

## **PORÓWNANIE STRESU ŻOŁNIERZY ZAWODOWYCH WYKONUJĄCYCH ZADANIA W KRAJU I POZA JEGO GRANICAMI**

**Katarzyna RYCHCIŃSKA\*, Piotr JEŻEWSKI\*\*, Jakub RYCHCIŃSKI\*\*\***

\* *Katedra Nauk Humanistycznych i Promocji Zdrowia, Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu*  
e-mail: katarzyna.rychcinska@gmail.com

\*\* *Ministerstwo Obrony Narodowej*  
e-mail: piotr.marek.jezewski@wp.pl

\*\*\* *Wyższa Szkoła Oficerska Wojsk Lądowych imienia generała Tadeusza Kościuszki*  
e-mail: jrychcinski@gmail.com

Artykuł wpłynął do redakcji 12.04.2013 r. Zweryfikowaną i poprawioną wersję po recenzjach i korekcie otrzymano w czerwcu 2013 r.

*Żołnierze pełniący służbę zawodową, ze względu na specyfikę wykonywanej pracy, narażeni są na doświadczanie wielu sytuacji stresowych. Przyczyny stresu, a w konsekwencji niejednokrotnie wynikające z niego zaburzenia, mogą znacząco różnić się w zależności od tego, czy występuje on w warunkach służby na terenie kraju, czy poza jego granicami. Niniejsze opracowanie oparte jest o badania własne, celem ukazania różnic pomiędzy źródłami i natężeniem stresu pojawiającego się w warunkach służby na terenie Rzeczypospolitej a tymi, które występują u żołnierzy wyjeżdżających na misje stabilizacyjne czy pokojowe. Badanymi są uczestnicy Polskiego Kontyngentu Wojskowego, mający możliwość służyć w tych dwóch środowiskach, którzy wzięli udział w misjach w Czadzie, Libanie, Iraku czy Afganistanie. Pod uwagę wzięte zostały takie uniwersalne aspekty, jak: ogólne warunki służby, opieka zdrowotna, warunki środowiska, wynagrodzenie i poczucie bezpieczeństwa. Ponadto dla wskazania stresujących czynników, które pojawiają się głównie w warunkach służby poza granicami kraju przyjęto kryteria, takie jak: obawy związane z pogorszeniem relacji z rodziną, ocena dostępu do infrastruktury sanitarnej, ocena jakości i organizacji żywienia, niedogodności pogodowe, obawy związane z zagrożeniem ze strony lokalnej ludności, możliwość zagrożenia ze strony otaczającego środowiska oraz lęk przed zagrożeniami w służbie poza granicami Państwa.*

**Słowa kluczowe:** stres, żołnierze służby zawodowej, działania wojsk poza granicami państwa, służba wojskowa zawodowa

### **WSTĘP**

Stres jako pojęcie jest jednym z najczęściej używanych we współczesnym społeczeństwie. Dotyczy on prawie każdej sfery życia i każdej grupy zawodowej. Środowisko wojskowe jednak, ze względu na swoją specyfikę, narażone jest na szczególnie in-

tensywne występowanie tego zjawiska<sup>1</sup>. Znamienne jest to, iż w wielu opracowaniach dotyczących problematyki stresu (m.in. O. Truszczyński 1998, I. Henszen-Niejodek 2005, A. Piotrowski 2012) wskazuje się iż pierwsze ujęcie stresu w aspekcie psychologicznym dotyczyło właśnie służby wojskowej, a dokładnie reakcji, jakie przejawiali piloci uczestniczący w II wojnie światowej<sup>2</sup>.

W związku z uczestnictwem Polskiego Kontyngentu Wojskowego w misjach poza granicami kraju, w sposób szczególny zaczęto interesować się długofalowymi skutkami silnego stresu związanego z udziałem w misjach wojskowych. W tym miejscu należy nadmienić, iż stres nie zawsze musi wiązać się jedynie z negatywnymi następstwami, a w specyficznych okolicznościach może przynieść korzyści. Już sam Hans Selye, uważany za pierwszego twórcę tego pojęcia, nadmieniał, że stres może być również przyczyną pozytywnej aktywacji organizmu<sup>3</sup>. Obecnie coraz częściej opisywane jest zjawisko wzrostu potraumatycznego, badanego m.in. wśród polskich żołnierzy uczestniczących w misjach poza granicami kraju, rozumianego jako korzystna zmiana będąca rezultatem pozytywnego wyjścia z kryzysu (np. przetrwania sytuacji traumatycznej na polu walki), którego wynikiem jest nie sam powrót do stanu sprzed zdarzenia, ale wzrost kompetencji psychospołecznych oraz jakościowa zmiana funkcjonowania<sup>4</sup>.

Bez wątplenia, wskazać należy jednak na dezorganizującą i destruktywną siłę stresu, który leży u podstaw rozmaitych zaburzeń psycho-emocjonalnych<sup>5</sup>. Korzeniewski (2008) podaje, że aż 200 żołnierzy uczestniczących w misji Iraq Freedom w 2004 roku przeżywało trudności psychiczne w związku z udziałem w tej operacji, z czego aż 91 było zdiagnozowanych w kierunku PTSD<sup>6</sup>.

Dane te jednak są podważane przez innych badaczy zagadnienia, którzy podkreślają, iż wskazania te były wynikiem błędnej diagnostyki, nieodnoszącej się właściwie do klasyfikacji DSM-IV czy ICD10<sup>7</sup>. W związku z licznymi kontrowersjami związanymi z używaniem samego terminu PTSD i przypisywaniem mu innych zaburzeń, które według przyjętych klasyfikacji, nie mieszczą się w definicji Zespołu Stresu Pourazowego<sup>8</sup>, niniejsze opracowanie oparte jest o badania niewymagające diagnozy zaburzeń postresowych.

---

<sup>1</sup> M. Waszkowska, D. Merez, M. Drabek, *Programy prewencji stresu zawodowego – strategie, techniki, ocena skuteczności. Część I. Narodowe i międzynarodowe działania na rzecz przeciwdziałania stresowi w miejscu pracy*, [w:] „Medycyna Pracy”, nr 6/2009, Łódź 2009, s. 523-529.

<sup>2</sup> R. Grinker, J. Spiegel, *Men under stress*, McGraw-Hill, New York 1945.

<sup>3</sup> H. Selye, *Stres okiełznany, Plus minus nieskończoność*, wyd. 1, PIW, Warszawa 1977.

<sup>4</sup> J. Biegańska, *Czynniki sprzyjające wystąpieniu wzrostu potraumatycznego u polskich żołnierzy uczestniczących w misjach pokojowych*, [w:] *Zdrowotne i psychospołeczne aspekty służb mundurowych*, pod red. A. Kaiser, M. Mrozowiak, Warszawa 2013, s. 291-302.

<sup>5</sup> D. Golinowska, A. Florkowski, D. Juszcak, *Analiza przyczyn i uwarunkowań reakcji na ciężki stres oraz zaburzeń adaptacyjnych u pacjentów poradni zdrowia psychicznego*, [w:] „Polski Merkurusz Lekarski”, t. XXVIII, Supl.167, Warszawa 2010, s. 387-394.

<sup>6</sup> K. Korzeniewski, *Zaburzenia psychiczne na współczesnym polu walki*, [w:] „Polski Merkurusz Lekarski”, t. XXIV, Supl. 44, Warszawa 2008, s. 572-575.

<sup>7</sup> W. Gruszczyński i wsp., *Klasyfikacja zaburzeń psychicznych u żołnierzy w czasie misji pokojowych i działaniach wojennych*, [w:] „Polski Merkurusz Lekarski”, t. XXV, Supl. 1, Warszawa 2008, s. 55-58.

<sup>8</sup> A. Florkowski, B. Gruszczyński, W. Gruszczyński, i wsp.: *Kontrowersje w sprawie rozpoznawania ostrego zaburzenia stresowego (ASD) i zespołu stresu pourazowego (PTSD) u żołnierzy pełniących misję pokojową w Iraku*. [w:] *Służba żołnierzy i funkcjonariuszy służb państwowych wykonujących*

Ponadto biorąc pod uwagę, że istnieją aktualne i wyczerpujące artykuły naukowe dotyczące ogólnej specyfiki i historii stresu w środowisku wojskowym (m.in. Piotrowski A. 2012, Darmetko J. 2008) przedmiotowa praca skupiona jest głównie wokół badań własnych, mających na celu analizę porównawczą przyczyn stresu występującego w trakcie służby w kraju oraz poza jego granicami.

## 1. CEL BADAŃ

Pomiar stresu związanego ze służbą wojskową może być prowadzony na kilka sposobów, m.in. poprzez odwołanie się do statystyk i zestawienie różnego typu zaburzeń postresowych. Niemniej jednak, jak już wspomniano, w związku z pewnymi nieścisłościami dotyczącymi klasyfikacji zaburzeń, takich jak ASD czy PTSD<sup>9</sup> w niniejszym badaniu skupiono się na wyodrębnieniu poszczególnych stresorów i ich subiektywnej ocenie przez weteranów, a nie analizie jednostek chorobowych. Pod pojęciem stresorów rozumie się bardzo różnorodne czynniki powodujące stres, z uwzględnieniem ich różnych właściwości bądź wymiarów.<sup>10</sup> Odpowiedzią na pytanie, czy stres nabyty w trakcie służby w kraju jest tożsamy ze stresem spowodowanym służbą poza granicami państwa, może być zestawienie czynników powodujących napięcia psychofizyczne w tych dwóch środowiskach.

Celem tego opracowania jest więc porównanie stresu żołnierzy wykonujących zadania w kraju i poza jego granicami poprzez przeanalizowanie przyczyn stresu, stopnia ich wpływu na jednostkę i konsekwencji ich oddziaływania zarówno krótkoterminowego, jak i długoterminowego. Należałoby zatem odpowiedzieć na pytania: jakie czynniki stresogenne można wyodrębnić w służbie w kraju i za granicą, które z wygenerowanych stresorów są obecne w obu środowiskach, a które są jedynie tylko dla jednego z nich, na ile podejmowana w obu przypadkach profilaktyka i specjalistyczna pomoc jest w stanie złagodzić skutki stresu? Zdefiniowane czynniki stresogenne w obydwu miejscach pełnienia służby pozwolą na określenie ich podobnego oddziaływania lub też wzajemnie się wykluczą, utwierdzając podejrzenie o ich odmienności.

## 2. MATERIAŁ I METODY

Spośród wielu stresorów lub sytuacji stresogennych należało wybrać te, które dają możliwość dokonania porównania, poprzez odnalezienie ich wspólnego mianownika. W zależności od klasyfikacji stresory najczęściej dzieli się ze względu na ich zakres oddziaływania od drobnych codziennych utrapień, przez poważne zagrożenia dotyczące jednostek lub kilku osób po katastrofy obejmujące całe grupy ludzi<sup>11</sup>. Ich występowanie

---

*zadania w warunkach ekstremalnych*, Polskie Towarzystwo Naukowe Kultury Fizycznej, Warszawa 2004, s. 41-48.

<sup>9</sup> K. Rychcińska, J. Rychciński, A. Golonka, *Redukcja skutków traumy oraz PTSD, związanych ze służbą wojskową, za pomocą różnorodnych technik terapeutycznych ze szczególnym uwzględnieniem techniki TRE- trauma releasing exercise*, [w:] *Zdrowotne i psychospołeczne aspekty służb mundurowych*, pod red. A. Kaiser, M. Mrozowiak, Warszawa 2013, s. 303-311.

<sup>10</sup> I. Heszen-Niejodek, *Teoria stresu psychologicznego i radzenia sobie*, [w:] *Psychologia*, podręcznik akademicki, Tom III, pod red. J. Strelau, Gdańsk 2005, s. 465-492.

<sup>11</sup> R. Lazarus, S. Folkman, *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Co. New York 1984.

można również podzielić na sfery, w których się pojawiają np.: fizyczne, emocjonalne, poznawcze czy społeczne<sup>12</sup>.

Przedmiotowe porównanie to zestawienie dwóch odmiennych środowisk, które niewątpliwie są różne, mimo iż, z założenia powinny pozostawać podobne. Specyfika porządku dnia żołnierza, hierarchia i bezwzględność działania powinna być obecna w czasie pokoju na podobnym poziomie co w czasie wojny, po to by w chwili zagrożenia automatycznie podejmować działania. Ciężkie warunki, huk, fetor i lęk nie powinny tego działania zakłócić. Ponadto funkcjonowanie w swoistym środowisku, w którym wszyscy pozostają w stałej gotowości, z poczuciem wysokiej odpowiedzialności za innych ludzi i powierzony sprzęt, bezsprzecznie może generować stres. I tu oba środowiska posiadają części wspólne. Jednakże nie należy zapominać, że istnieje szereg czynników stresogennych, które ujawniają się tylko lub głównie w czasie służby poza granicami kraju, bezpośrednio wpływających na kondycję żołnierzy. Stres w strefie zagrożenia wywołany obawami o życie i zdrowie, tęsknotą za bliskimi i odmiennością warunków życia, znacznie odróżniać może odczucia związane ze służbą na terenie RP i poza nią. Należy zatem zbadać te czynniki, które występują w obu środowiskach, ale rozważyć również te, które występują tylko w warunkach misyjnych.

W procesie przeprowadzania badań, niezbędnym było wskazanie odpowiednich zmiennych, będących właściwym mianownikiem dla procesu porównania i wyznaczenie pewnego rodzaju kategorii w jakich można doszukać się różnic. Przy ich wskazaniu skupiono się na ich uniwersalności i szczegółowości. Uniwersalność pozwoliła na zastosowanie ich w obu warunkach. W niektórych przypadkach jednak nie było to możliwe (np. warunki atmosferyczne). Służba na terenie kraju, w klimacie, do którego żołnierze są przystosowani nie wiąże się z występowaniem bodźców, które w tym ujęciu mieściłyby się w kategorii stresogennych. Inne zmienne mogą pozostawać adekwatne w pełni w obu środowiskach. Kontakt i relacje z rodziną mają zdecydowanie inny wpływ na funkcjonowanie z uwagi choćby na dystans badanego od rodziny. Ostatecznie wyznaczono następujące zmienne: ogólne warunki służby; opieka zdrowotna; warunki środowiska; wynagrodzenie; poczucie bezpieczeństwa. Oczywiście zmienną również w przedmiotowym badaniu jest miejsce pełnienia służby: w kraju lub za granicą. Na podstawie wyróżnionych zmiennych dokonano określenia wskaźników zmiennych, gdyż z samej zmiennej nie wynikała jej wartość. Wskaźniki te posłużyły do oceny zmiennych.

Wśród wskaźników dotyczących ogólnych warunków służby wyróżniono: czas poświęcony na wykonywanie obowiązków; poziom higieny; jakość żywienia; możliwość kontaktu z bliskimi; obawy w kontakcie z bliskimi.

Otoczające warunki to również ważna zmienna. Wskaźniki kształtujące tą zmienną to: klimat, zagrożenia środowiska, zagrożenia lokalnej ludności. O ile klimat i zagrożenia środowiska (w tym niebezpieczeństwa pochodzące od zwierząt, roślinności) stanowią wskaźniki niezależne od badanego i można jedynie osłabić negatywne działanie wielu z nich, o tyle stosunki z lokalną ludnością są zależne w dużej mierze od działalności służbowej uczestników misji. W niniejszym opracowaniu skupiono się na badaniu obaw, odczuwalnego lęku wobec oddziaływania lokalnej ludności.

<sup>12</sup> Ch. Fiegly, *Stresory wojny*, [w:] *Stres bojowy. Teoria badania profilaktyka i terapia*, pod red. W. Nasch, Ch. Fiegly, Wydawnictwo Naukowe PWN, Wojskowy Instytut Medyczny, Warszawa 2010, s. 15-38.

Wymieniając zmienne, nie sposób nie rozważyć stanu opieki zdrowotnej i wynagrodzenia. Te typowe, socjalne uwarunkowania służby charakteryzują odczuwalną satysfakcję badanego z wykonywanego zawodu, jak i gwarantują swego rodzaju ochronę. Za wskaźnik zmiennej związanej z wynagrodzeniem przyjęto wynagrodzenie zasadnicze, ocenę wynagrodzenia dodatkowego – otrzymywanego jako dodatek oraz możliwość odłożenia części tych wynagrodzeń.

Ostatnią badaną zmienną jest ogólne poczucie bezpieczeństwa, a dokładnie ocena poczucia bezpieczeństwa osobistego określanego przez żołnierzy jako subiektywne odczucie tego, jak bezpiecznie czują się w danym środowisku i czego najbardziej się obawiają. Wskaźnikiem tej zmiennej będzie również kwestia potrzeby pomocy psychologa wraz z częstotliwością spotkań i rodzajem problemu z jakim potrzebujący pomocy się zgłosił. Zestawienie wszystkich zmiennych wraz z przypisanymi im wskaźnikami przedstawiono w tabeli 1.

Tabela 1. Zmienne przyjęte w badaniu

Zmienne	Zmienne szczegółowe	Sposób pomiaru wskaźników
Warunki służby	Czas pracy	W godzinach na dobę, dni w tygodniu
	Higiena	Dostęp do prysznica, bieżącej wody, sanitariatów
	Wyżywienie	Ile posiłków dziennie, ile ciepłych, gramatura
	Kontakt z bliskimi	Czas, częstotliwość i sposób kontaktu
	Obawy w kontakcie z bliskimi	Skala obawy w stosunkach z rodziną i bliskimi
Warunki otoczenia	Klimat	Odczucia badanego co do: wilgotności, temperatury, nasłonecznienia
	Zagrożenie środowiska	Skala prawdopodobieństwa
	Zagrożenia lokalnej ludności	Skala odczucia zagrożenia
Opieka zdrowotna	Dostęp	Ocena dostępu i częstotliwość potrzeb
	Zakres	Ocena dostępnych specjalizacji
Wynagrodzenie	Wysokość zasadniczego	Ocena w skali
	Dodatkowego	Ocena w skali
	Możliwość oszczędności	Ocena w skali
Bezpieczeństwo	Ryzyko choroby, wypadku, zranienia, śmierci	Skala oceny prawdopodobieństwa
	Odczucie zdenerwowania	Skala częstotliwości
	Pomoc psychologiczna	Skala potrzeb i rodzaj problemu

*Źródło: Opracowanie własne*

W badaniach posłużono się metodą sondażu diagnostycznego, wykorzystując rozbudowany kwestionariusz ankiety. Grupę badawczą stanowili żołnierze, którzy wedle nowej ustawy<sup>13</sup>, kwalifikują się do posiadania statusu weterana i którzy przynajmniej raz uczestniczyli w misji poza granicami RP. Badaniu poddano grupę żołnierzy zawodowych z różnych jednostek wojskowych, anonimowo, poza miejscem i czasem peł-

<sup>13</sup> Ustawa z dnia 19 sierpnia 2011 r. o weteranach działań poza granicami państwa.

nienia służby wojskowej. Jest to ważne, by wyników badań nie identyfikować z daną jednostką. Przedmiotem badań były odczucia osobiste żołnierzy, nie specyfika czy organizacja jednostki wojskowej.

Kwestionariusz podzielono na trzy części, w pierwszej pytano o dane ogólne m.in. wiek, staż służby, ilość wyjazdów na misje poza granicami kraju, ogólną satysfakcję ze służby w PKW oraz chęć kolejnego wyjazdu. Druga część zawierała pytania dotyczące służby w kraju, trzecia natomiast służby poza granicami RP.

### 3. ANALIZA WYNIKÓW

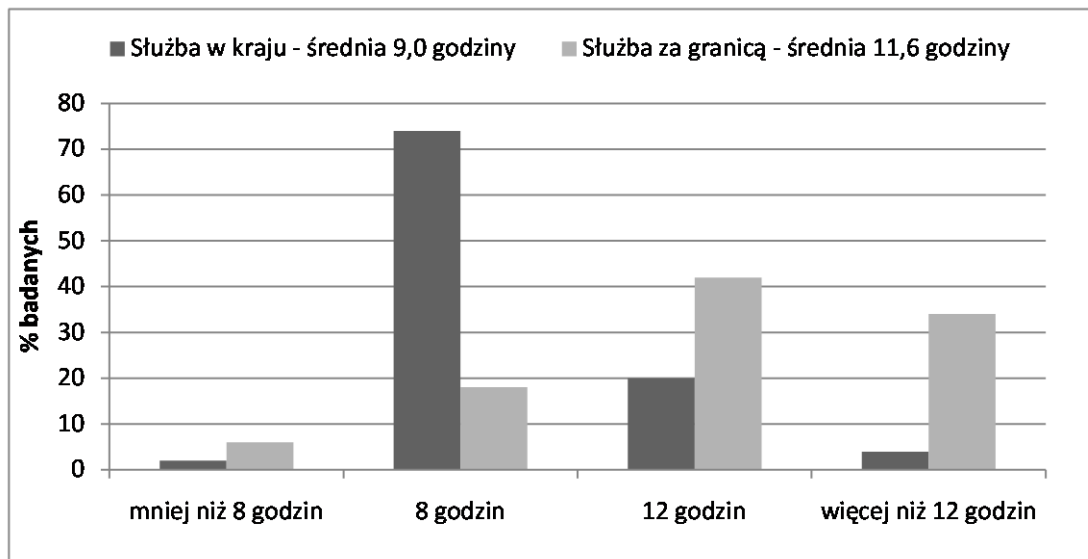
Przedział wiekowy badanych rozciągał się między 23 a 43 lata, obejmując prawie 2 pokolenia żołnierzy. Ponad połowa respondentów była w wieku od 30 do 34 lat, zatem są to ludzie stosunkowo młodzi. Różnica między najkrócej i najdłużej służącym wynosi 18 lat, a najstarszy służbą badany miał jej 22 lata. Mając na uwadze, że ponad połowa badanych nie przekroczyła 8 lat służby, można powiedzieć, iż zdobyli spore doświadczenie w misjach zagranicznych gdyż każdy z nich brał w nich udział ok. 2,25 razy. Za swoistych rekordzistów można uznać dwóch, którzy pełnili służbę poza granicami państwa aż 5 razy, przy czym jeden z nich w ciągu zaledwie 9 lat służby. Można stwierdzić, że wyjazdy zagraniczne w tym charakterze są na porządku dziennym, a dodając fakt, że jedynie 4% badanych nie wyraża chęci ponownego udziału, można domniemywać, że tendencja będzie jedynie wzrostowa. Innym ważnym parametrem badanej grupy jest ilość żołnierzy w poszczególnych korpusach. Największą ilość stanowili podoficerowie – 62% badanych. Drugą grupą - 26% stanowili szeregowi zawodowi, a trzecia najmniejsza to oficerowie, zaledwie 10%.

Opinie dotyczące warunków służby rozpoczynało pytanie o czas pracy wykonywanej w trakcie służby w kraju, 74% pytanych wskazało na pracę w trybie 40 godzin na tydzień, 20% - 12 godzin na dobę, a tylko 4 % więcej niż 12. Średnia ilość godzin na dobę wyniosła równo 9 godzin. W służbie za granicą widoczne jest zwiększenie intensywności wykonywanych zadań służbowych. Z uwagi na miejsce i charakter wykonywanych obowiązków jest to oczywiste. W porównaniu do służby w kraju, jedynie 18 % respondentów zaznaczyło 8 godzin pracy w ciągu dnia, najwięcej, bo aż 42% pracowało w ciągu dnia 12 godzin, a więcej niż 12 godzin – 34 %. Daje to ogólną średnią 11,6 godziny pracy na dzień (Rys. 2).

Odnosząc się do wymiaru czasu pracy w tygodniu, największa ilość bo aż 88 % badanych, w kraju służy zazwyczaj 5 dni w tygodniu, gdy za granicą 76 % obowiązki wykonuje od 6 do 7 dni. Średnio w kraju żołnierze na tydzień przepracowują 5,18, a za granicą 6,04 dnia na tydzień.

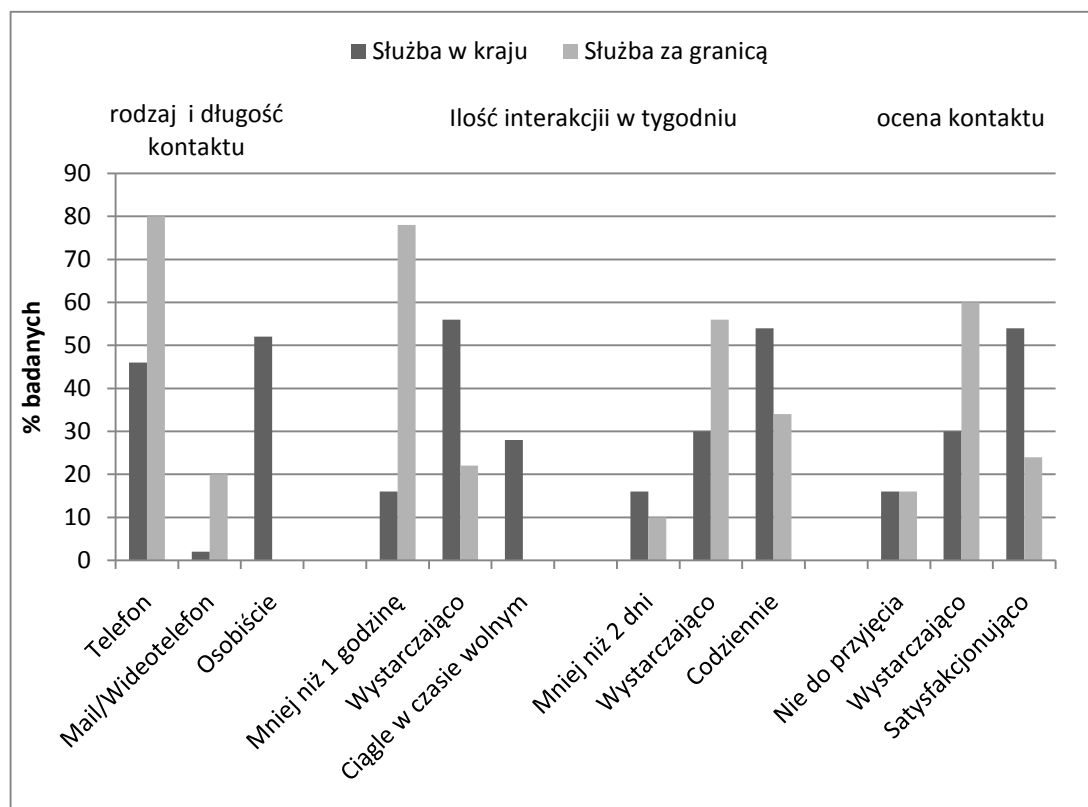
Częstotliwość i rodzaj kontaktów z rodziną przedstawiono w tabeli 3. W tym przypadku badania pokazały, jak duża część żołnierzy pełniących służbę w kraju mieszka poza domem rodzinnym, wśród badanych tylko 52 % żołnierzy mieszka z rodziną w miejscowości gdzie stacjonuje jednostka i ta kontaktuje się z nią osobiście, pozostali – 48 % pracują daleko od rodzinnego domu i odwiedzają go jedynie w soboty i niedziele, kontaktując się z rodziną przez telefon (46%) i wideotelefon (2%). Podobnie przedstawiał się kontakt z bliskimi w wymiarze tygodniowym, 54 % badanych wskazało na codzienny, 30 % uznało kontakt za ogólnie wystarczający, ale mniejszy niż 2 dni (12%). W kwestii częstotliwości interakcji w ciągu dnia, 18% z nich zaznaczyło odpowiedź poniżej godziny dziennie, a za wystarczający uznało 56% badanych. Ogólnie

54% z nich określa swój kontakt za satysfakcjonujący, a 16% określa jako nie do przyjęcia.



Rys. 2. Określenie czasu wykonywania obowiązków służbowych w ciągu doby

Źródło: Opracowanie własne

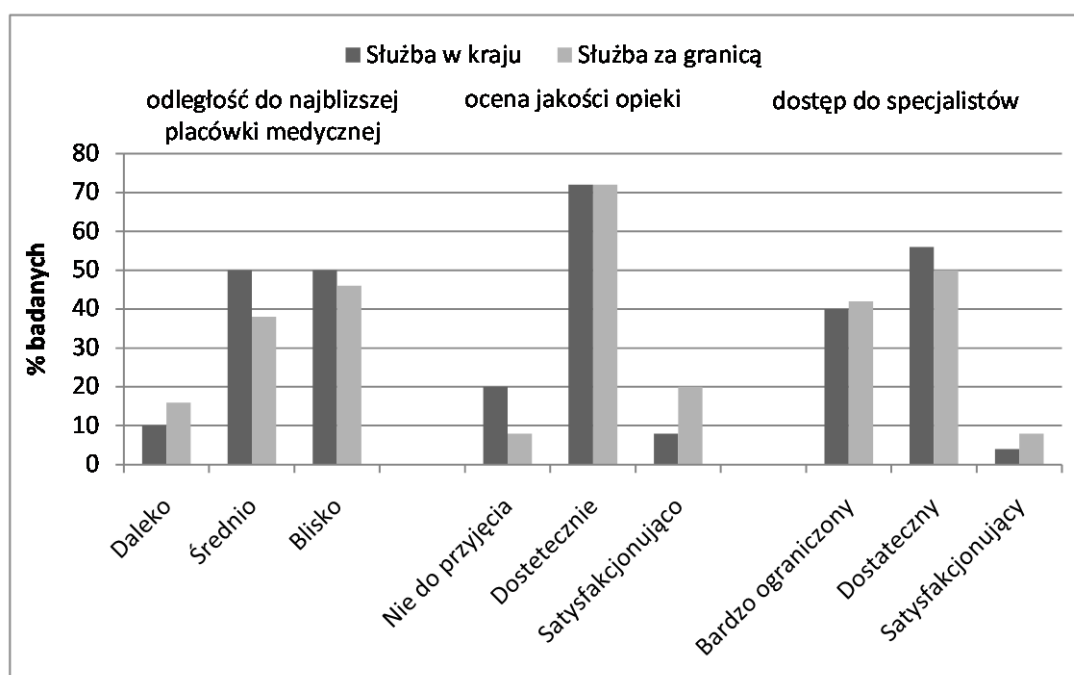


Rys. 3. Określenie sposobu i częstotliwości kontaktów z rodziną

Źródło: Opracowanie własne

Odpowiedzi dotyczące służby za granicą jednoznacznie wskazywały na kontakt nie bezpośredni podyktowany przez dużą odległość. Wśród badanych 80% kontaktowało się z rodzinami poprzez telefon mniej niż 1 godzinę dziennie i tylko 34% robiło to codziennie. Mimo tak ograniczonych możliwości, zadziwia wyrozumiałość badanych, bo aż 84% z nich określiło te możliwości jako dostateczne i satysfakcjonujące, a jedynie 16% jako niemożliwe do przyjęcia. Pozostali pytani kontaktowali się alternatywnie poprzez pocztę elektroniczną – 14% i 6% poprzez wideotelefon. Procent ten z pewnością byłby większy, gdyby nie ograniczenia łączy internetowych w rejonie działań.

Zadziwiająco dobrze, zarówno w kraju, jak i za granicą, przedstawiła się ocena opieki medycznej, która podobnie jak w środowisku cywilnym jest oparta o publiczną służbę zdrowia (Rys. 4). Tu ponad 70% badanych określiła jakość opieki jako dostateczną, a 8% jako satysfakcjonującą. Również dostęp do specjalistów dla ponad połowy był dostateczny, a dla 40% bardzo ograniczony. Przedstawione w tabeli nr 4 wyniki mogą znacznie odbiegać od ogółu opinii publicznej z uwagi na stosunkowo młody wiek respondentów, zdolnych do służby, a co za tym idzie o dobrym stanie zdrowia. W pytaniu o odległość do najbliższej placówki medycznej jedynie 20% pytanych określiło ten dystans jako daleki, więc utrudniony. Podobnie sytuacja przedstawiała się w kwestii opieki zdrowotnej, w czasie pełnionej służby na misji. Oczywiście zależy ona od wielkości bazy i rejonu stacjonowania. Zazwyczaj jest mocno ograniczona z uwagi na specyfikę warunków i możliwość wykorzystania specjalistycznego sprzętu, do którego bardzo ograniczony dostęp zdarza się również w kraju. Tu 72% badanych określiła jakość opieki jako dostateczną, a 8% jako satysfakcjonującą. Identyfikacja jak w kraju, dostęp do specjalistów dla ponad połowy jest dostateczny, a dla 40% bardzo ograniczony. W pytaniu o odległość do najbliższej placówki medycznej jedynie 10 % pytanych określiło ten dystans jako daleki i utrudniony, a połowa jako bliski.



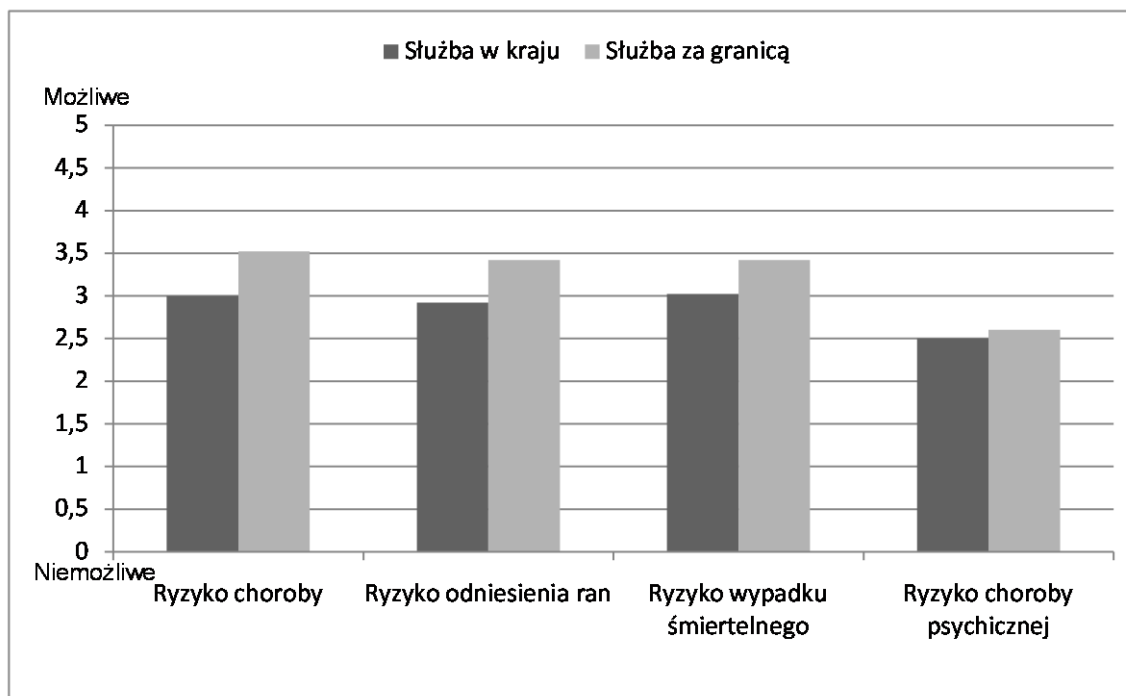
Rys. 4. Ocena dostępnej opieki medycznej

Źródło: Opracowanie własne



Stosunek do wynagrodzenia respondentów wyrażał się poprzez określenie zadowolenia z otrzymywanych środków w skali od 1 do 5, gdzie 1 oznaczało wynagrodzenie niewystarczające, a 5 satysfakcjonujące. Wyniki pokazują, iż uposażenie nie jest w pełni satysfakcjonujące. Średnia ocena to 2,8. Całkowicie dalekie od satysfakcjonującego oceniono wysokość dochodów z tytułu dodatku i nagród uznaniowych (średnia ocena 2,04) jak i możliwość oszczędności (średnia ocena 1,66). 42 % oceniło to jako skrajnie niewystarczające, w kwestii dodatków, a 54 % w kwestii możliwego odłożenia w formie oszczędności. Zdecydowanie lepiej przedstawia się ocena uposażenia zasadniczego w służbie poza granicami państwa, bo średnia ocena wyniosła 2,92. Pojawilo się również zwiększone zadowolenie z możliwości zgromadzenia oszczędności, bo wyniosło ono średnio 3,24, natomiast sfera dodatków i nagród pozostała podobnie jak w służbie w kraju (średnio 2,22).

Odnosząc się do obaw żołnierzy związanych z poczuciem bezpieczeństwa w warunkach służb w kraju i poza jego granicami, można wskazać, iż badani określają możliwość wystąpienia prawie wszystkich wymienionych zagrożeń jako bardziej prawdopodobnych na misji niż w służbie na terenie RP. Ryzyko zachorowania w kraju oceniono średnio, w skali pięciostopniowej na 3, podczas gdy w służbie za granicą wynosi ono już 3,52. Ryzyko odniesienia ran z 2,92 za granicą rośnie do 3,84, a ryzyko wypadku śmiertelnego z 3,02 do 3,42. Za najmniej prawdopodobne w obu środowiskach, uznano ryzyko możliwości choroby psychicznej, gdzie w kraju oceniano na 2,6 a za granicą 2,54. Najważniejszą obserwacją jest fakt, że nikt nie uważa ryzyka zachorowania i odniesienia ran jako niemożliwej w służbie w rejonie działań bojowych (Rys. 5).

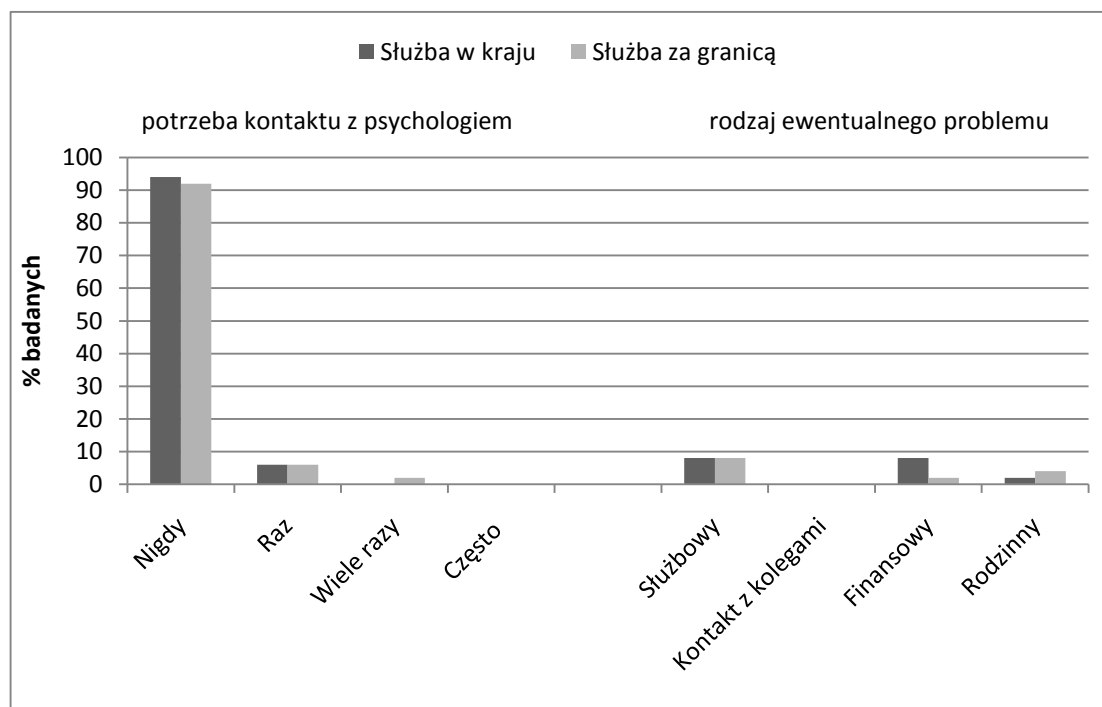


Rys. 5. Obawy związane z poczuciem bezpieczeństwa

Źródło: Opracowanie własne

Jeśli chodzi o odczucie zdenerwowania i lęków pojawiających się w czasie wykonywania zadań, to towarzyszyło ono misjonarzom średnio w stopniu 2,94, podczas

gdy w kraju odczuwalność ta wyniosła 2,46. W czasie wolnym znaczna część (46 %) w ogóle nie odczuwa zdenerwowania, co dało średnią 1,86, gdy w czasie służby w PKW wyniosło średnio 2,12, jednak należy podkreślić, że żaden badany nie zaznaczył występowania tych dolegliwości jako częstych.



Rys. 6. Odczuwane problemy i potrzeba konsultacji psychologicznej

Źródło: Opracowanie własne

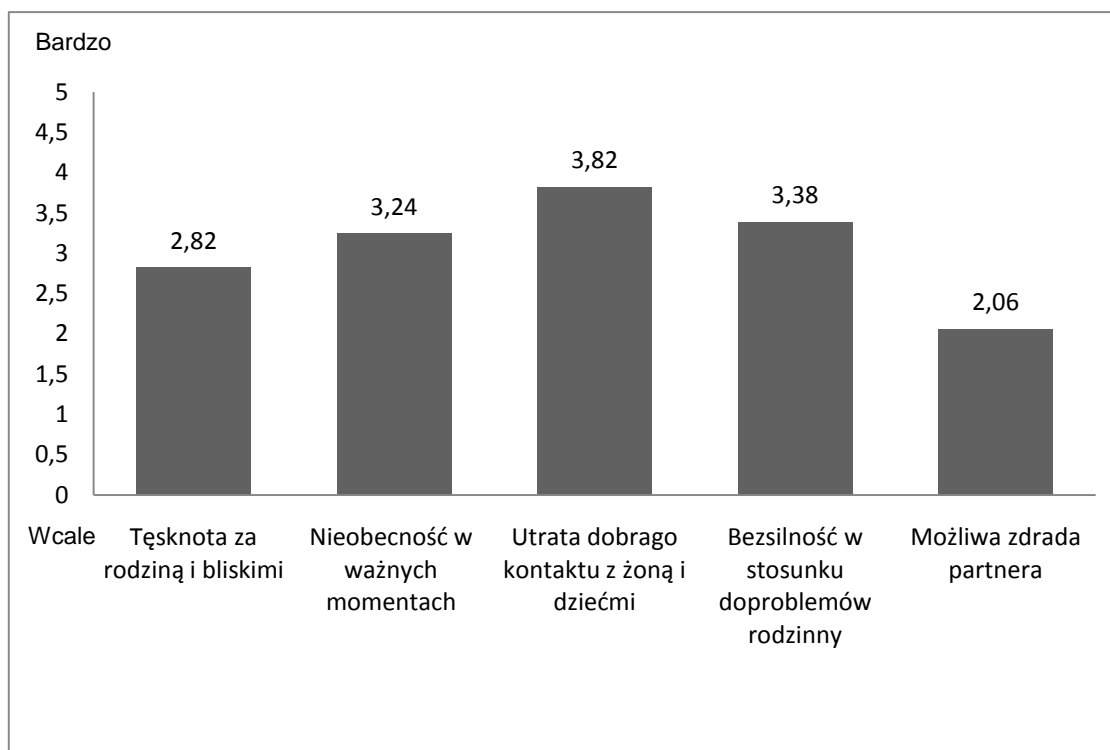
Co znamienne, w ostatnim wspólnym dla obu części kwestionariusza pytaniu żołnierze jednoznacznie zaprzeczyli zaistnieniu u nich problemu i potrzeby rozmowy z psychologiem w jednostce (Rys. 6). Mimo tego, że kolejno 94% i 92% badanych, zaznaczyło odpowiedź, że nigdy nie stwierdzili u siebie zapotrzebowania na pomoc specjalisty, to w części dotyczącej rodzaju problemu już dużo więcej z nich określiło ewentualną jego specyfikę, co świadczy o tym, że liczba osób, która o tym myślała jest nieco większa. 8 % spośród badanych odczuwało problem służbowy, tyle samo finansowy, a tylko jeden z nich rodzinny. Nikt w codziennej służbie nie zaznaczył problemu w kontaktach z kolegami z jednostki, a i tak w sumie daje to 18 % w skali badanej grupy, co znaczy, że w czasie służby w kraju, niemal co piąty myślał o potrzebie interwencji psychologa.

W służbie poza granicami państwa pojawiła się nieznaczna deklaracja 6 % żołnierzy, którzy raz odczuwali taką potrzebę, a 2 % potrzebowało jej kilkakrotnie. Jeśli chodzi o rodzaj problemu to 8 % z nich odczuwało go w sferze służbowej, 2 % w kwestii finansów, a 4 % w kwestii problemów rodzinnych. Podobnie nikt nie zaznaczył problemu w kontaktach z współuczestnikami. W sumie daje to 14% w skali badanej grupy.

Wśród aspektów dotyczących służby tylko poza granicami państwa, w pierwszej kolejności spytano o obawy przed pogorszeniem relacji z rodziną. Rys. nr 7 przedstawia spektrum możliwych do wystąpienia niedogodności i średnią oceny badanych. Dzięki

wyliczonym średnim, dla skali pięciostopniowej, gdzie 1 oznacza, że badany w ogóle się nie obawia, a 5 określa, że bardzo się boi, wskazano, że to właśnie strach przed utratą dobrego kontaktu z rodziną jest najgorszy. Średnio oceniono go na 3,82. Nieco mniej badani obawiali się bezsilności wobec problemów rodzinnych w kraju (3,38), ich nieobecności w czasie ważnych, rodzinnych uroczystości (3,24), czy samej tęsknoty za rodziną i bliskimi (2,82). Najmniejszymi obawami oznaczono możliwość zdrady swojego partnera ze średnią oceną 2,06.

Kolejne pytania dotyczyły kwestii warunków bytowych w rejonie misji. Określano w nich dostęp i częstotliwość tego dostępu do urządzeń zapewniających higienę, a także ilość i jakość spożywanych posiłków. Mimo specyficznej infrastruktury w strefie działań wojennych, oceniono to zaskakująco dobrze. Warunki sanitarne zdecydowanie nie stanowiły problemu, gdyż bez ograniczeń dostęp do toalet miało 72 %, do bieżącej wody 60 %, a do prysznicy 52 % badanych. W przedmiocie żywienia ponad połowa określiła żywienie jako satysfakcjonujące pod względem jakości i ilości. Posiłki w 84% otrzymywano 3 razy dziennie, a 10 % miała możliwość otrzymywania ich 4 lub nawet 5 razy. Pod względem ilości ciepłych posiłków również ponad połowa (54 %) otrzymywała je więcej, bo 3 razy, co przedstawia, że i w tym zakresie nie było większych problemów.



Rys. 7. Obawy związane z pogorszeniem relacji z rodziną

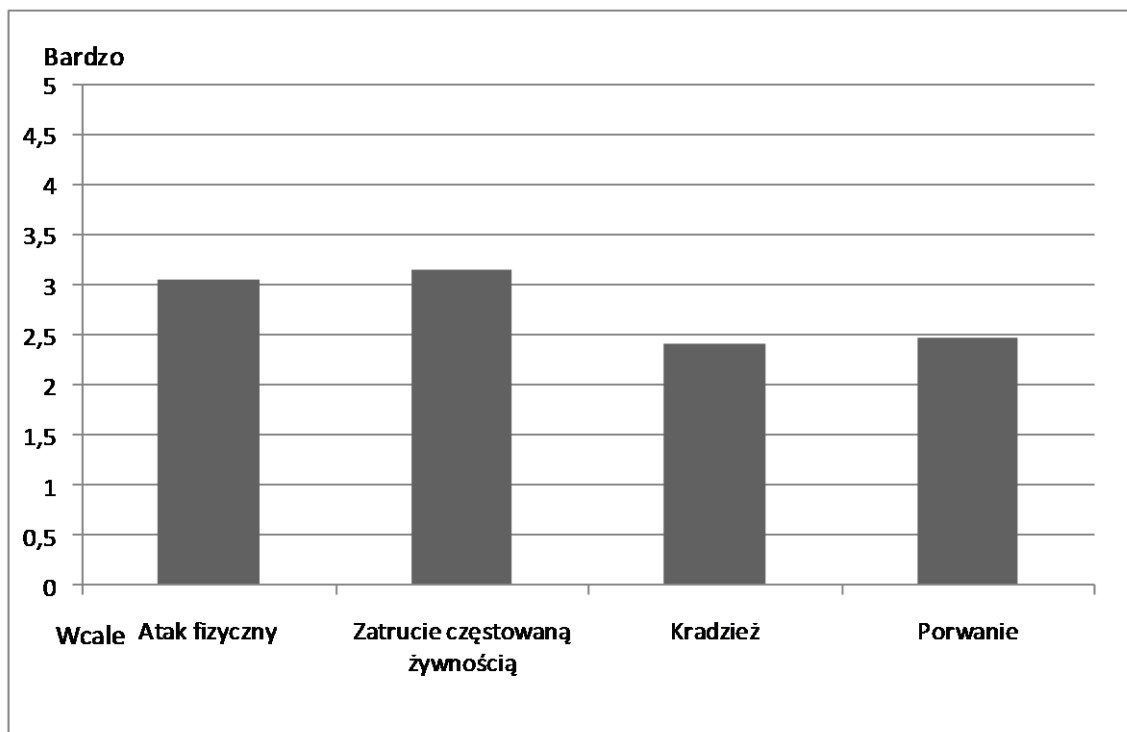
Źródło: Opracowanie własne

Biorąc pod uwagę ocenę czynnika jakości żywienia to najwyżej wskazano żywienie zorganizowane poprzez zróżnicowane posiłki (74 %), porcje były ilościowo i jakościowo satysfakcjonujące (50 %). Oczywiście są to wyniki ogólne i należy brać pod uwagę, że mogły zdarzyć się misje, w których żywienie oparte było, do czasu zor-

ganizowania bazy, o suche racje, więc gdyby wtedy przeprowadzić badania, wyniki mogłyby się przedstawiać nieco inaczej.

W ocenie niedogodności pogodowych, gdzie w skali 1 oznaczało warunki nie-dogodne, a 5 sprzyjające, badani nie wskazali szczególnego utrapienia ze strony warunków klimatycznych. Temperatura w ciągu dnia ze średnią oceną uciążliwości 3,24, jak i jej dobową amplitudę 3,26 stanowiły główny dyskomfort w trakcie pełnienia służby, jednak również nasłonecznienie i wilgotność nieznacznie przekroczyły średni punkt skali z wielkością 3,12. Ma to odzwierciedlenie w klimacie, w jakim przyszło działać naszym żołnierzom. W klimacie zarówno krajów bliskiego wschodu, jak i afrykańskich zarówno temperatura, jak i wilgotność są czynnikami szczególnie odmiennymi od polskiego klimatu.

Skalę obaw dotyczącą zagrożeń ze strony lokalnej ludności przedstawia Rys. nr 8, która pokazuje, że badani, głównie obawiali się zatrucia żywnością, jaką zwykli częstować ich autochtoni (średnia 3,16). Nieco mniej obawiano się ataku fizycznego (3,06) i wreszcie w podobnym stopniu porwania (2,48) oraz kradzieży (2,42). Całość można podsumować dość ograniczonym zaufaniem badanych do lokalnej ludności, jednak ogólny wynik nie świadczy o szczególnym odczuciu zagrożenia.

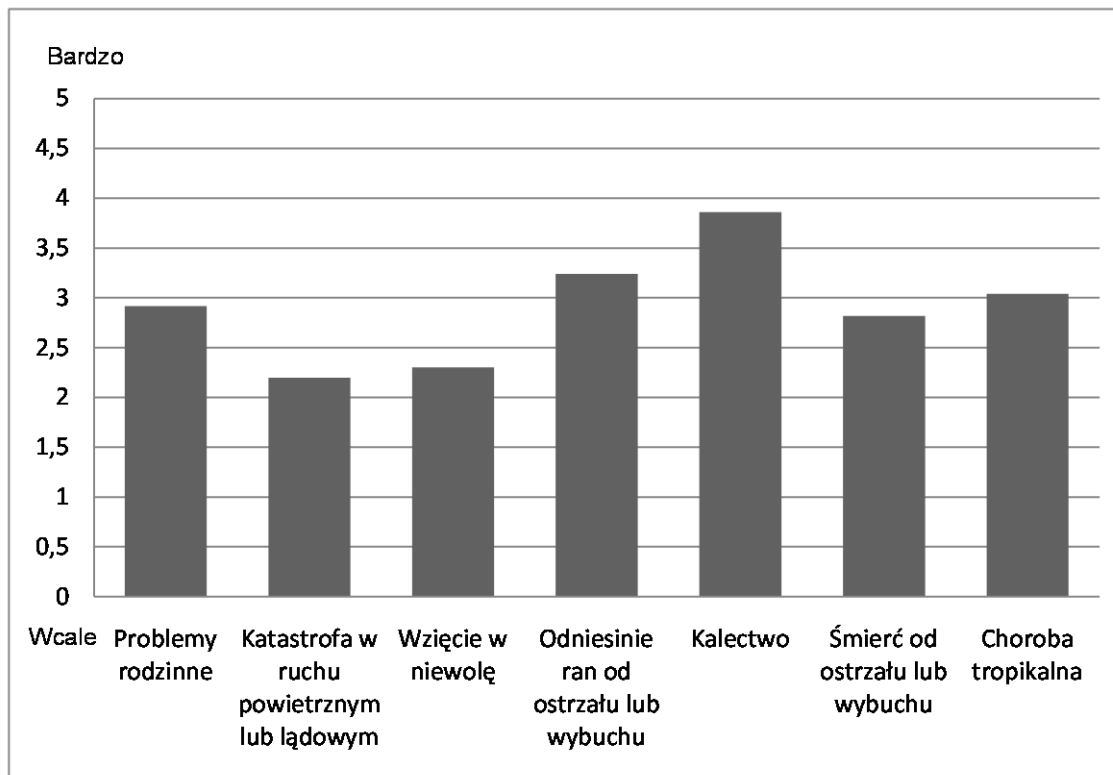


Rys. 8. Ocena obaw związanych z zagrożeniem ze strony lokalnej ludności

*Źródło: Opracowanie własne*

W sferze zagrożenia ze strony środowiska badani już nie są tak optymistyczni. Za najbardziej możliwe odznaczyli prawdopodobieństwo ukąszenia przez zwierzę ze średnią oceną prawdopodobieństwa 3,88 i zatrucie lokalną wodą 3,72. Za najmniej prawdopodobne oceniono możliwość zatrucia lokalną żywnością ze średnią oceną 3,18. Oznacza to, że bardziej od lokalnej ludności żołnierze obawiają się odmiennego środo-

wiska, w jakim się znaleźli, zwłaszcza, że o typowych dla klimatu zagrozeniach są dość wyczerpująco informowani przed wyjazdem.



Rys. 9. Lęk przed zagrożeniami występującymi w służbie poza granicami państwa

*Źródło: Opracowanie własne*

Ostatnią badaną kwestią była ocena, czego w czasie pełnienia służby poza granicami państwa żołnierze bali się najbardziej (Rys. 9). Postawione wprost pytanie dotyczące zjawiska strachu ukazało, że żołnierze najbardziej boją się kalectwa. Pozycjonując obawy żołnierzy służących poza granicami państwa w kolejności od najwyższej średniej oceny, otrzymujemy następujące zestawienie:

- Kalectwo – 3,86
- Odniesienie ran w wyniku ostrzału lub wybuchu – 3,24
- Choroba tropikalna – 3,04
- Problemy rodzinne – 2,92
- Śmierci w wyniku ostrzału lub wybuchu ładunku – 2,82
- Wzięcie w niewolę – 2,3

## WNIOSKI

Wnioski, jakie nasuwają się po zakończeniu badań to między innymi potwierdzenie specyfiki grupy badanej. Żołnierze potwierdzili sceptyczną i zdystansowaną postawę wobec badania. Trudno o stuprocentową szczerą w kwestii przyznania się do strachu grupy zawodowej, której fundamentalną cechą winna być odwaga i męstwo. Jednakże to właśnie uczucie strachu i obawy mogą być podstawowym stresorem, niezbędnym w badaniu zjawiska stresu.

Środowisko jednostki wojskowej i służby w kraju, mimo wszechobecnego podobieństwa, znacznie różni się od tego, jakie żołnierze zastają na wyjazdach poza granicami państwa. Niezależnie od rodzaju wojsk, specjalności czy ilości wyjazdów w ramach kontyngentu, psychika nadal będzie głównym czynnikiem decydującym o podatności na stres. Predyspozycje do odczuwania stresu to nie kwestia zawodu, lecz osobowości, indywidualnych zdolności jego okiełznania.

Dokonując analizy zmiennych, pozwalających na odpowiedź na pytanie, jakie czynniki stresogenne można wyodrębnić w służbie w kraju i za granicą, okazuje się, że nie wszystkie oddziałują na grupę w taki sam sposób. Niektóre z nich zdają się w ogóle nie mieć wpływu. Z pewnością w obydwu środowiskach mamy do czynienia z mocno hierarchicznym i zdyscyplinowanym organizmem, w którym wraz ze wzrostem kompetencji rośnie odpowiedzialność za życie ludzkie i oczywiście odpowiedzialność materialna za dysponowany sprzęt. Zwrócić można na to uwagę nawet w prowadzonych badaniach. Wraz ze wzrostem korpusu osobowego wzrasta świadomość odpowiedzialności. Przekłada się to, wręcz proporcjonalnie, na stan zdenerwowania w czasie pełnienia obowiązków w kraju. Ten sam stan jest niemalże nieobecny w korpusie szeregowych, na których głowie ciąży odpowiedzialność za nich samych i powierzone im mienie. Ta cecha zdecydowanie łączy te środowiska. Inną wymienioną zmienną, obecną w obu środowiskach służby, jest rozłąka z rodziną, jednak w kraju dotyczy to jedynie żołnierzy służących w miejscowościach oddalonych od rodzinnego domu.

Do wskaźników, które zdają się nie mieć znaczącego wpływu na kondycję psychiczną żołnierzy można zdecydowanie zaliczyć warunki żywienia, opiekę medyczną i dostęp do urządzeń i pomieszczeń sanitarnych. W dzisiejszych czasach infrastruktura dla tych potrzeb jest na tyle dobrze zorganizowana, że niekiedy przewyższa te spotykane w kraju. Ponadto problem standardów np. służby zdrowia jest elementem za mało oddziałującym w przypadku stosunkowo młodej grupy zawodowej odbywającej regularne badania i utrzymującej stan zdrowia w szczególnie dobrej kondycji.

Za zmienne swoiste jedynie dla jednego środowiska można wymienić:

- zagrożenia ze strony miejscowej ludności;
- zagrożenia ze strony otaczającego środowiska;
- zagrożenia z przebywania i działania w strefie wojennej.

To właśnie one czynią służbę poza granicami państwa odmienną, a z tą odmiennością potęgują się uczucia niepewności i lęków. Żołnierze, którzy określili swoje niezadowolenie ze służby poza granicami państwa lub też nie wyrazili chęci uczestnictwa w kolejnych, podkreślili swoje obawy o życie i zdrowie, które mogą na nich utracić, oceniając maksymalnie odczuwane lęki. Również w kontaktach z lokalną ludnością dało się wyczuć brak zaufania i niepewność, spowodowaną możliwymi zagrożeniami. Uczucie stałego napięcia może również dotyczyć pewnego rodzaju czujności i ciągłej obserwacji otoczenia. Taka czujność może zostać wywołana obawami ze strony otaczającego środowiska, w tym ryzykiem zatrucia lokalną wodą, żywnością lub ryzykiem śmiertelnego ukąszenia przez zwierzę.

W przedmiotowej pracy nie badano profilaktyki w kierunku ochrony przed stresem a jedynie starano się określić, świadomie formułowaną przez badanych, potrzebę specjalistycznej pomocy. Obserwowalnym była stanowcza ignorancja zagrożenia cho-

robą lub dysfunkcją psychiczną, a także niemalże całkowite odrzucenie pomocy psychologa. To również może być spowodowane uprzedzeniami i swego rodzaju konserwatywnym podejściem do tego typu pomocy przez uczestników badania. Co ciekawe, zagrożenie w tej kwestii stało się zauważalne dopiero dla tych badanych, którzy odczuwali intensywny lęk i niepokój, zarówno w czasie wykonywanych zadań, jak również długo po ich wykonywaniu, kiedy odpoczywali.

Badania pokazały, iż błędem było nieuwzględnienie możliwości udziału badanych w skrajnie różnych misjach. Spowodowało to rozterkę respondentów w kwestii odpowiedzi na niektóre pytania. Inne warunki panowały na misji w krajach afrykańskich, pod auspicjami EUFORu, gdzie infrastruktura była dość uboga, a zupełnie inna przedstawiała się na misjach zabezpieczanych przez NATO z silnie rozbudowaną międzynarodową logistyką. Dodatkowo można by pokusić się jeszcze o wzięcie pod uwagę czynnika odpowiedzialności odczuwanego w wykonywaniu zadań w kraju i za granicą. Tu można by wychwycić kolejny stresor możliwy do zmierzenia względem wykonywanych zadań.

Obraz badanego wpływu różnych środowisk na stres grupy zawodowej przedstawia dwa różne, źródła stresu. Obawy wynikające z otaczających środowisk i warunków służby były różne choć posiadały wspólny mianownik – świadomość zagrożenia i poczucie odpowiedzialności. To co, diametralnie różniło nabywany stres to ciężar odczuwanego zagrożenia w służbie poza granicami państwa. Co więcej, doświadczenie wieloletniej służby nie niweluje strachu przed tymi zagrożeniami, wręcz przeciwnie. Wraz z kolejnymi wyjazdami i przepracowanymi latami, wzrasta świadomość ryzyka i zagrożenia. Łatwiejsze może być jedynie adaptowanie się w nowym otoczeniu w trakcie kolejnej misji. Te dwa oblicza stresów objawiają się głównie w różnicy odczuwanych zagrożeń, ale i również w otrzymywanym wynagrodzeniu, które o ile otrzymywane w strefie wojennej stanowi całkiem satysfakcjonujący zarobek, o tyle w kraju jest odczuwany jako niewspółmierny do odpowiedzialności.

W badaniu źródeł stresu zaobserwowano wiele innych interesujących zależności. Dało się zauważyć różnice w postrzeganiu ewentualnego pogorszenia relacji rodzinnych w czasie wyjazdu stosownie do wieku badanych. Im osoba starsza tym większe obawy miała w aspekcie swej nieobecności na uroczystościach rodzinnych czy świętach. Młodszy respondenci bardziej wykazywali skłonności do tęsknoty za bliskimi i stałym z nimi kontaktem lub obawiali się utraty dobrego kontaktu z bliskimi.

Innym ciekawym spostrzeżeniem było postrzeganie zagrożeń strefy wojennej przez różne grupy wiekowe. Starsi służbą i wiekiem żołnierze bardziej obawiali się kalectwa, młodszy natomiast wykazywali lęk przed odniesieniem ran w wyniku ostrzału lub zamachu bombowego.

Dalszy kierunek rozważań to głównie badanie różnic w odczuwanej odpowiedzialności oraz uszczegółowienie przyczyny tak ograniczonego zaufania do pomocy psychologicznej w wojsku. Należałoby odpowiedzieć na pytanie, czy prezentowany dystans do współpracy z psychologiem to postawa specyficzna dla danego środowiska i jakimi działaniami można by go zmniejszyć.

Niniejsze badania stanowią punkt wyjściowy do prowadzenia dalszej obserwacji i budowania szerszego poglądu na stres żołnierzy oraz możliwe sposoby jego redukcji.

## LITERATURA

1. Biegańska J., *Czynniki sprzyjające wystąpieniu wzrostu potraumatycznego u polskich żołnierzy uczestniczących w misjach pokojowych*. [w:] *Zdrowotne i psychospołeczne aspekty służb mundurowych*, pod red. Kaiser A., Mrozowiak M., Warszawa 2013, s. 291-302.
2. Darmetko J., *Stres pola walki*, [w:] „Zeszyty Naukowe WSOWL”, nr 2/2008, Wrocław 2008, s. 143-155.
3. Fiegly C., *Stresory wojny*, [w:] *Stres bojowy. Teoria badania profilaktyka i terapia*, pod red. Fiegly Ch., Nasch W., Wydawnictwo Naukowe PWN, Wojskowy Instytut Medyczny, Warszawa 2010, s. 15-38.
4. Florkowski A., Gruszczyński B., Gruszczyński W., *Kontrowersje w sprawie rozpoznawania ostrego zaburzenia stresowego (ASD) i zespołu stresu pourazowego (PTSD) u żołnierzy pełniących misję pokojową w Iraku*, [w:] *Służba żołnierzy i funkcjonariuszy służb państwowych wykonujących zadania w warunkach ekstremalnych*. Polskie Towarzystwo Naukowe Kultury Fizycznej, Warszawa 2004, s. 41-48.
5. Golinowska D., Florkowski A., Juszcak D., *Analiza przyczyn i uwarunkowań reakcji na ciężki stres oraz zaburzeń adaptacyjnych u pacjentów poradni zdrowia psychicznego*, [w:] „Polski Mercuriusz Lekarski”, t. XXVIII, Supl.167, Warszawa 2010, s. 387-394.
6. Grinker R., Spiegel J., *Men under stress*, McGraw-Hill, New York 1945.
7. Gruszczyński W. i wsp., *Klasyfikacja zaburzeń psychicznych u żołnierzy w czasie misji pokojowych i działaniach wojennych*, [w:] *Polski Mercuriusz Lekarski*, t. XXV, Supl. 1, 2008, s. 55-58.
8. Heszen-Niejodek I., *Teoria stresu psychologicznego i radzenia sobie*, [w:] *Psychologia*, podręcznik akademicki, Tom III, pod red. Strelau J., Gdańsk 2005, s. 465-492.
9. Korzeniewski K., *Zaburzenia psychiczne na współczesnym polu walki*, [w:] „Polski Mercuriusz Lekarski”, t. XXIV, Supl. 44, Warszawa 2008, s. 572-575.
10. Lazarus R., Folkman S., *Stress, appraisal, and coping*, Springer Publishing Co. New York 1984.
11. Piotrowski A., *Psychospołeczne konsekwencje stresu operacyjno-bojowego*, [w:] „Zeszyty Naukowe WSOWL”, nr 2/2012, Wrocław 2012, s. 129-143.
12. Rychcińska K., Rychciński J., Golonka A., *Redukcja skutków traumy oraz PTSD, związanych ze służbą wojskową, za pomocą różnorodnych technik terapeutycznych ze szczególnym uwzględnieniem techniki TRE - trauma releasing exercise*, [w:] *Zdrowotne i psychospołeczne aspekty służb mundurowych*, pod red. Kaiser A., Mrozowiak M., Warszawa 2013, s. 303-311.
13. Selye H., *Stres okiełznany, Plus minus nieskończoność*, wyd. 1, PIW, Warszawa 1977.
14. Trusczyński O., *Wybrane aspekty uodparniania na stres żołnierzy Piechoty Morskiej Stanów Zjednoczonych*, [w:] *Metody treningu psychofizycznego w formacjach obronnych*, pod red. Klukowski K., Kalina R., Supiński J., Polskie



Towarzystwo Naukowe Kultury Fizycznej – Sekcja Kultury Fizycznej w Wojsku, t. IV, Warszawa 1998, s.172-179.

15. Ustawa o weteranach działań poza granicami państwa z dnia 19 sierpnia 2011 r.
16. Waszkowska M., Merecz D., Drabek M., *Programy prewencji stresu zawodowego – strategie, techniki, ocena skuteczności. Część I. Narodowe i międzynarodowe działania na rzecz przeciwdziałania stresowi w miejscu pracy*, [w:] „Medycyna Pracy”, nr 6/2009, s. 523-529.

## COMPARISON OF STRESS LEVEL BETWEEN PROFESSIONAL SOLDIERS SERVING IN THEIR COUNTRY AND ON MISSIONS ABROAD

### Summary

*Due to the special line of work, active duty soldiers are exposed to plenty of stressful experiences. The causes of stress and its consequences resulting in various disorders may vary. It depends whether soldiers serve in their country or abroad. The following study is the research conducted in order to present the differences between the sources and intensity of stress occurring among soldiers working in their country and abroad. The research was carried out among the participants of Polish Military Contingents serving in both environments, including the missions in Chad, Lebanon, Iraq and Afghanistan. The study considered universal aspects, such as general conditions, health care, environmental conditions, a salary and a sense of security. Moreover, to indicate the stress factor present in military service abroad, additional criteria were considered: a fear of worsening the relationship with a family, access to a sanitation evaluation, food quality and management evaluation, weather inconveniences, a fear of local community, the likelihood of threat of the surroundings and the anxiety related to the dangers of military service abroad.*

**Keywords:** *stress, professional soldiers, military operations abroad, professional military service*

### NOTY BIOGRAFICZNE

**mgr Katarzyna RYCHCIŃSKA** – doktorantka Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, swoją pracę badawczą prowadzi w Katedrze Nauk Humanistycznych i Promocji Zdrowia. Studentka kierunku Psychologii dla magistrów na Wyższej Szkole Psychologii Społecznej Wydziału Zamiejscowego we Wrocławiu.

**mgr inż. Piotr JEŻEWSKI** – oficer Wojska Polskiego, absolwent Wyższej Szkoły Oficerskiej Wojsk Lądowych imienia generała Tadeusza Kościuszki we Wrocławiu, weteran wojenny uczestniczący w misji w Iraku.

**mgr inż. Jakub RYCHCIŃSKI** – oficer Wojska Polskiego, absolwent Wyższej Szkoły Oficerskiej Wojsk Lądowych imienia generała Tadeusza Kościuszki we Wrocławiu, weteran wojenny uczestniczący w misji w Iraku oraz Afganistanie.