

Łukasz Choła

Zmiany zachowań zdrowotnych oraz wartościowania zdrowia związane z pobytym żołnierzy Wojsk Specjalnych na misji w Afganistanie

Streszczenie

Słowa kluczowe: zdrowie, zachowania zdrowotne, wartościowanie zdrowia, sprawność fizyczna, stres

Ze specyfiki służby wojskowej wynika fakt, że osoby pełniące tę służbę muszą charakteryzować się wieloma cechami, spośród których wymienić należy między innymi dobry stan zdrowia i wysoką sprawność fizyczną.

Autor podjął próbę określenia wpływu pobytu żołnierzy wojsk specjalnych na półrocznej misji wojskowej w Afganistanie na ich zachowania zdrowotne, ocenę satysfakcji z życia oraz sprawność fizyczną w wybranych parametrach.

Pojęcie „zdrowie” charakteryzuje trudność w określeniu jego istoty. Znajduje to wyraz w dużej liczbie definicji znajdujących się w obiegu. Autor przyjął definicję Światowej Organizacji Zdrowia, według której jest to całkowity dobrostan fizyczny, psychiczny i społeczny, a nie wyłącznie brak choroby lub niedomagania.

Również sprawność fizyczna bywa różnie definiowana, jednak większość współczesnych definicji podkreśla, iż stanowi ona właściwość charakteryzującą nie tylko aktualne możliwości i ruchowe zachowania człowieka, ale uwzględniają również podłoże strukturalne i funkcjonalne oraz cechy codziennej aktywności ruchowej człowieka.

Z pojęciem „zdrowie” nierozdzielnie związane są takie zagadnienia, jak wartościowanie zdrowia oraz zachowania zdrowotne. Wartościowanie zdrowia (nadawanie mu miejsca w hierarchii wartości) zależy od wielu czynników, w tym – między innymi – rozumienia zdrowia, religii, kultury, pozycji społecznej, wieku, a także zastosowanego narzędzia do badania systemu wartości. Wartość zdrowia może być przez tę samą osobę różnie oceniana również w kontekście sytuacji, w jakiej ta osoba się znajduje. Rozumienie zdrowia jako wartości znajduje wykorzystanie praktyczne w promocji zdrowia. Pozwala ono między

innymi znaleźć odpowiedzi na pytania dotyczące tego, dlaczego ludzie zdrowi podejmują działania na jego rzecz.

Modele teoretyczne wyjaśniające podejmowanie i utrzymywanie zachowań zdrowotnych można podzielić na trzy grupy. Pierwszą są modele motywacyjne, drugą – teorie wyjaśniające, w jaki sposób realizowana jest intencja, trzecią zaś – koncepcje, które tłumaczą fazy zmiany zachowania.

W przypadku tak specyficznej grupy badawczej, jaką są żołnierze pełniący misję w warunkach wojennych modele zachowań odgrywają nieco mniejsze znaczenie, zważywszy, że uczestnicy badań mają mocno ograniczony wpływ na podejmowane zachowania.

Badania przeprowadzono w grupie żołnierzy Jednostki Wojskowej Komandosów w Lublińcu. Grupa badawcza liczyła 80 osób.

Badania zostały podzielone na trzy etapy:

1. przed wyjazdem na misję (w macierzystej jednostce);
2. w trakcie misji (w bazie wojskowej w Afganistanie);
3. po powrocie z misji (w macierzystej jednostce).

W badaniach zastosowano następujące narzędzia badawcze:

1. Inwentarz Zachowań Zdrowotnych (IZZ);
2. Skala Satysfakcji z Życia (SWLS);
3. sprawdzian sprawności fizycznej żołnierzy zawodowych.

Do opracowania uzyskanych danych oraz wykonania analiz statystycznych wykorzystano programy komputerowe (Word, Excel) wchodzące w skład pakietu MS Office 2013 oraz pakiet firmy IBM SPSS Statistics Standard.

Główne wnioski wynikające z badań można przedstawić następująco:

1. Zachowania zdrowotne żołnierzy w trakcie misji w Afganistanie znacząco odbiegają od zwyczajów zdrowotnych w czasie służby w macierzystej jednostce.
2. Służba na misji w Afganistanie wpływa na obniżenie oceny satysfakcji z życia żołnierzy.
3. Wyniki sprawdzianu sprawności fizycznej przeprowadzonego w trakcie trwania misji były lepsze aniżeli przed wyjazdem. Po powrocie z misji średnia wartość wyników była jeszcze lepsza (uzyskano lepsze rezultaty we wszystkich konkurencjach).

Łukasz Choła

Changes in health behavior and evaluation of health related to the deployment of Special Forces soldiers in Afghanistan

Summary

Keywords: health, health behavior, health evaluation, physical fitness, stress

The specific nature of military service related to individuals performing this service must be characterized by many elements, several of which include good health and a high level of physical fitness. The author has attempted to determine the effect on special forces soldiers on a six month deployment in Afghanistan with regard to their health, overall satisfaction of life level and physical fitness within the selected parameters. The concept of "health" is characterized by difficulty in defining its meaning. This is reflected in the large number of definitions in circulation. The author has adopted the definition published by the World Health Organization (WHO), which states that it is a complete state of physical, mental and social well being, and not merely the absence of disease or infirmity. Also, physical fitness is sometimes defined differently, but most modern definitions emphasize that it is characterized not only by capability for activity and human behavior, but also it takes into account structure and functionality as well as the concept of daily physical activity of man. With the concept of "health" are inextricably linked issues such as the evaluation of health and health behavior. Health evaluation (giving it a place in the hierarchy of values) depends on many factors, including - among other things - an understanding of health, religion, culture, social status, age, and the tools used for analyzing the value of health.

Health may be evaluated differently by the same individual based on the context of various situations that same individual experiences. A true understanding of the value of health requires that it be practically and actively promoted. It allows, among other things, to find answers to questions about why healthy people take action on their own behalf. Theoretical models explaining the making and maintenance of health behavior can be divided into three groups. The first models are motivational, second - theories explaining how the intent is realized, and the third - concepts that explain the phase change in behavior.

In the case of this specific research group, soldiers deployed on a wartime mission in combat roles, behavioral models have somewhat of a lesser importance, given the fact that research participants have a very limited impact on certain behaviors. The study was conducted on a group of soldiers from an elite commando unit in Lubliniec. The research group consisted of 80 people. The study was divided into three stages:

1. Pre-deployment (the parent unit);
2. Deployment (at the military base in Afghanistan);
3. Post-deployment (the parent unit).

In the study, the following research tools were utilized:

1. Inventory Behavioral Health (IZZ)
2. Satisfaction with Life Scale (SWLS)

3. Physical fitness tests of professional soldiers in order to develop the data and perform statistical analysis using computer programs (Word, Excel) included in MS Office 2013 and a suite of IBM SPSS Statistics Standard.

The main conclusions of the study can be summarized as follows:

1. Behavioral health of soldiers while deployed in Afghanistan differs significantly compared to that of when they were stationed in their parent unit.
2. Service in Afghanistan reduces the score in the overall life satisfaction assessment among soldiers.
3. Physical fitness test results were better during deployment compared to pre-deployment. Average results were better after returning from a deployment-higher scores were obtained in all physical fitness test categories.