

PROJEKT WOJOWNIK
JAKO FORMA WSPARCIA
ODWOŁUJĄCA SIĘ DO IDEI BRATERSTWA –
WSTĘP DO EWALUACJI

THE WARRIOR PROJECT AS A SUPPORT
FORM ACCORDING OF THE FRATERNITY
IDEA – THE INTRODUCTION
TO EVALUATION

STRESZCZENIE

Artykuł dotyczy funkcjonującego od ponad roku Projektu Wojownik, adresowanego do żołnierzy, weteranów misji zagranicznych i rodzin poległych żołnierzy. Działania podejmowane w ramach projektu obejmują wykłady oraz zajęcia sportowe, które mają służyć podnoszeniu sprawności fizycznej, poprawie samopoczucia uczestników, a także integracji środowiska. W opracowaniu przedstawiono wyniki badań przeprowadzonych wśród uczestników Projektu, a odnoszących się do wstępnej ewaluacji przedsięwzięcia.

SŁOWA KLUCZOWE

Projekt Wojownik, pomoc, żołnierze, weterani, sport

WPROWADZENIE

Od wieków postać żołnierza – wojownika jest jednym z często wykorzystywanych i nośnych motywów w sztuce i kulturze. Jako osoba odgrywająca ważną rolę w życiu społeczeństw, wojownik identyfikowany był z siłą fizyczną, ale także z wieloma pozytywnymi cechami charakteru, takimi jak: odwaga, zdolność do pokonywania trudności, heroizm, umiejętność reagowania w sytuacjach, w których inni się poddają. Ten utrwalony, mający cechy uniwersalne obraz żołnierza w ostatnich latach (a może na przestrzeni ostatnich dekad)

wyduje się ewoluować¹. „Zmienia się bowiem zarówno jego wizerunek, jak i umysłowość, psychika, a nawet sposób oraz filozofia walki, inspirowane już nie tylko ideałami rycerskimi (z różnych kultur światowych), lecz także rzeczywistymi sposobami szkolenia żołnierzy [...]”². Ulega również zmianie spojrzenie na żołnierza i choć bywa zależne od historii danego kraju czy miejscowych tradycji wojskowych, to wydaje się ewaluować: od postrzegania jego osoby wyłącznie w kategoriach skuteczności do patrzenia na niego jako na człowieka, z tymi jego cechami, które mogą wpływać na jakość pracy. Scott Lee słusznie zauważa, że archetyp żołnierza i wojownika są ze sobą nierozdzielnie związane: „W prymitywnych kulturach rytuały pomagały zidentyfikować agresję i włączyć ten «archetyp wojownika» w kompletność osobowości. Zwykle starsza osoba była mentorem i pomagała identyfikować emocje i różne części psychiki, jednocześnie wprowadzając integrację różnych jaźni, matki ziemi, społeczności i duchowości. W wojsku rytuał zabijania koncentruje się na automatycznej reakcji zwrotnej: agresja i przetrwanie. Moim zdaniem, koncentracja na działaniu i zabijaniu bez uczenia się, jak radzić sobie po wyjściu do domu, pozostawia powracającego weterana bez celu i bez ciągłości połączenia ze społecznością, rodziną i całością społeczeństwa. Ich stowarzyszenia kształtujące zostały pozostawione na polu walki i zabijania, gdzie pozostawili część siebie z tymi, którzy nie wracają do domu, i zabierają ze sobą poczucie winy za odejście”³.

Zmieniło się zatem społeczne postrzeganie żołnierza. Widzi się w nim nie tylko wojownika i uosobienie wspomnianych wyżej cech. Socjologia czy kultura, a także medycyna i psychologia zaczęły bardziej interesować się tym, jak faktycznie wygląda praca żołnierza, jakie są jej rzeczywiste koszty i jak szeroka grupa je ponosi. Celem niniejszego opracowania jest przybliżenie problematyki owej „drugiej strony” pracy żołnierzy przez pryzmat wspólnoty, jaką tworzą, i wzajemnego wsparcia, na które mogą liczyć jako członkowie tej grupy zawodowej.

¹ Przykładem tego jest chociażby zmieniający się stosunek do służby wojskowej kobiet, których udział w wojsku był początkowo wykluczony lub ograniczany. Por. K. Kuśmirek, *Służba kobiet w siłach zbrojnych*, „Czasopismo Naukowe Instytutu Studiów Kobięcych” 2017, nr 1(2), s. 108–124.

² K. Olkusz, *Portret fantastycznego żołnierza. O postaci i drodze wojownika w powieści Jarosława Grzędowicza „Pan lodowego ogrodu”*, [w:] *Fantastyczność i cudowność: wokół źródeł fantasty*, red. T. Ratajczak, B. Trocha, Oficyna Wydawnicza Uniwersytetu Zielonogórskiego, Zielona Góra 2009, s. 281.

³ S. Lee, *Warrior archetype*, <http://asoldiersperspective.com/warrior-archetype/> (dostęp: 3.07.2019).

WOJOWNIK, CZYLI TEN, KTÓRY WALCZY (I PONOSI TEGO SKUTKI)

Udział w działaniach zbrojnych to jedno z najcięższych przeżyć, których może doświadczyć człowiek. Wojna to dla jednostki trudna próba, jej skutki odczuwa ona często jeszcze długo po swoim powrocie do normalnej rzeczywistości. Początek badań nad skutkami uczestnictwa w działaniach wojennych sięga czasów wojny secesyjnej, kiedy to pierwszy raz zainteresowano się negatywnym wpływem wojny na żołnierzy. Jednak pierwsza publikacja medyczna na ten temat pochodzi z 1678 r.⁴

Badanie skutków uczestnictwa w działaniach wojennych miało wiele kierunków i determinowane było różnymi koncepcjami pochodzenia zaburzeń psychicznych. Jak pisze Alexander McFarlane: „załamanie się traktowano [...] raczej w kategoriach siły osobowości i odpowiedzialności. [...] Spodziewano się, że po zakończeniu walki większość objawów występujących u żołnierzy ulotni się, ponieważ zniknie zagrożenie wojenne. Jednak ku powszechnemu zdziwieniu wielu żołnierzy załamało się po powrocie do kraju”⁵. W podejściu do skutków działań wojennych akcentowano takie zagadnienia, jak odwaga, odpowiedzialność moralna, siła osobowości. Późniejsze badania koncentrowały się na wpływie traumy na jednostkę i działaniu mechanizmów radzenia sobie ze stresem.

Po II wojnie światowej zaczęło się krystalizować holistyczne podejście do zagadnienia wpływu udziału w wojnie na człowieka. Badacze tego problemu zaczęli patrzeć na niego jako na zjawisko heterogeniczne. *Combat neurostress* opisywany jest jako zjawisko niejednorodne, rozwijające się, z ostrymi i chronicznymi fazami, które aby mogło być dobrze zdiagnozowane, należy wnikliwie obserwować⁶. Zaczęło funkcjonować pojęcie *Combat Stress Reaction* (CSR), określane jako reakcja na stres bojowy⁷. CSR ma bezpośredni związek z uczestnictwem w walce, ale także ze skumulowanymi

⁴ Por. A. Korolczuk, A. Gołębiwski, M. Tomko-Gwoździewicz, *Od nostalgii do PTSD*, „Zeszyty Naukowe WSOWL” 2009, nr 3(153), s. 115. Odnoszone się w nich nie tylko do fizycznych następstw, lecz także do kosztów psychicznych udziału w wojnie. I tak rozdziły się kolejne określenia opisujące zjawisko. Wśród nich należy wymienić: syndrom żołnierskiego serca (*soldier's heart* lub *irritable heart*), szok artyleryjski (*shell shock*) czy nerwicę okopów (*trench neurosis*). Por. tamże, s. 115–116.

⁵ A. McFarlane, *Związek między osobowością z zespołem stresu pourazowego*, [w:] *Osobowość a ekstremalny stres*, red. J. Strelau, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2004, s. 7.

⁶ Por. A. Korolczuk, A. Gołębiwski, M. Tomko-Gwoździewicz, *Od nostalgii do PTSD*, „Zeszyty Naukowe WSOWL” 2009, nr 3(153), s. 119.

⁷ „Termin jest używany do opisanja ostrej reakcji stresowej doświadczanej w środowisku walki i obejmować może każdy objaw fizjologiczny i neurologiczny wynikający ze skrajnego narażenia na stres związany z wydarzeniami i doświadczeniami bojowymi” – zob. <https://www.pdhealth.mil/readiness-early-intervention/cosc/cosrs> (dostęp: 3.07.2019).

czynnikami, takimi jak: brak lub ograniczenie snu, stres, zmniejszenie spożycia kalorii, złe warunki sanitarne, odwodnienie, przebywanie w skrajnie niekorzystnych warunkach środowiskowych⁸. Warto doprecyzować pojęcie stresorów operacyjnych. „Stresory operacyjne mogą obejmować wiele stresorów bojowych lub długotrwałe narażenia z powodu kontynuacji operacji w wrogich środowiskach”⁹.

„Przeżycie wydarzenia, które ma charakter traumatyczny, z reguły pociąga za sobą negatywne skutki, przede wszystkim w sferze psychicznej. Pojawiają się negatywne emocje, poczucie przerażenia czy wręcz udziału w horrorze. Może wystąpić poczucie odrętwienia, zagubienia, szoku, wycofania”¹⁰. Stres zależy od bardzo wielu czynników i ma bardzo skomplikowaną naturę. Wśród elementów wpływających na reakcje na stres możemy wymienić: wcześniejsze doświadczenia jednostki, cechy jej temperamentu i osobowości, inteligencję, a nawet środowisko, w jakim się wychowała. Warto jednak wspomnieć o czynnikach biologicznych i „zaprogramowaniu na przetrwanie”, o którym pisze Bessel van der Kolk jako o swoistej indywidualnej biologicznej odpowiedzi na sytuacje zagrożenia organizmu danej osoby¹¹. Zatem ostateczna reakcja człowieka na sytuację dramatycznie stresogenną jest zależna od wielu czynników i jest zdarzeniem indywidualnym. Zadaniem niniejszego opracowania jest dostrzeżenie tego indywidualnego wymiaru, zarówno przeżycia sytuacji trudnej, jak i reakcji na nią oraz pokazanie sposobu pokonania wynikających z niej trudności. Pomijanie indywidualnego wymiaru zjawiska może skutkować swego rodzaju depersonalizacją bohaterów niniejszego opracowania, co przede wszystkim godziłoby w traktowanie żołnierza jako jednostki.

Zespół stresu pourazowego (PTSD, z ang. *posttraumatic stress disorder*) „jest zaburzeniem zdrowia psychicznego, które jest wywołane przerażającymi, traumatyzującymi wydarzeniami albo doświadczeniami, a nawet obserwacją

⁸ Por. tamże.

⁹ Zob. <https://www.pdhealth.mil/readiness-early-intervention/cosc/cosrs>. Por. VA/DoD Evidence Based Practice Work Group. (2017). Management of Posttraumatic Stress Disorder and Acute Stress Reaction 2017 Full Guideline. Dokument dostępny na stronie <https://www.healthquality.va.gov/guidelines/MH/ptsd/> (dostęp: 3.07.2019).

¹⁰ N. Ogińska-Bulik, Z. Juczyński, *Konsekwencje doświadczanych negatywnych wydarzeń życiowych – objawy stresu pourazowego i posttraumatyczny wzrost*, „Psychiatria” 2012, t. 9, nr 1, s. 1–10.

¹¹ Autor pisze: „Tak jak u innych zwierząt, nerwy i związki chemiczne tworzące podstawową strukturę naszego mózgu mają bezpośrednie połączenia z resztą ciała. Gdy stary mózg przejmuje kontrolę, częściowo wyłącza wyższe obszary i niejako zmusza ciało do ucieczki, ukrycia się, walki, a czasem zastygnięcia. Zanim w pełni zorientujemy się w sytuacji, nasze ciało już dawno podjęło decyzję. Jeśli reakcja walcz/uciekaj/zastygnij jest skuteczna i unikniemy niebezpieczeństwa, odzyskujemy wewnętrzną równowagę i stopniowo wracamy do siebie”. B. van der Kolk, *Strach ucieleśniony. Mózg, umysł i ciało w terapii traumy*, Wydawnictwo Czarna Owca, Warszawa 2018, s. 72.

ich. Objawy mogą obejmować retrospekcje, koszmary nocne i silny niepokój, a także niekontrolowane myśli o wydarzeniu¹².

Wśród symptomów zespołu stresu pourazowego¹³ wymienia się: ciągłe przeżywanie traumatycznego wydarzenia, powtarzające się i natrętne przypominanie się wydarzeń, zawierające obrazy, myśli i wrażenia percepcyjne, powtarzające się stresujące sny związane z wydarzeniem, intensywny psychologiczny stres i reakcje fizjologiczne w przypadku narażenia się na wewnętrzne lub zewnętrzne bodźce, które symbolizują lub przypominają aspekt traumatycznego wydarzenia, stałe unikanie bodźców skojarzonych z traumą lub ogólne odrętwienie (nieobecne przed urazem)¹⁴. Istnieje kilka obszarów PTSD, na które warto zwrócić uwagę w niniejszej analizie. Zostały one opisane poniżej.

1. Dysocjacja

Silne traumatyczne zdarzenia prowadzą często do ich stałego przeżywania, powracania do nich pamięcią, przypominania sobie obrazów, zapachów, emocji, które wywołały stan dyskomfortu. Ma to swoje przełożenie fizjologiczne: „tak długo, jak nie uda się uporać z traumą, hormony stresu uwalniane przez ciało dla ochrony nadal krążą we krwi, a reakcje obronne i emocjonalne są wciąż od nowa odgrywane”¹⁵.

W rezultacie osoby przeżywające stale te same traumatyczne wspomnienia uciekają się do mechanizmów, które mają je od nich chronić, co powoduje zmęczenie, poczucie obciążenia, brak sił, deprawuje. W efekcie – pozbawia też umiejętności korzystania z życia, powoduje poczucie stałego uwięzienia w przeszłości. W sposób oczywisty rzutuje to na funkcjonowanie w życiu codziennym. „Wyzwalane reakcje mogą być różne. Weterani mogą na najmniej- szy bodziec – jak wpadnięcie w dziurę na drodze czy zobaczenie dziecka bawiącego się na ulicy – zareagować tak, jakby znajdowali się w strefie wojny. Łatwo wywołać w nich poczucie zagrożenia, na które reagują wściekłością lub odrętwieniem”¹⁶. To dość trudne do zrozumienia dla osoby, która nigdy nie była w sytuacji, z którą musiał się zmierzyć żołnierz weteran. Z drugiej

¹² Zob. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/post-traumatic-stress-disorder/symptoms-causes/syc-20355967> (dostęp: 9.07.2019).

¹³ Według DSM IV (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) – klasyfikacji zaburzeń psychicznych Amerykańskiego Towarzystwa Psychiatrycznego.

¹⁴ Por. J. Strelau, B. Zawadzki, W. Oniszczenko, *Kwestionariusz PTSD – wersja czynnikowa (PTSD-C): konstrukcja narzędzia do diagnozy głównych wymiarów zespołu stresu pourazowego*, „Przegląd Psychologiczny” 2002, t. 45, nr 2, s. 152–153.

¹⁵ B. van der Kolk, *Strach ucieleśniony...*, dz. cyt., s. 88.

¹⁶ Tamże, s. 89.

strony, jeśli spojrzeć na tego rodzaju reakcje przez pryzmat działania organizmu narażonego przez dłuższy czas na stres, są one ze wszech miar naturalne, związane z podniesionym progiem czujności.

2. Flashbacki

Flashbacki możemy rozumieć jako zaburzenie percepcji przybierające formę natrętnie powracającego wspomnienia, często to bardzo realistyczny obraz zdarzenia, z towarzyszącymi mu emocjami, ale mogą one wiązać się także z objawami fizjologicznymi, które się wtedy pojawiały. U osób po przeżytej traumie lub u pacjentów z PTSD bardzo często mówi się o flashbackach jako formie „zakotwiczenia w przeszłości”. Bessel van der Kolk pisze o osobach zmagających się z tym problemem następująco: „Starają się sobie z tym radzić, odcinając się od otoczenia, wypracowując widzenie tunelowe i nadmierną koncentrację. Jeśli nie potrafią wyłączyć się w sposób naturalny, mogą starać się odciąć od świata alkoholem lub narkotykami. Tragizm leży w tym, że ceną takiej blokady jest odcięcie się także od źródeł przyjemności i radości”¹⁷.

3. Depersonalizacja

Najogólniej można ją ująć jako poczucie odrealnienia obrazu własnej osoby. Przejawia się niepewnością co do obrazu siebie, można ją porównać do oglądania filmu z sobą w roli głównej. *Słownik psychologiczny* podaje, że „depersonalizacja to stan zakłócenia osobowości, w którym całe otoczenie [...] wydaje się człowiekowi obce, a nawet on sam z całym swoim działaniem”¹⁸. Doświadczenie znacznej traumy skutkuje poczuciem oderwania od siebie samego, własnego ciała, uczuć, czasem również wspomnień. Bywa, że depersonalizacji towarzyszy zautomatyzowanie działania. Van der Kolk podkreśla związek między funkcjonowaniem ciała a doświadczeniem stresu pourazowego, pisząc: „Osoby, które przeszły traumę, czują się w swoim ciele niepewnie: przeszłość jest w nich wciąż żywa w formie dręczącego dyskomfortu”¹⁹.

4. (Czy?) osamotnienie

Powyższe zapytanie postawiono celowo. Chodzi głównie o zwrócenie uwagi na bardzo istotny fakt, jakim może być poczucie niezrozumienia przez osoby z najbliższego otoczenia, które prowadzi do osamotnienia. „Wielu strauumatyzowanych ludzi wciąż czuje się «nie w fazie» z otaczającymi ich osobami. Niektórzy znajdują pocieszenie w grupach, w których mogą – z ludźmi

¹⁷ Tamże, s. 89, 93.

¹⁸ Hasło „depersonalizacja”, [w:] *Słownik psychologiczny*, red. W. Szewczuk, Wiedza Powszechna, Warszawa 1979, s. 54.

¹⁹ B. van der Kolk, *Strach ucieleśniony*. . . , dz. cyt., s. 126.

o podobnych doświadczeniach – odtwarzać swoje przeżycia. [...] Skupienie się na wspólnej historii traumy i represjonowania łagodzi w nich dojmujące poczucie izolacji”²⁰. Grupa daje zatem ukojenie, głównie przez komunikat „nie jesteś sam/sama”, ale w omawianym zakresie zjawisko ma jeszcze jeden, szerszy wymiar. Traumatyczne doświadczenia żołnierzy wynikają ze specyfiki ich pracy. Poczucie zrozumienia między członkami tej grupy zawodowej wiąże się z poczuciem braterstwa broni, ale ma także drugi, bardziej personalny wymiar. Wspólnota doświadczeń, odwoływanie się do dość zamkniętego systemu komunikacji, posługiwanie się podobnym kodem, dają poczucie zaufania i bycia rozumianym.

Wsparcie grupy stanowi nieprzecenione narzędzie obrony przed skutkami negatywnych doświadczeń, ale należy pamiętać, że nie jest to grupa przyradkowa. „Społeczne wsparcie to jednak nie to samo co po prostu bycie wśród innych. Podstawową sprawą jest wzajemność: to, że jest się naprawdę zauważonym i słuchanym, uczucie, że ktoś ma nas w sercu, w umyśle. Do tego, żebyśmy mogli się uspokoić, zregenerować fizycznie i wzrastać, potrzebujemy wewnętrznego, sięgającego do trzewi poczucia bezpieczeństwa”²¹.

5. Pomoc

Zdefiniowanie istnienia problemów z adaptacją do życia po doświadczeniu traumy wiąże się z koniecznością poszukiwania sposobów zaradzenia im. Terapia dotycząca zjawisk związanych z PTSD ma swoją historię, zależała w dużej mierze od sposobów patrzenia na jego przebieg. Wśród proponowanych obecnie form pomocy można wyróżnić za Januszem Heitzmanem:

- interwencję psychoterapeutyczną (zmierającą do uzyskania stabilizacji behawioralnej i emocjonalnej, skoncentrowaną na zdobywaniu umiejętności panowania nad stresem),
- psychoterapię opartą na podejściu poznawczo-behawioralnym (jej dwie główne strategie to: strategia edukacyjna i strategia narażająca na urazowy materiał),
- trening oswojania stresu – „zaszczepiania przeciw stresowi” (prócz dialogu terapeutycznego i odgrywania ról obejmuje również ćwiczenia oddechowe, relaksację mięśniową itp.),
- krótką psychoterapię dynamiczną²².

²⁰ Tamże, s. 104.

²¹ Tamże, s. 103.

²² Por. J. Heitzman, *Zaburzenia potraumatyczne – możliwości psychoterapeutyczne, przegląd koncepcji*, [w:] *Konsekwencje psychiczne traumy. Uwarunkowania i terapia*, red. J. Strelau, B. Zawadzki, M. Kaczmarek, Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa 2009, s. 329–334.

W terapii PTSD niezwykle istotne są dokładna diagnoza oraz indywidualne podejście. Konieczne wydaje się podkreślenie zwłaszcza tego drugiego warunku. Indywidualna analiza każdej sytuacji osobistej nadaje diagnozie wymiar personalny, ale pozwala także na określenie tych czynników, które wymagają szczególnej uwagi i poświęcenia im czasu podczas terapii. Mówiąc o pomocy, warto także wspomnieć, że jest ona konieczna zawsze, gdy taką potrzebę zauważają osoby, które są narażone na negatywne skutki stresu. Chodzi tu nie tylko o sytuację, gdy diagnoza wyczerpuje symptomy zespołu stresu pourazowego, ale o każdą sytuację, gdy dana osoba odczuwa dyskomfort związany z niemożnością normalnego funkcjonowania po powrocie. Chodzi o konieczność dostrzeżenia wspomnianych już uwarunkowań, takich jak: cechy jednostki, indywidualny charakter doświadczeń, sposób reagowania, cechy środowiska, do którego wraca żołnierz, zasoby, które ma rodzina i środowisko lokalne, a które mogą służyć adaptacji żołnierza do warunków sprzed misji, i wiele innych. Jest to za każdym razem unikatowy zestaw, który wymyka się diagnostyce opartej na teście, a wymaga od osoby udzielającej pomocy zaangażowania i uwagi. Bywa, że droga do uzyskania pomocy jest wyboista, dlatego istotne jest zauważenie trudności związanych z korzystaniem ze wsparcia, a nawet ze zwróceniem się po nie.

6. Trudności

Wydaje się, że każda osoba, która po powrocie z misji odczuwa trudności z funkcjonowaniem w normalnym życiu, po uświadomieniu sobie problemu powinna podjąć decyzję o zwróceniu się o pomoc do specjalisty. Nie zawsze jednak jest to prosta droga. Źródeł takiego stanu rzeczy można się dopatrywać w kilku czynnikach.

Pierwszym jest z całą pewnością dość niskie zaufanie do poradnictwa w ogóle. W polskim społeczeństwie pomoc psychologiczną i psychiatryczną postrzega się wciąż jako obszar wstydlivy, a korzystanie z niej wiąże się z przyznaniem się do zaburzeń psychiatrycznych i społecznym ostracyzmem. W skrócie rzecz ujmując: Polacy nie są tak otwarci na uczestnictwo w terapii i psychoterapii jak np. Amerykanie, obawiają się także reakcji osób ze swojego otoczenia na informację o tym, że z takiej pomocy korzystają. Często brakuje im wiedzy o tym, gdzie i od kogo można uzyskać pomoc, lub po prostu zaufania do skuteczności świadczonych usług. Zlecając, np. przez duże firmy, badania, które mają wskazać określone problemy, bywają prowadzone w sposób pobieżny, często są oparte wyłącznie na stosowaniu testów, nie uwzględniają indywidualnego kontekstu historii

każdego pacjenta. Swoistą trudnością w omawianym zakresie może być również utrwalony w świadomości społecznej obraz żołnierza. Tożsamość żołnierza jest często oparta na tradycyjnym wzorcu męskości. A ten „nawiązuje do nowej kultury wojny, która [...] propaguje ideał walki jako «jedeny sposób na życie». Współczesny żołnierz – bohater wojenny charakteryzuje się «stalowym ciałem, catkowitą niezależnością emocjonalną oraz świadomą izolacją zarówno od kobiet, jak i całego społeczeństwa». Taki mężczyzna nie czuje strachu, nie ma wątpliwości, jest twardy i zahartowany, gotowy do poświęceń”²³. W takim ujęciu żołnierz, który doświadcza trudnych następstw udziału w wojnie, może mieć poczucie dysonansu między tym, co czuje (i z jakimi trudnościami się zmagają), a tym tak mocno wyidealizowanym obrazem. Amerykańscy naukowcy zajmujący się problemem zwracają uwagę na jeszcze jeden istotny aspekt definiujący trudności z korzystaniem z pomocy. Profesor psychiatrii Stephen M. Stahl zauważa, że: „osoby cierpiące na PTSD w wojsku mogą obawiać się, że będą postrzegane jako słabe, jeśli wypowiedzą się i poproszą o pomoc [...]. Czasami stygmatyzacja może uniemożliwić jednostkom mówienie o problemie i otrzymywanie potrzebnej pomocy, [...] stygmatyzacja PTSD może przeszkodzić niektórym ludziom w wojsku w szukaniu leczenia z powodu obawy, że będą postrzegani jako «szaleni», «brutalni» lub «niebezpieczni»”²⁴.

PROJEKT WOJOWNIK

Projekt Wojownik powstał jako forma pomocy grupowej adresowana do żołnierzy i odbywająca się w środowisku wojskowych, czyli w efekcie: jest to pomoc żołnierzy żołnierzom. Pomoc przez sport. Działania podejmowane w ramach Projektu mają cztery wymiary oddziaływania. Jest to wymiar jednostkowy, grupowy, obejmujący osoby „z zewnątrz” oraz wymiar społeczny. Obrazuje to poniższy schemat.

²³ J. Groth, K. Waszyńska, B. Zyszczyk, *Czynniki ryzyka rozwoju stresu pourazowego u żołnierzy uczestniczących w misjach wojskowych*, „Studia Edukacyjne” 2013, nr 26, s. 313.

²⁴ Tamże.

Schemat 1. Cztery zakresy działania w Projekcie Wojownik

Źródło: opracowanie własne.

1. Uczestnikami Projektu Wojownik są docelowo weterani, osoby, które mają za sobą przeżycia związane z udziałem w misji. Wśród uczestników najwięcej jest, rzecz jasna, żołnierzy w czynnej służbie lub już po zakończeniu kariery wojskowej. Warto jednak zauważyć, że są wśród nich także osoby nieuczestniczące dotąd w misjach, które kierowały się różnymi motywami, przystępując do udziału w Projekcie. Priorytetowo traktowana jest sama chęć uczestniczenia w tym przedsięwzięciu. Oczywiście w zależności od tego, jakie są doświadczenia uczestników i motywy przyłączenia się do tego przedsięwzięcia, takie będą też ich oczekiwania. Ponieważ jednak to żołnierze, którzy brali udział w misjach, są głównymi adresatami Projektu, warto podkreślić, że to oni wyznaczyli jego cele. Chodzi bowiem głównie o pomoc weteranom, odpowiadającą ich indywidualnym potrzebom i oczekiwaniom.
2. Drugi poziom oddziaływań stanowi grupa. Wojsko – jako instytucja, w której obowiązuje hierarchia – opiera się na działaniu grupowym. Umiejętność integracji z grupą i kooperacji w nawet bardzo trudnych warunkach często stanowi o skuteczności działań. Mówiąc o grupie w kontekście samego

Projekt, należy podkreślić jej niebagatelną rolę terapeutyczną. Żołnierz jest w stanie zrozumieć innego żołnierza jak nikt inny. Oznacza to w istocie tyle, że grupa osób o podobnych doświadczeniach, czasem o zbliżonej ścieżce kariery zawodowej, mająca podobne umiejętności funkcjonowania w danych strukturach stanowi bezpieczne środowisko otwarcia się, dyskusji, czasem także wspomnień czy wentylowania emocji (temu ostatniemu sprzyja również sportowa formuła zajęć). Rodzi się zatem pytanie, czy zajęcia sportowe obejmujące sztuki walki są dla weteranów bezpieczniejszym środowiskiem niż kozetka psychoterapeuty. Wydaje się, że tak. Dzięki nim żołnierze, będąc wśród swoich, mówią własnym językiem, czasem żargonem, bywa, że rozumieją się w pół słowa. Czują, że są rozumiani, nie mają obaw przed otwieraniem się, które mogą mieć w relacjach z psychoterapeutą. Projekt Wojownik daje ponadto możliwość integracji środowiska. Należy podkreślić, że mówiąc o „grupie”, mamy na myśli grupę szczególną, bo w jakimś sensie zamkniętą, związaną poczuciem współodpowiedzialności, a nawet – mówiąc szerzej – braterstwa, które wpisane jest w naturę wojska. Grupa zapewnia poczucie bezpieczeństwa, wsparcie i daje świadomość, że nie jest się samym.

3. Specyficzna grupa, o której mowa, ma charakter klanowy. Wspólnota doświadczeń, przeżyć, sposobów reagowania, zachowań przekłada się także na poczucie swego rodzaju klanowej odpowiedzialności za „swoich”. A w tej kategorii mieszczą się rodziny osób poległych. Ich członkowie również mogą być uczestnikami Projektu. Zaangażowanie ich w to przedsięwzięcie jest między innymi formą wyrażenia szacunku poległym żołnierzom, pokazania, że wojsko nie zapomina o swoich. W czasie, który określany bywa czasem kryzysu wartości i zagubienia moralnego, stanowi to świadectwo przetrwania idei, na których zbudowano etos żołnierza. Wspólnota, braterstwo, odpowiedzialność – to hasła, które mają tu konkretny wydźwięk praktyczny, wyrażają się w pomocy bliskim poległym weteranów, obecnością w ich życiu. Taka forma pomocy często jest im bardzo potrzebna. W kategorii „osoby związane z projektem” należy uwzględnić także osoby cywilne: trenerów, wykładowców, którzy uczestniczą w organizowanych spotkaniach. Warto podkreślić, że są to ludzie, którzy często nigdy wcześniej nie mieli związku ze środowiskiem wojskowym. Jak same mówią, Projekt wiele im daje: mają możliwość pracy z ludźmi zaangażowanymi, chętnymi do samorozwoju, niebojącymi się wysiłku, a z drugiej strony dającymi świadectwo wojsku jako instytucji.

4. Można powiedzieć, że to właśnie osoby cywilne związane z Projektem są głównymi łącznikami między nim a społeczeństwem. Stają się one głównymi promotorami przedsięwzięcia, często ich nazwiska, znane w świecie sportu, są dobrą reklamą dla „Wojownika”. Warto jednak zauważyć, że Projekt powoli staje się marką samą w sobie. Wynika to głównie z jego innowacyjności, a także faktu ogromnego zainteresowania nim i promowania przedsięwzięcia przez samych jego uczestników. Promocja wojska i „Wojownika” nie jest zjawiskiem nowym, odpowiada aktualnym tendencjom do utrzymywania dobrej komunikacji wojska z otoczeniem społecznym. Jak piszą Katarzyna Dojwa i Joanna Wardzała-Kordyś: „W okresie profesjonalizacji [wojska – przyp. aut.] głównymi azymutami media relations było:
- a) zaspokajanie potrzeb informacyjnych mediów (m.in. poprzez rozpowszechnianie informacji o profesjonalizacji);
 - b) pozyskanie dla programu profesjonalizacji partnerów medialnych (publicznych mediów elektronicznych, mediów prywatnych i społecznych, portali internetowych, prasy);
 - c) zwiększenie zainteresowania mediów tematem profesjonalizacji, nowymi regulacjami zawodowej służby wojskowej, ofertami pracy w wojsku oraz dotarcie tą drogą do potencjalnych kandydatów”²⁵.

Tymczasem Projekt Wojownik znalazł nową drogę promocji wojska wśród społeczeństwa. Weterani pojawiają się w różnych miejscach, logo „Wojownika” towarzyszy imprezom dla dzieci czy lokalnym akcjom. Czasem uczestnicy Projektu biorą na przykład udział w akcjach charytatywnych. Warto tu przypomnieć chociażby licytację nagrody Buzdygana, z której fundusze przeznaczone zostały na wsparcie rodzin poległych żołnierzy. To najlepsze świadectwo żołnierskiej solidarności, poczucia wspólnoty i współodpowiedzialności, ale także wyraz człowieczeństwa i koleżeństwa.

²⁵ Wytyczne Dyrektora Departamentu Prasowo-Informacyjnego Ministerstwa Obrony Narodowej w sprawie polityki informacyjnej resortu dotyczącej informowania społeczeństwa o procesie profesjonalizacji Sił Zbrojnych Rzeczypospolitej Polskiej, Ministerstwo Obrony Narodowej, Warszawa 2008, za: K. Dojwa, J. Wardzała-Kordyś, *Wybrane instrumenty promocji w kreowaniu wizerunku Wojska Polskiego w okresie profesjonalizacji*, „Ekonomiczne Problemy Usług” 2011, nr 73, s. 333, [http://bazhum.muzhp.pl/media/files/Ekonomiczne_Problemy_Uslug/Ekonomiczne_Problemy_Uslug-r2011-t-n73-s321-335/Ekonomiczne_Problemy_Uslug-r2011-t-n73-s321-335.pdf](http://bazhum.muzhp.pl/media/files/Ekonomiczne_Problemy_Uslug/Ekonomiczne_Problemy_Uslug-r2011-t-n73/Ekonomiczne_Problemy_Uslug-r2011-t-n73-s321-335/Ekonomiczne_Problemy_Uslug-r2011-t-n73-s321-335.pdf) (dostęp: 15.07.2019).

PRÓBA STRUKTURYZACJI CELÓW I OCZEKIWANYCH EFEKTÓW

Podczas omawiania tematyki Projektu Wojownik przyjęto kategoryzację celów według trzech obszarów: celów osiągniętych dla jednostki, celów obejmujących grupę, a także reprezentatywnych dla wojska jako struktury²⁶:

1. Jeśli chodzi o oczekiwane efekty indywidualne uczestnictwa w Projekcie Wojownik, możemy wyodrębnić: rozwijanie i podnoszenie sprawności fizycznej dzięki regularnym treningom, wdrażanie samodyscypliny, podnoszenia samooceny, tworzenie zdrowych nawyków w zakresie higieny psychicznej, unikanie wycofania, pokonywanie poczucia osamotnienia, redukcję rozdrażnienia, naukę właściwego sposobu radzenia sobie ze stresem, pielęgnowanie cech związanych ze sportem (odwagi, odporności na stres).
2. W wymiarze grupowym (społecznym) zakłada się, że wspólne treningi: wpłyną pozytywnie na integrację grupy i wzmocnią poczucia wspólnoty, odpowiedzialności za grupę, będą służyły podtrzymywaniu relacji nawiązanych podczas służby, dadzą możliwość zawierania nowych znajomości, budowania tożsamości zbiorowej²⁷.
3. W odniesieniu do wojska jako struktury zakłada się następujące cele: podtrzymywanie identyfikowania się weteranów z wojskiem jako instytucją i „drogą życiową”, tworzenie poczucia, że wciąż są oni częścią tej formacji (organizacja sesji na terenie jednostek), akcentowanie kondycji i sprawności fizycznej jako wyznaczników wzorca wojownika – żołnierza, utrwalanie etosu wojownika.

ORGANIZACJA BADAŃ

Niniejsze opracowanie ma na celu wstępną ewaluację efektów osiągniętych przez Projekt Wojownik z perspektywy uczestników tego przedsięwzięcia. Jest ono prowadzone od maja 2018 r. Warto podkreślić, że do tej pory wzięło w nim udział 881 osób, z czego ogromną większość stanowili weterani

²⁶ Pierwsza próba skryształizowania celów podjęta została w opracowaniu *Braterstwo w służbie pomocy. „Projekt Wojownik” jako nowa forma rozwoju i wsparcia prowadzona przez żołnierzy dla żołnierzy*.

²⁷ Tożsamość zbiorowa w przypadku zbiorowości żołnierskiej koncentruje się wokół etosu wojownika. „Kultura wojska bazuje na eksperckiej wiedzy oraz kontroli nad środkami przemocy, a ta wiedza i kontrola rozwijane są w służbie państwu, w zgodzie z relatywnie jasnym kodem postępowania” (J. Burk, *Military culture*, [w:] *Encyclopedia of violence, peace and conflict*, red. L. Kurtz, San Diego–London–Boston–New York–Sydney–Tokio–Toronto 1999, s. 450, za: S. Jarmoszko, *Spoleczna tożsamość wojskowych a meandry polskiej transformacji*, „Acta Universitatis Wratislaviensis” 2009, No 3096, Socjologia, vol. XLV, s. 159.

(592 osoby), ale także przedstawiciele rodzin żołnierzy poległych na misjach (18 osób)²⁸ oraz żołnierze pozostający w czynnej służbie. Celem podjętej analizy jest ogólne określenie, jak Projekt odbierany jest przez jego uczestników. Badanie ma być swoistym wstępem do planowanej dalszej eksploracji tematu i zbadania możliwości niesienia wsparcia i pomocy przy wykorzystaniu tej inicjatywy. Skupiono się głównie na motywach przystąpienia do Projektu oraz efektach, jakie w opinii respondentów może przynieść udział w nim.

W badaniu przyjęto metodę sondażu diagnostycznego. Pozwala ona na „gromadzenie wiedzy o atrybutach strukturalnych i funkcjonalnych oraz dynamice zjawisk społecznych, opiniach i poglądach wybranych zbiorowości, [...] w oparciu o specjalnie dobraną grupę, w której badane zjawisko występuje”²⁹. Badanie przeprowadzono przy użyciu autorskiej ankiety; wybór takiego narzędzia podyktowany był jego specyfiką: badania ankietowe mogą być prowadzone drogą bezpośrednią i pośrednią, są dość proste, a przez to mało czasochłonne i dają możliwość dotarcia do stosunkowo dużej liczby odbiorców. Ankieta wykorzystana w niniejszym opracowaniu była złożona z kilku pytań opatrzonych kafeterią (z możliwością wielokrotnego wyboru), ale zawierała również pytania otwarte. Dla potrzeb niniejszego opracowania przedstawione zostaną wyniki otrzymane dla zakresów pozwalających poznać opinie na temat motywacji przystąpienia do Projektu oraz tych mogących w przyszłości pomóc w identyfikacji ewentualnych potrzeb modyfikacji. Ponieważ niniejsze badanie stanowi wstęp do planowanej szerszej ewaluacji Projektu Wojownik, autorzy, mając świadomość powierzchowności badań ankietowych, nie wykluczają przyjęcia w przyszłej pracy nad tematem metod jakościowych, które w dalszej perspektywie pogłębiłyby badanie.

Badanie przeprowadzono podczas dwóch ostatnich (siedemnastej i osiemnastej) edycji Projektu Wojownik, prowadzonych w Słupsku i Kielcach. Wzięło w nim udział 49 respondentów, głównie żołnierzy i weteranów reprezentujących różne jednostki wojskowe. Badani to osoby w wieku od 25 do 52 lat, przy czym największą grupę stanowiły osoby między 30 a 40 rokiem życia (23 osoby). Staż pracy w wojsku respondentów był różny i wahał się między rokiem a ponad 30 latami pracy. Ta rozbieżność implikowana jest faktem, że Projekt Wojownik adresowany jest zarówno do żołnierzy weteranów, jak i tych, którzy dopiero zaczynają karierę wojskową. Można jednak

²⁸ Dane na dzień 20 września 2019 r., po 18 edycji Projektu Wojownik.

²⁹ T. Piłch, T. Bauman, *Zasady badań pedagogicznych. Strategie ilościowe i jakościowe*, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa 2001, s. 80.

zaryzykować tezę, że działania podejmowane w ramach przedsięwzięcia są w dużej mierze uniwersalne i znajdują zainteresowanie zarówno wśród ludzi młodych, rozpoczynających dopiero pracę w wojsku, jak i tych, którzy mają już wiele lat doświadczenia zawodowego.

WSTĘP DO EWALUACJI

Dla twórców Projektu istotna jest informacja o tym, skąd uczestnicy dowiadują się o jego istnieniu. Wydaje się, że w dobie rozwiniętej komunikacji medialnej istnieje potrzeba upowszechniania wiedzy o powstających inicjatywach i docierania do jak najszerszej grupy odbiorców. Zwłaszcza przekazywania rzetelnej informacji o każdej podejmowanej działalności pomocowej. Umożliwia to bowiem dotarcie do szerokiego grona beneficjentów. Chodzi przy tym zarówno o nagłośnienie możliwości skorzystania z oferowanych form wsparcia, jak i o dostrzeżenie konieczności mówienia o problemie i zachęcania do szukania pomocy. Połowa badanych deklaruje, że o istnieniu Projektu Wojownik dowiedziała się od znajomych i kolegów. Wydaje się to potwierdzać fakt, że środowisko zawodowe jest najlepszym miejscem przekazywania tego rodzaju informacji, a droga koleżeńskiej pomocy pozostaje najbardziej uniwersalną formą promowania sprawdzonych przez innych działań. Dość duża grupa respondentów, bo 13 osób, jako źródło informacji o istnieniu Projektu wskazała Internet. Jest to swego rodzaju „znak czasu”: to najpowszechniej używane medium stawia na elastyczność, dostępność, multiaktywność, a więc cechy odpowiadające współczesnym użytkownikom³⁰. Korzystanie z sieci internetowej jest przy tym wygodne, pozwala na używanie jej w dowolnym momencie, ale ma również atrybut społecznościowy, scala, jednoczy, integruje osoby zainteresowane danym tematem. Te atrybuty Internetu wykorzystano przy promocji Projektu Wojownik. Ma on własny profil w mediach społecznościowych, co pozwala na stałą aktualizację danych, ale także na utrzymywanie kontaktu między uczestnikami, którzy często kontaktują się także prywatnie, śledzą postępy projektu i uczestniczą w akcjach podejmowanych w jego ramach³¹.

³⁰ „Media, takie jak blogi, Second Life czy Facebook, Paul Levinson, który jest uczniem jednego z największych autorytetów w dziedzinie mediów – Marshalla McLuhana – określił je mianem «nowych» mediów, podkreślając przy tym, że charakteryzuje je wysoka dostępność, która pozwala dostosować oferowany przekaz do rytmu własnego życia”. Zob. *Kreowanie przestrzeni społecznej w cyfrowym świecie. Wpływ mediów na rzeczywistość polityczną oraz funkcjonowanie ruchów społecznych i religijnych w Polsce i Europie Środkowo-Wschodniej*, red. M. Łyszczarz, S.M. Marcinkiewicz, M. Sokołowski, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń 2014, s. 25.

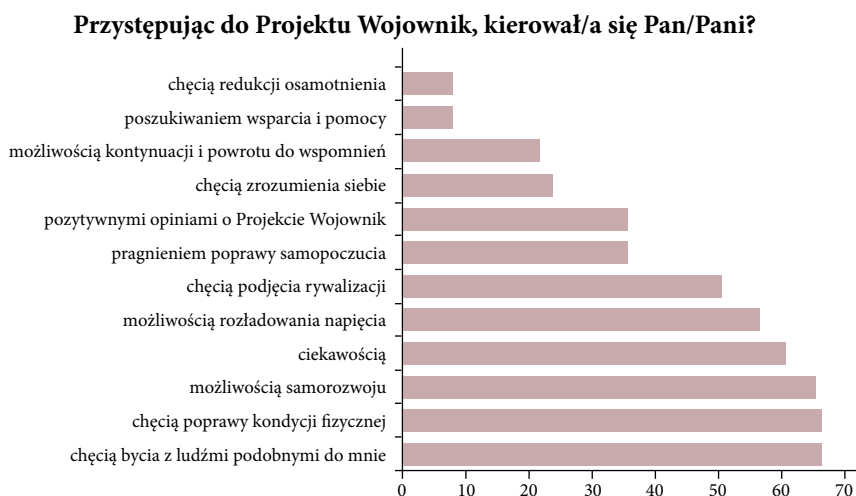
³¹ Przytoczyć tu można chociażby wspomnianą już licytację nagrody Buzdygana „Polski Zbrojnej”, która jest efektem głosowania i aktywności użytkowników, a w rezultacie promuje działania podejmowane na rzecz rodzin poległych żołnierzy.

Respondenci wskazywali również, że dowiedzieli się o możliwości skorzystania z Projektu od swoich przełożonych oraz z miesięcznika „Polska Zbrojna”. Badani, którzy wskazali odpowiedź „inne”, podawali następujące źródła informacji: „Dowiedziałam się przez Stowarzyszenie Rodzin Poległych”, „Przez pismo do jednostki wojskowej”, „Dowiedziałem się, gdy projekt odbył się w mojej jednostce”, „Dowiedziałem się od pułkownika Szczepana Głuszcza”.

MOTYWY PRZYSTĄPIENIA DO PROJEKTU

Przeprowadzone badanie dotyczyło również motywacji uczestnictwa w Projekcie Wojownik. W kolejnym pytaniu w brzmieniu „Przystępując do Projektu Wojownik, kierował/a się Pan/Pani?” autorzy przedstawili badanym 13 opcji i zostawili odpowiedź otwartą „inne (jakie?)...”.

Wykres 1. Motywy przystąpienia do Projektu Wojownik



Źródło: opracowanie własne.

Spośród możliwych odpowiedzi respondenci najczęściej wskazywali trzy: 33 osoby podały chęć bycia z ludźmi podobnymi do nich (67% badanych), taka sama grupa osób wybrała jako motyw chęć poprawy kondycji, a 32 osoby wskazały możliwość samorozwoju. Przewaga tych odpowiedzi zwraca uwagę na dwa zagadnienia: po pierwsze, zdają się potwierdzać ideę przyświecającą powstaniu Projektu, tj. budowania wspólnoty opartej na podobieństwie

doświadczenia, przeżyć, braterstwie broni. Wspólnota ta ma zaspokajać potrzebę przynależności, ale także wsparcia, przyjaźni, relacji opartej na zrozumieniu. Z drugiej strony wskazania dotyczące samorozwoju i poprawy kondycji fizycznej wiążą „wojowników” z tym, co dla wojska charakterystyczne: sprawnością fizyczną i potrzebą stałej pracy nad sobą. Bardzo częstym motywem przystąpienia do projektu jest ciekawość. Taką odpowiedź wybrało 61% badanych. W tym miejscu warto zaznaczyć, że Projekt jest pierwszą tego typu inicjatywą w Polsce. Podobne podejmowane na świecie, takie jak chociażby Projekt Odyseja czy Kombatanci Armii, cieszą się zainteresowaniem pośród weteranów w armii amerykańskiej. Wśród polskich działań skierowanych do weteranów Projekt Wojownik jest nowatorski, między innymi dzięki skoncentrowaniu się na sporcie i rozwijaniu wspólnotowości. Okazuje się, że to właśnie sport jest jednym z najskuteczniejszych narzędzi walki ze stresem. Nie dziwi więc, że 57% badanych pytanych o motywy przystąpienia do Projektu wskazało, że kierowali się możliwością rozładowania napięcia. Aż 51% respondentów w uzasadnieniu przystąpienia do Projektu wybrało chęć podjęcia rywalizacji. Właśnie rywalizacja i wyzwanie są wpisane zarówno z ideą sportu, jak i w archetyp wojownika oraz wydają się potrzebne uczestnikom Projektu. Chęć poprawy samopoczucia jako motyw przystąpienia do Projektu wybrało 36% badanych. Podobna grupa osób uzasadnia swój udział w przedsięwzięciu pozytywnymi opiniami innych osób o nim. Trzeba tu zwrócić uwagę na siłę komunikacji międzyludzkiej, wymianę informacji i opinii na poziomie nieformalnym, koleżeńskim, które okazały się dobrą formą upowszechniania pozytywnej oceny projektu przez samych uczestników.

Ponad 24% badanych uzasadnia przystąpienie do Projektu chęcią zrozumienia siebie i innych. Niemal identyczna grupa (22%) wskazuje jako czynnik motywujący chęć kontynuacji uczestnictwa we wspólnocie wojska i możliwość powrotu do wspomnień z misji. Te wskazania wydają się szczególnie istotne, jeśli weźmie się pod uwagę założenie Projektu realizujące się w idei, że nikt nie rozumie żołnierza tak jak inny żołnierz. Wspólnota doświadczeń wydaje się również wspólnotą podobieństwa, warunków rozwoju, zmian, wreszcie wspólnotą zawodu, środowiska, które jako takie staje się „nieformalnie terapeutyczne”. Przez wspólne treningi, ale także przebywanie uczestników ze sobą, zacieśniają się więzi między nimi, nawiązywane i rozwijane są nowe relacje, rodzą się przyjaźnie. Dzięki osobistemu zaangażowaniu uczestników powstaje nowy rodzaj zaangażowania integrującego środowisko wojskowych. To nieprzeceniona rola projektu, który pozwala żołnierzom z różnych

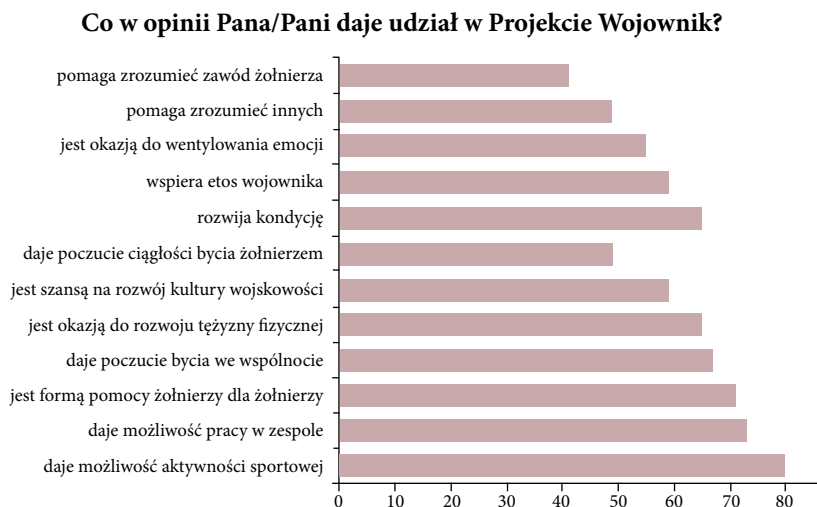
jednostek na stworzenie nowego typu odpowiedzialności grupowej, obejmującej nie tylko samych żołnierzy, lecz także rodziny osób poległych, spójnego z obrazem wojska jako „rodziny”.

Niewielka grupa badanych wskazała jako motywy przystąpienia do Projektu „poszukiwanie wsparcia i pomocy” oraz „chęć redukcji osamotnienia” (w obu wskazaniach 8%). Może to sugerować koncentrację respondentów na „zadaniowości”, ich chęć rozwoju. Warto przywołać te odpowiedzi, ich obecność świadczy bowiem o potrzebach żołnierzy – weteranów w omawianym zakresie.

EFEKTY UDZIAŁU W PROJEKCIE W OPINIACH JEGO UCZESTNIKÓW

Jak wskazały powyżej przedstawione wyniki, decydując się na udział w Projekcie Wojownik, beneficjenci kierowali się różnymi motywami. Interesujące wydają się również efekty, jakie przez udział w tym przedsięwzięciu osiągnęli. Pytanie o to „co w opinii Pana/Pani daje udział w Projekcie Wojownik?” miało na celu określenie rejestru możliwych do osiągnięcia następstw aktywności podejmowanej w jego zakresie. Warto dodać, że badani mogli określać nie tylko te efekty, które zaobserwowali u siebie, ale także te, które w ich ocenie są możliwe do osiągnięcia.

Wykres 2. Efekty uczestnictwa w Projekcie Wojownik w opiniach respondentów



Źródło: opracowanie własne.

Niemal 80% badanych uznało, że Projekt Wojownik jest formą spotkania, nawiązania nowych i podtrzymywania już istniejących relacji. Taka sama liczba wskazań (80%) odnosi się do sportowego wymiaru Projektu i zawiera się w odpowiedzi „stwarza możliwość aktywności fizycznej”. Zwraca uwagę przewijające się zestawienie „sport – wspólnota”, które leżało u podstaw idei powstania Projektu. Jakby na poparcie tej tezy dość duża liczba wskazań dotyczy kolejnych walorów cech przedsięwzięcia: „stwarza możliwość rozwijania umiejętności takich jak kooperacja i praca w zespole” (73% wskazań), „jest formą pomocy żołnierzy dla żołnierzy” (71% wskazań). Również odpowiedź „daje poczucie bycia we wspólnocie/grupie/klanie” pojawia się we wskazaniach respondentów dość często (67% badanych wybierało tę odpowiedź). Zauważana i podkreślana przez uczestników wspólnotowość idzie w parze z docenieniem sportu jako elementu przedsięwzięcia – co sugeruje dość częsty wybór odpowiedzi: „rozwija kondycję, jest okazją do rozwoju tęczy fizycznej” (65% wskazań). Należy podkreślić, że takie ujęcie wspólnotowości i współpracy, jako celowej, zorientowanej na działanie, a jednocześnie opartej na relacyjności, jest zgodne z ideą braterstwa wplecioną w zawód żołnierza, wspiera poczucie odpowiedzialności i poprawia integrację środowiska. Uczestnicy zauważają i doceniają również dalej idące efekty wspólnotowości Projektu. Aż 59% respondentów uważa, że Projekt wspiera etos wojownika, a 49% wskazuje, że „daje poczucie ciągłości, bycia żołnierzem również poza służbą”. Są to optymistyczne dane, wydaje się bowiem, że pozwalają na wyodrębnienie obrazu wojska i żołnierza w ujęciu samych żołnierzy. Zawód ten traktowany jest w tym wymiarze już nie tylko w kategorii zajęcia, fachu, lecz także powołania. Wiąże się to z autoidentyfikacją ze wspólnotą, odpowiedzialnością za obraz wojska, w tym kontynuowaniem chlubnych tradycji. W takim kontekście jest osobistą misją, ciągłością, autoidentyfikacją z wojskiem jako strukturą, lecz także jako wspólnotą.

Wśród odpowiedzi na pytanie o to, co daje udział w Projekcie, wyróżnia się grupa tych, które odnoszą się do osobistych korzyści. Akcentują one indywidualne efekty dostrzegane przez uczestników. Wśród odpowiedzi tego typu należy wymienić stwarzanie okazji do wentylowania emocji, do relaksu, odpoczynku (55%), wdrażanie do samodyscypliny (49%), pomoc w zrozumieniu odczuć i zachowań swoich oraz innych (45% wskazań). Są to wartości szczególnie ważne dla samorozwoju, budowania samoświadomości i rozwijania umiejętności osobistych. Wśród odpowiedzi pojawiły się również te, które wydają się akcentować specyfikę środowiska. Dwudziestu osobom

(41% wskazań) Projekt Wojownik „pomaga zrozumieć zawód żołnierza” i taka sama grupa osób podkreśla, że „daje poczucie uczestnictwa we wspólnotcie wojska”. Te wskazania wydają się wyraźnym sygnałem istnienia potrzeby znalezienia swojego miejsca w wojskowej wspólnotcie, również po zakończeniu aktywnej kariery wojskowej. Idąc dalej, można zaryzykować tezę, że żołnierzem jest się całe życie i weterani, a nawet członkowie rodzin żołnierzy odczuwają potrzebę pozostania w tej wspólnotcie czy w łączności z nią.

PRIORYTETY

Stworzeniu Projektu Wojownik przyświecała idea pomocy wzajemnej przy wykorzystaniu sportu jako narzędzia i elementu integrującego. Wymienione w pierwszej części niniejszego opracowania cele można traktować jako główne kierunki działania, które wyznaczili organizatorzy, ale które podyktowane były także doświadczeniami pierwszych edycji Projektu. Prośba, aby uczestnicy określili przedsięwzięcia, które według nich mają status priorytetu dla działań prowadzonych wobec środowiska weteranów, miała na celu pozyskanie informacji o tym, co według nich jest szczególnie ważne, na co należy zwrócić uwagę przy planowaniu takich przedsięwzięć, gdzie zauważają potrzebę poszerzenia i rozwoju działań. Pytanie: „Jakie priorytety podczas prowadzonych działań adresowanych do weteranów i ich rodzin są dla Pana/Pani kluczowe?” miało formę otwartą i odpowiedzi na nie udzieliło 27 badanych.

Największa liczba osób określiła jako priorytet działań adresowanych do weteranów i ich rodzin integrację środowiska. Należy podkreślić, że ta integracja nie koncentruje się wyłącznie na żołnierzach weteranach, ale dotyczy całego środowiska wojskowego. Uczestnicy Projektu pytani o to, co jest według nich szczególnie ważne, odpowiadali: „integrowanie środowiska weteranów i innych żołnierzy”, „umożliwienie zrozumienia siebie i innych przez integrację”, „integracja z osobami o podobnych doświadczeniach, zrozumienie środowiska”, wspominają o „umożliwieniu realizacji relacji interpersonalnych”, ale piszą również szerzej, że „chodzi o scalenie środowiska”. Ten walor grupowości charakterystyczny dla wojska jako struktury pojawia się także w aspekcie pomocy, która jest wskazywana niemal tak często jak integracja. I tak żołnierze piszą o profesjonalnej pomocy, określając ją krótko jako „wsparcie psychologiczne” albo „wsparcie w formie sportu”, ale wspominają również o konieczności poszerzenia i propagowania wsparcia

w środowisku „(najważniejsze jest) wsparcie zewnętrzne”, „pomoc lekarzy specjalistów, może turnusy profilaktyczne dla żołnierzy”, niejednokrotnie podają również niejako gotowe rozwiązania, które według nich usprawniłyby pomoc osobom reprezentującym środowisko weteranów. Zarówno w odniesieniu do nich samych: „pomoc dla weteranów (w każdym aspekcie), pamięć o takich osobach”, „rozmowy o potrzebach ludzi wracających z misji”, „budowanie poczucia bycia potrzebnym”. Badani proponują również szersze rozwiązania: „poprawę rozwiązań systemowych odnoszących się do weteranów i ich rodzin”.

Odnośnie do rodzin żołnierzy poległych na misjach sugerują: zapraszanie ich na spotkania Projektu Wojownik, umożliwienie rozmowy między członkami rodzin weteranów, pamięć o żołnierzach poległych na misjach. Jeden z badanych pisze: „Fakt, że ktoś pamięta, docenia ich poświęcenie lub poświęcenie ich bliskich, jeśli chodzi o rodziny weteranów, poszkodowanych lub poległych, jest najważniejszy”.

Wydaje się, że respondenci nie zapominają również o tym, co niezwykle istotne z punktu widzenia postrzegania wojska. Ich priorytety nie mają wymiaru wyłącznie egocentrycznego, zwracają oni uwagę na potrzebę „propagowania kultury wojskowości”, „pokazanie i zrozumienie zawodu żołnierza”. Te wskazania wydają się niezwykle ważne, uświadamiają bowiem, jak istotne jest dla badanych poczucie odpowiedzialności zawodowej. Noszenie munduru jest dla nich nie tylko częścią życia zawodowego, lecz także sprawą odpowiedzialności osobistej. Świadczy to o wysokim morale uczestników Projektu.

Wzięcie pod uwagę owych priorytetów działań wydaje się kwestią niezwykle istotną przy planowaniu inicjatyw podejmowanych dla środowiska weteranów. To oni bowiem są najlepszym probierzem potrzeb i braków w tym zakresie.

ZMIANY (?)

Ponieważ intencją podjętego badania było określenie, w jaki sposób postrzegają Projekt Wojownik jego uczestnicy, zdecydowano się zadać pytanie również o to, czy widzą oni konieczność wprowadzenia zmian i ewentualnie jakie według nich miałyby to być zmiany. Beneficjenci Projektu są jego krytycznymi obserwatorami, a kolejne edycje przynoszą możliwość oceny skuteczności działań podejmowanych w jego ramach przez samych

zainteresowanych. Tym bardziej ich opinie są ważne dla autorów przedsięwzięcia. Na pytanie: „Czy widzi Pan/Pani możliwość wprowadzenia zmian w działaniach podejmowanych w ramach Projektu Wojownik, które wpłynęłyby na jego większą efektywność? (A jeśli tak, jakie miałyby to być zmiany?)” aż 32 osoby odpowiedziały przecząco. Cztery osoby powstrzymały się od odpowiedzi.

Szczególnie cenne wydają się opinie osób proponujących działania, które miałyby na celu rozwijanie Projektu. W grupie propozycji pojawiły się te odnoszące się do usprawnienia komunikacji i przepływu informacji („dotarcie do wszystkich weteranów, ażeby mogli zobaczyć, że warto w Projekcie Wojownik uczestniczyć”, „zwiększenie możliwości brania udziału w Projekcie”, „zwiększenie życzliwości (i otwartości) przełożonych odnośnie do umożliwienia żołnierzom wyjazdu”, a nawet propozycja skierowania „pisma do MON dotyczącego umożliwienia żołnierzom weteranom wyjazdu na Projekt Wojownik”).

Respondenci w propozycjach zmian odnieśli się również do możliwych modyfikacji formuły Projektu. W czterech odpowiedziach pojawia się propozycja organizacji kilkudniowych turnusów, a także poszerzenia Projektu Wojownik o wyjazdy tygodniowe („kilkudniowe turnusy kondycyjne”). Co ciekawe, badani proponują również poszerzenie tematyki zajęć („fajną zmianą byłyby tygodniowe zgrupowania edukacyjne o sporcie, codzienne zajęcia z psychologiem, możliwości indywidualnych konsultacji”, „spotkania z dietetykami, przykładowe rozpisanie treningu, zajęcia z innymi trenerami (judo, karate etc.), spotkania z producentami suplementów”, „zorganizowanie walki pokazowej”).

Odpowiedzi badanych sugerują również, że realizowane podczas niektórych edycji Projektu dodatkowe zajęcia spotkały się ze szczególnym zainteresowaniem z ich strony. Jeden z badanych pisze: „Świetnym przykładem jest Powidz i Gliwice: wystawa sprzętu, zwiedzanie jednostek, na pewno mają też sale tradycji, może dodać muzea?”. Sugestie wyrażone przez respondentów stanowią dla organizatorów Projektu cenne źródło wiedzy odnośnie do potrzeb i oczekiwań biorących w nim udział żołnierzy. To oni bowiem są adresatami podejmowanych działań i na ich potrzebach koncentrują się cele tego przedsięwzięcia. Ponadto jeśli Projekt Wojownik ma być wsparciem dla żołnierzy, należy pamiętać, że to oni tworzą atmosferę tego wydarzenia i są jego najważniejszym podmiotem.

PODSUMOWANIE

Projekt Wojownik jest inicjatywą zmierzającą do udzielania wsparcia i pomocy weteranom, ale można zaryzykować tezę, że stwarza też możliwość czerpania z tego, co daje wspólnota wojska i wspólnota celów. Opiera się na naturalnej potrzebie poszukiwania kontaktu z ludźmi podobnymi do siebie, budowania spójnego obrazu samego siebie, na dawaniu i poszukiwaniu poczucia bezpieczeństwa i wsparcia. Dołączając do Projektu, jego uczestnicy często kierują się ciekawością bądź opiniami kolegów, czasem robią to z innych powodów. Aktywnie angażują się zarówno w same zajęcia, jak i we wszystko, co towarzyszy Projektowi: dbają o jego rozwój, biorą udział w organizacji kolejnych treningów i włączają się w propagowanie idei Projektu. Biorąc pod uwagę przyjęte powyżej oczekiwane efekty uczestnictwa w Projekcie Wojownik (indywidualnych, grupowych i wojska jako struktury), trzeba zauważyć, że badani w każdej z wymienionych kategorii zauważają korzyści płynące z uczestnictwa w nim. Mówią zarówno o rozwijaniu umiejętności, treningu, poprawie kondycji fizycznej, jak i o wentylacji emocji, możliwości bycia wysłuchanym, zrozumianym. Wielu z respondentów podkreśla integrację grupy jako szczególnie ważny atut Projektu. Są i tacy, którzy mówią o budowaniu obrazu wojska, zwracają uwagę na poczucie odpowiedzialności za zawód żołnierza i jego społeczny odbiór. Są przy tym nie tylko zaangażowanymi uczestnikami, lecz także uważnymi obserwatorami i krytykami Projektu. Chcą go sami tworzyć, angażując się w organizację jego kolejnych edycji. Zapytani o to, czy poleciliby udział w Projekcie Wojownik, wszyscy udzielili odpowiedzi „zdecydowanie tak”, co należy uznać za najlepszą rekomendację Projektu, który powstając jako wyraz „pomocy żołnierzom przez żołnierzy”, przyczynił się do powstania Wojowniczej Rodziny. A w rodzinie, w której panuje zrozumienie i otwartość na potrzeby innych, każdy ma swoje miejsce, odnajduje poczucie sensu, akceptację i bezpieczeństwo, jest ona doskonałym środowiskiem rozwoju.

THE SUMMARY

The article refers to The Warrior Project, which has been functioning for over a year. The project is directed to soldiers, veterans of foreign missions and

the families of fallen soldiers. The actions taken within the project include lectures and sports activities, which serve to the improvement of physical fitness and well-being of the participants, as well as to integrate the community. The article presents the results of the research conducted among the participants, referring to the initial evaluation of the project.

KEY WORDS:

The Warrior Project, help, soldiers, veterans, sport

BIBLIOGRAFIA

Burk J., *Military culture*, [w:] *Encyclopedia of violence, peace and conflict*, red. L. Kurtz, San Diego–London–Boston–New York–Sydney–Tokio–Toronto 1999.

Dojwa K., Wardzała-Kordyś J., *Wybrane instrumenty promocji w kreowaniu wizerunku Wojska Polskiego w okresie profesjonalizacji*, „Ekonomiczne Problemy Usług” 2011, nr 73.

Groth J., Waszyńska K., Zyszczyk B., *Czynniki ryzyka rozwoju stresu pourazowego u żołnierzy uczestniczących w misjach wojskowych*, „Studia Edukacyjne” 2013, nr 26.

Heitzman J., *Zaburzenia potraumatyczne – możliwości psychoterapeutyczne, przegląd koncepcji*, [w:] *Konsekwencje psychiczne traumy. Uwarunkowania i terapia*, red. J. Strelau, B. Zawadzki, M. Kaczmarek, Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa 2009.

http://bazhum.muzhp.pl/media//files/Ekonomiczne_Problemy_Uslug/Ekonomiczne_Problemy_Uslug-r2011-t-n73/Ekonomiczne_Problemy_Uslug-r2011-t-n73-s321-335/Ekonomiczne_Problemy_Uslug-r2011-t-n73-s321-335.pdf (dostęp: 15.07.2019).

<https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/post-traumatic-stress-disorder/symptoms-causes/syc-20355967> (dostęp: 9.07.2019).

Jarmoszko S., *Spółeczna tożsamość wojskowych a meandry polskiej transformacji*, „Acta Universitatis Wratislaviensis” 2009, nr 3096, t. XLV, Socjologia.

Kolk van der B., *Strach ucieleśniony. Mózg, umysł i ciało w terapii traumy*, Wydawnictwo Czarna Owca, Warszawa 2018.

Korolczuk, A. Gołębiowski, M. Tomko-Gwoździewicz, *Od nostalgii do PTSD*, „Zeszyty Naukowe WSOWL” 2009, nr 3(153).

Kuśmirek K., *Sluzba kobiet w silach zbrojnych*, „Czasopismo Naukowe Instytutu Studiów Kobięcych” 2017, nr 1(2).

- Lee S., *Warrior Archetype*, <http://asoldiersperspective.com/warrior-archetype/> (dostęp: 3.07.2019).
- Łyszczarz M., Marcinkiewicz S.M., Sokołowski M., *Kreowanie przestrzeni społecznej w cyfrowym świecie*, Toruń 2014.
- McFarlane A., *Związek między osobowością z zespołem stresu pourazowego*, [w:] *Osobowość a ekstremalny stres*, red. J. Strelau, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2004.
- Najavits L., *Poszukiwanie bezpieczeństwa. Terapia PTSD i nadużywania substancji psychoaktywnych*, Kraków 2010.
- Ogińska-Bulik N., Juczyński Z., *Konsekwencje doświadczanych negatywnych wydarzeń życiowych – objawy stresu pourazowego i potraumatyczny wzrost*, „Psychiatria” 2012, t. 9, nr 1.
- Olkusz K., *Portret fantastycznego żołnierza. O postaci i drodze wojownika w powieści Jarostawa Grzędowicza Pan lodowego ogrodu*, [w:] *Fantastyczność i cudowność: wokół źródeł fantazy*, red. T. Ratajczak, B. Trocha, Oficyna Wydawnicza Uniwersytetu Zielonogórskiego, Zielona Góra 2009.
- Pilch T., Bauman T., *Zasady badań pedagogicznych. Strategie ilościowe i jakościowe*, Wydawnictwo „Żak”, Warszawa 2001.
- Rothschild B., *Ciało pamięta. Psychofizjologia traumy i terapii osób po urazie psychicznym*, Kraków 2014.
- Słownik psychologiczny*, red. W. Szewczuk, Wiedza Powszechna, Warszawa 1979.
- Strelau J., Zawadzki B., Oniszczenko W., *Kwestionariusz PTSD – wersja czynnikowa (PTSD-C): konstrukcja narzędzia do diagnozy głównych wymiarów zespołu stresu pourazowego*, „Przegląd Psychologiczny” 2002, t. 45, nr 2.
- VA/DoD Evidence Based Practice Work Group (2017). *Management of Posttraumatic Stress Disorder and Acute Stress Reaction 2017 Full Guideline*, <https://www.health-quality.va.gov/guidelines/MH/ptsd/> (dostęp: 3.07.2019).