mint a más missziókban résztvevő katonák. Az együttműködés területén megjelenő eltérés arra utalhat, hogy az iraki misszióban résztvevő katonák a mások szükséglete iránt érzékenyebbek, mint más missziókban résztvevő társaik. Együttműködőbbek és jobban figyelemmel kísérik, hogy tetteik milyen hatással vannak másokra. A coping dimenziók szempontjából azt találtuk, hogy míg a problémacentrikus megoldásban, és a feszültségkontrollban az iraki misszió mutat szignifikánsan magasabb átlagértéket, addig a figyelemelterelésben, az emóciófókuszban és emóciókiürítésben a más missziókban szolgáló katonák mutatnak magasabb átlagértéket. A szubjektív jóllét szempontjából azt találtuk, hogy nagyjából hasonlóan alakul az iraki és más missziós katonák szubjektív jólléte, profiljuk szinte teljesen ugyanazt a lefutást mutatja, azzal a különbséggel, hogy az iraki misszióban szolgálatot teljesítők pszichológiai jóllétének színvonala szignifikánsan magasabb, mind a 6 jóllét dimenzió (önelfogadás, pozitív emberi kapcsolatok, autonómia, környezeti kontroll, életcélok, személyes fejlődés) tekintetében. A katonák pszicho-immunkompetencia

rendszerét feltérképezve azt is vizsgáltuk, hogy melyek azok a személyiség tényezők, amelyek a különböző missziókban szolgáló katonák megküzdési kapacitását elősegítik és szavatolják. Az eredményeink megmutatták, hogy az empátia, társas monitorozás és a leleményesség dimenziók kivételével minden rendszerösszetevőben szignifikánsan eltérnek az iraki és más missziós minták. Az iraki missziós minta kivétel nélkül magasabb értékeket mutat a pszichológiai immunrendszerüket tekintve (pozitív gondolkodás, kontrollérzés, koherenciaérzés, öntisztelet, növekedésérzés, rugalmasság, kihíváskeresés, empátia és társas monitorozás, leleményesség, énhatékonyság-érzés, társas mobilizálás képessége, szociális alkotóképesség, szinkronképesség, kitartásképesség, impulzivitáskontroll, érzelmi kontroll, ingerlékenység-gátlás), mint más missziós szolgálati minták katonái. A teljes állományra nézve azonban azt találtuk, hogy az állomány stressz tűrőképessége, a kitartás és növekedésérzés képességet leszámítva jobb, mint a magyar átlag.

Az iraki és más missziós szolgálatot teljesítő katonák szociális és emocionális intelligencia profilja igen hasonlóan alakul, szignifikáns eltérés csak a menekülő és támaszváró magatartás, támadó magatartás és az önregulációs képesség tekintetében található. A teljes missziós állomány eredményeit tekintve az állomány a magyar átlagnak megfelelő szociális és érzelmi intelligencia szinttel rendelkezik. Viszont kifejezetten magas a támaszváró magatartásuk, amely arra utalhat, hogy stressz-helyzetek

ben nagyobb szorongást élhetnek meg, amelyet esetleg csak a helyzetből való kilépéssel tudnak leküzdeni. Az empátiahiány is kissé magasabb az átlagnál, amely tényezőt a pszichológia felkészítésnél fókusz orientáltan kell kezelni és fejleszteni. Kiemelendő az önregulációs képesség magas szintje, amely összefüggést mutat a „Big Five” személyiségvizsgálat magas szintű önkontroll eredményével.

Az iraki és más missziós szolgálatot teljesítő katonák szociális és emocionális intelligencia profilja igen hasonlóan alakul, szignifikáns eltérés csak a menekülő és támaszváró magatartás, támadó magatartás és az önregulációs képesség tekintetében található. Míg az iraki minta katonái magasabb önregulációs képességgel rendelkeznek, addig más missziókban szolgálók szignifikánsan magasabb értéket jeleznek a menekülő és támadó magatartásformák tekintetében.

A missziós tünetek megjelenését tekintve nem szignifikáns, csak tendenciaszintű, azonban annál figyelemreméltó tünetmegélési különbségek az alábbi területeken jelentkeztek az iraki és más missziós szolgálatot teljesítő katonák között. A levertség, unalom és ingerültség triászát az iraki missziós mintába tartozó katonák egyrészt szignifikánsan alacsonyabb szinten tartják erős és gyakori problémának, másrészt az iraki missziós mintára jellemző, hogy az elégedetlenség átlagértéke ugrik ki, a más missziós mintában azonban az unalom jelentkezett leginkább terhelő tényezőként. Az alvási zavar és

fejfájás tünetek esetében az iraki missziós minta alacsonyabb tünetmegéléséhez a fejfájás nagyobb mértékű hangsúlyozása járult.

A missziós szolgálat alatti stressz jelenlétének vizsgálatakor azt találtuk, hogy az iraki missziós katonák a váratlanság és a felelősség stressztényezőkön kívül minden más stressz-tényezőt alacsonyabb szintűnek látnak a missziós munkájuk során, mint más missziókban szolgáló társaik. Az iraki misszió tagjainak kevesebb problémát és nehézséget okoznak a stressz terhelés tényezők leküzdése, illetve nem akadályozzák olyan nagymértékben munkájukban, mint az a más missziókban szolgálatot teljesítők esetében megjelenik. Legnagyobb eltérés a két minta között a fizetés megítélésében van, a más missziókban szolgálók szignifikánsan problémásabbnak érzik ezt a területet. További nagy eltérés az igazságtalanság okozta stressz-terhelésben jelentkezik, az iraki misszió tagjai kevésbé érzik ezt megterhelő tényezőnek. Ugyanez a helyzet a magánélet és a munka okozta konfliktus megítélésében is, az iraki misszió tagjainak úgy tűnik, hogy nem okoz akkora problémát e két fontos tényező összeegyeztetése. Érdekes módon a diszkrimináció jelensége is több terhelést okoz a más missziókban szolgálóknak, mint az iraki missziós mintának.

Az interjú eredmények alapján elmondhatjuk, hogy a missziós tünetek (pl. fáradékonyság, ingerültség, alvászavar, szorongás) megjelenését

nagymértékben befolyásolja a katonák pszichológiai felkészültsége és állapota. E hatás igen jól nyomon követhető olyan szignifikánsnak mutató pszichológiai tényezőkön keresztül, mint az érzelmek és indulatok kontrollálására való képesség, illetve az együttműködési készség, amelyek védőfaktorokként jelentkeznek a missziós tünetek ellen. A katonák fejlesztendő együttműködési készségével összefüggésben a kielégítő és stabil emberi kapcsolatok (támaszkeresés, szociális támasz) kialakítása is védőfaktorokként hat a missziós tünetek megjelenése ellen. Emellett a személyiségbeli problémák feltárása és tudatosítása még a missziós szolgálat megkezdése előtt (pl. önismereti foglalkozások keretében) elősegítheti a missziós tünetek csökkentését, mert ekkor a katona nem a missziós szolgálat alatt szembesül a személyiségbeli hiányok okozta nehézségekkel. A feszültség elviselése és annak hatására keletkező indulatok megfelelő kezelése, illetve produktív módon történő levezetésének képessége is jelentős protektív szerepet játszik a missziós tünetekkel szemben. Eredményeink alapján elmondhatjuk, hogy minél inkább elégedett a katona a teljesítményével, annál alacsonyabb szintű stresszorok okozta feszültségről számol be. Ez azt jelenti, hogy a szolgálat alatt a folyamatos teljesítményértékelés elősegítheti a katonákban a terhelések eredményes kezelését. Továbbá azt találtuk, hogy az eltérő kultúrák okozta különbségek kezelésének problémája emelte

a stressz terhelés szintjét. A mintában leginkább feszültségcsökkentő módszernek a társas kapcsolatok keresése bizonyult. Ezt követte a dohányzás, mint feszültség csökkentő módszer.

A vizsgálat eredményei alapján választ kaptunk a kutatásunkat megelőző kérdéseinkre, azaz beazonosítottuk azokat a főbb pszichológiai háttértényezőket, amelyeknek szerepe van a missziós tünetek megjelenésében és a stressz terhelés alakulásában. Ezek a tényezők a következők:

- érzelmek és indulatok kontrollálása és kezelése,
- együttműködési készség,
- támaszkereső magatartás,
- magas feszültség kontroll,
- erős kompetenciaérzés,
- teljesítménnyel való elégedettség,
- pozitív emberi kapcsolatok.

Arra törekedtünk, hogy a jelen vizsgálat tapasztalatai sikeresen felhasználhatóak legyenek a missziós szolgálatra jelentkező állomány pszichológiai alkalmasság és beválás vizsgálatainak megalapozásához és elvégzéséhez a pszichológiai felkészítésük, illetve visszaillesztésük eredményes lefolytatásához. A vizsgálatunk eredményei tükrében elmondhatjuk, hogy sikeresen meghatároztuk azokat a személyiségtényezőket, amelyek előrejelzik a missziós katonai szolgálatra való alkalmasságot. Nyilvánvaló, hogy a jelen tanulmányban bemutatott tesztek azok,

amelyek a legbiztonságosabban jelzik előre az alkalmasságot jelentő személyiség tényezőket a kiválasztáshoz. A fenti megállapítások fényében a missziós szolgálatra jelentkező állomány pszichológiai kiválasztásának módszertana a személyes kompetenciákat illetően átdolgozásra került. A katonák missziós felkészítésének tematikájába a védő pszichológiai tényezők hangsúlyos fejlesztését integráltuk: konfliktuskezelési, csapatépítési és érzelmi intelligencia tréningeket fókusz orientáltan végezzük. Mindezek alkalmazásával azt várjuk, hogy a missziós szolgálat alatt a magyar katonák a követelmények magas szintű teljesítése mellett, lelki egészségét megőrizhesse, mindezzel elősegítve az egészséges visszailleszkedésüket a katonai szervezetbe, illetve családjukba.

A külszolgálati misszióban résztvevő állomány pszichológiai felkészítésére irányuló terveinkben szerepel a kiutazás előtt végrehajtandó kétszintű, szituáció alapú felkészítés, valamint egy *in vivo* körülmények között a műveleti területen végrehajtandó készségfejlesztő deployment tréning bevezetése.

A misszióba utazó állomány számára történő pszichológiai felkészítés 2006. januártól kétszintű rendszerben folyik. Ez azt jelenti, hogy a készségek, ismeretek fejlesztésére meghatározott 30 órás tréning végrehajtása során a leterheltség csökkentése érdekében a résztvevő állományt szétválasztjuk. Az első húsz óra alól az adott tréninget megelőző két évben misszi-

ős felkészítésen részt vett állomány felmentést kap, hiszen ez alatt az idő alatt alapvető, általános készségek fejlesztése történik meg. A következő 10 órás blokk viszont az egész kiutazó állomány számára kötelező jellegű. Ekkor történik a kiutazás célhelyére specifikusan jellemző ismeretek, ott szükséges készségek, képességek kialakítása, fejlesztése.

Az említett rendszer átmenetet jelent a szituáció-alapú pszichikai felkészítés felé.

Szakmailag indokolt volna és a továbbiakban tervezett a szituáció alapú pszichikai felkészítés, amelynek lényege, hogy a hatékonyság megtartásához fontos a stressz optimális szinten tartása, – az extrém (harci) stressz ugyanis ronthatja a gondolkodás színvonalát, dezorganizálhatja a viselkedést. A saját élményen keresztüli tapasztalatszerzés elengedhetetlen ahhoz, hogy a katonák megtapasztalják és megtanulják kezelni az extrém (harci) stresszt. Cél a hatékonyság megőrzése, viselkedési és gondolkodási szinten egyaránt.

A katonák egy külön erre a célra kialakított, speciálisan felszerelt épületben, csoportosan hajtánának végre a misszióban előforduló stressz helyzeteket szimuláló – esetlegesen szituációs fegyvereket is alkalmazó – feladatokat. A végrehajtást több kamera rögzítené, az így elkészült videó- és hangfelvétel a visszacsatolás alapját képezi a készségfejlesztések során. Ennek szükségessége abban rejlik, hogy extrém stressz esetén a kognitív

funkciók jelentősen gyengülnek, és utólag a résztvevők gyakran nem emlékeznek az eseményekre, nem tudják felidézni saját cselekvésüket sem. A szívfrekvenciát a feladat előtt felhelyezett cardio-öv és a speciális karóra rögzíti. A szituáció közbeni pulzusszámot később a végrehajtásról készült videofelvétellel párhuzamosan meg lehet tekinteni, így visszacsatolható, hogy az adott stresszhelyzetben hogyan alakult a tréningben résztvevő pulzusa, illetve miként reagált az adott szituációban.

Az eredményesség a „stressz elleni védőoltás” (stress inoculation) elvén alapul: a katonák rendkívül életszerű – de mégsem éles – helyzetekben találkoznak az extrém stressz szomatikus és mentális jeleivel, majd a szituációkat követő részletes, lépésről lépésre történő, csoportos elemzések során tudatosíthatják magukban a megfelelő viselkedési módokat. A megbeszélést követő (az előzőtől eltérő) szituációban megfigyelhetők a tanulás jelei: a résztvevők stressz szintje alacsonyabb, gondolkodásuk és viselkedésük szervezettebb, mint az első feladat végrehajtásakor.

Továbbiakban, a szakmai terveinkben szerepel a deployment tréning – a missziós feladat közbeni, helyszínen történő – bevezetése. A külszolgálaton résztvevő állomány jelentős része a misszióban eltöltött 2-4 hónap elteltével észleli magán azokat a jeleket, amelyek feladatvégzésük hatékonyságát nagymértékben csökkentik. Az említett kritikus időszakban fontos

lenne végrehajtani 2 napos készségfejlesztő tréninget. Célja a harcképesség fenntartása, a hatékony szolgálatkészség fejlesztése, valamint a mentális egészség megőrzése.

A végrehajtás menetében elsőként az adott helyzetben az állományt speciálisan és ténylegesen érő stresszorok kérdőíves és interjúalapú feltárása történne meg, ezt követően kerülne sor a megfelelően illeszkedő tréning tematikájának kidolgozására és a készségfejlesztés megvalósítására. Terveink szerint szükség esetén biztosítanánk időt a csoportos készségfejlesztésen kívül a négy szemközti konzultációra is.

Már rendelkezünk tapasztalattal és bárhol alkalmazható pszichológiai csoporttal a katasztrófa utáni mentális támogató tréning végrehajtására. A katasztrófák közvetlen és közvetett résztvevőinél szükséges alkalmazni, mivel gyakori az őket érő extrém stresszhatás következményeként kialakuló mentális problémák megjelenése. A harcképesség fenntartása érdekében minden esetben fontos a hosszú távú pszichés következmények (poszttraumás stressz zavar) kialakulásának megelőzése.

A támogató tréningre abban az esetben kerül sor, amikor a katonák éles helyzetben, extrém körülmények között tapasztalják meg a stresszt. Ebben az esetben az átélt események által okozott problémák felmérése, azok szakszerű kezelése, illetve a későbbiekre vonatkozó megelőzése történik. A tréning célja továbbá a

megküzdési stratégiákkal történő megismertetés, a tapasztalatok racionális átstrukturálása (pozitívumok kiemelése, hasznosíthatóságuk megbeszélése). Az igényeknek megfelelően a foglalkozást követően lehetőség van egyéni konzultációra is.

Normál esetben a támogató tréningre közvetlenül az eseményt követően kerül sor, amikor a trauma mozzanatai (élénk formában) hozzáférhetőek. A tréning levezetése minden esetben szakértő (pszichológus) feladata.

A támogató tréninget követően szükség van további visszacsatolásra utánkövetésre.

A mentális egészség védelme, illetve fejlesztése a professzionális hadsereg alapkövetelménye, melynek elérése érdekében folyamatos szakmai jelenlétet igényel.

A szerzők köszönetet mondanak mindazoknak a pszichológusoknak, akik a kutatásban a tesztek felvételében részt vettek: Andó Sándor alez., Fekete Melinda alez., Koós László alez., Kovács Gabriella alez., Szűcs Erika őrgy., Stiblár József őrgy., Tarnóczi Richárd alez., Rajnai Ágnes szds. és Gyórfy Ágnes fhdgy.

IRODALOM

- [1] Szilágyi, Zs.: Comparative analysis of stress and coping features of Hungarian soldiers serving abroad COMEDS Plenary Meeting 2004, Brussels.
- [2] Abramson, L. Y., Seligman, M. E. P., Teasdale, J.: Learned helplessness in humans: Critique and reformulation. *Journal of Abnormal Psychology*, 1978, 87: 49-74.

- [3] Epstein, S.: Coping ability, negative self-evaluation, and overgeneralization: Experiment and theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1992, 62: 826-836.
- [4] Watson, D., Pennebaker, J. W.: Health complaints, stress and distress: Exploring the central role of negative affectivity. *Psychological Review*, 1989, 96: 234-254.
- [5] Rodin, J., Salovey, P.: Health psychology. *Annual Review of Psychology*, 1989, 40: 533-579.
- [6] Kiecolt-Glaser, J. K., Glaser, R.: Psychological influences on immunity: Implications for AIDS. *American Psychologist*, 1988, 43: 892-898.
- [7] Folkman, S.: Personal control and stress and coping processes: A theoretical analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1984, 46: 839-852.
- [8] Oláh A.: A Pszichológiai Immunkompetencia Kérdőív (PIK) Tesztkönyve. ELTE Pszichológiai Intézet, Személyiség és Egészségpszichológiai Tanszék, 1998, Kézirat.
- [9] Oláh A.: A Szociális Emocionális Intelligencia Teszt (SZEMIQ) Tesztkönyve. ELTE Pszichológiai Intézet, Személyiség és Egészségpszichológiai Tanszék, 1998, Kézirat.
- [10] Oláh A.: A Megküzdési Mód Preferencia Kérdőív Tesztkönyve. ELTE Pszichológiai Intézet, Személyiség és Egészségpszichológiai Tanszék, 2002, Kézirat.
- [11] Goldberg, L. R.: An alternative „description of personality”: The Big Five factor structure, *Journal of Personality and Social Psychology*, 1990, 59: 1216-1229.
- [12] Costa, P. T., McCrae, R. R.: NEO PI-R Professional Manual. PAR, Odessa, Florida. 1992.
- [13] Grob, A.: The Subjective Well-Being Cultural Contexts: Structural Equivalence and Cultural Variations. Santiago de Compostela, 1994, May 21-22.
- [14] O'Sullivan, M., Guilford, J. P.: Measuring the ability to recognize facial expression of emotion. In: P. Ekman (Ed.) *Emotion in the Human Face*. New York Cambridge University. 1986.
- [15] O'Sullivan, M., Guilford, J. P.: *A Manual for Six Social Intelligence Tests*. Beverly Hills, Sheridan Psychological Services Inc. 1989.

**Col. Zsuzsanna Szilágyi M.D.M.C., Ph.D.,
Maj. Gen. L. Svéd M.D.M.C., Ph.D.,
Lt.Col. Gyöngyi Kugler M.D.M.C.**

Comparative test and interview based analysis of stress and coping features of Hungarian soldiers serving in different missions

In the recent study on personality traits characterising Hungarian military personnel taking part in different missions abroad which shows difference concerning each mission (OIF, MFOR, SFOR, KFOR), and identified with tests and interviews the general psychological factors playing important roles concerning stress and coping [1]. We targeted to assess and compare the psychological status of soldiers serving in missions abroad, and reveal the psychological background of personality and behavioural differences and similarities appearing in the results, to map and organize those abilities and personality components upon which we can clearly define those personal compe-

tencies which are able to fulfil the requirements and challenges of mission tasks and to work out the goal-orientated revision of the psychological preparation and reintegration trainings' topics and methodology on the basis of the significant results. The identified psychological background factors having a role in the appearance of mission symptoms and in the development of stress straining: emotional and impulse control and handling ($p \leq 0,007$), cooperativeness ($p \leq 0,030$), support-seeking behaviour ($p \leq$

$0,027$), high tension control ($p \leq 0,032$), strong feeling of competence ($p \leq 0,017$), satisfaction with performance ($p \leq 0,018$) and higher level of good interpersonal relations ($p \leq 0,001$).

Key-words: aptitude tests, stress and coping features, mission symptoms

*Dr. Szilágyi Zsuzsanna o.ezds., Ph.D.
1555 Budapest, Pf. 68.*