

# **Problemy bezpieczeństwa narodStres pourazowy i jego konsekwencje u żołnierzy wracających z misji pokojoychowego**

Wstęp.....4

## **Rozdział I**

Bezpieczeństwo państwa, siły zbrojne – wyjaśnienie podstawowych pojęć

1.1. Pojęcie bezpieczeństwa..... 7

1.2. Istota i składniki bezpieczeństwa..... 11

1.3. Współczesne uwarunkowania bezpieczeństwa narodowego .....12

1.4. Stan, zadania i kierunki działań polskich sił zbrojnych..... 18

## **Rozdział II**

Stres pourazowy i jego korelacja z bezpieczeństwem w kontekście psychologicznym

2.1. Pojęcie stresu pourazowego .....23

2.2. Psychologiczne przygotowanie żołnierzy – uczestników misji poza granicami kraju..... 26

2.2.1. Przygotowanie żołnierzy do wyjazdu..... 27

2.2.2. Przygotowanie żołnierzy w trakcie pobytu..... 28

2.2.3. Osłona psychologiczna żołnierzy po powrocie z misji..... 29

2.3. Ogólny wpływ doświadczenia sytuacji urazowej na poczucie

bezpieczeństwa żołnierzy..... 30

### **Rozdział III**

#### **Podstawy metodologiczne badań własnych**

3.1. Przedmiot i cel badań..... 33

3.2. Problemy badawcze .....36

3.3. Metody i narzędzia badawcze..... 38

3.4. Organizacja i przebieg badań..... 39

### **Rozdział IV**

#### **Profilaktyka syndromu stresu pourazowego żołnierzy po zakończeniu misji**

4.1. Identyfikacja głównych stresorów występujących w misjach wojskowych..... 41

4.2. Instytucjonalne i indywidualne sposoby przeciwdziałania stresowi pourazowemu po zakończeniu misji..... 47

4.3. Pomoc psychologiczna po zaistnieniu traumatycznych wydarzeń .....50

4.4. Inne metody redukcji stresu pourazowego u żołnierzy po zakończeniu misji..... 53

### **Rozdział V**

#### **Analiza i interpretacja wyników badań własnych**

5.1. Wyjazd na misje jako determinanta stresu..... 62

5.2. Identyfikacja czynników mających wpływ na pojawienie się PTSD wśród żołnierzy wracających z misji..... 68

5.3. Skutki PTSD w opinii badanych żołnierzy .....70

5.4. Sposoby radzenia sobie z problemem PTSD przez badanych żołnierzy .....71

5.5. Wpływ PTSD na bezpieczeństwo sił zbrojnych RP – opinia ankietowanych żołnierzy .....72

|                           |           |
|---------------------------|-----------|
| <b>Zakończenie.....</b>   | <b>74</b> |
| <b>Bibliografia.....</b>  | <b>75</b> |
| <b>Spis tabel.....</b>    | <b>75</b> |
| <b>Spis wykresów.....</b> | <b>75</b> |
| <b>Aneks.....</b>         | <b>75</b> |

|            |   |
|------------|---|
| Wstęp..... | 3 |
|------------|---|

## **Rozdział 1**

### **Bezpieczeństwo narodowe – wprowadzenie w problematykę**

|                                                            |    |
|------------------------------------------------------------|----|
| 1.1. Pojęcie bezpieczeństwa narodowego.....                | 4  |
| 1.2. Cele sektorowe bezpieczeństwa narodowego .....        | 10 |
| 1.3. Bezpieczeństwo zewnętrzne.....                        | 11 |
| 1.4. Bezpieczeństwo wewnętrzne.....                        | 13 |
| 1.5. Bezpieczeństwo militarne .....                        | 14 |
| 1.6. Bezpieczeństwo społeczne .....                        | 15 |
| 1.7. Bezpieczeństwo ekonomiczne .....                      | 16 |
| 1.8. Infrastruktura transportowa i łączności .....         | 17 |
| 1.9. Bezpieczeństwo ekologiczne .....                      | 18 |
| 1.10. Bezpieczeństwo informacyjne i telekomunikacyjne..... | 19 |

## **Rozdział 2**

### **Charakterystyka źródeł badawczych**

|                                                                     |    |
|---------------------------------------------------------------------|----|
| 2.1. Regionalna prasa dolnośląska .....                             | 21 |
| 2.2. Czytelnictwo prasy regionalnej wśród mieszkańców regionu ..... | 27 |

## **Rozdział 3**

### **Bezpieczeństwo narodowe w kontekście doniesień dolnośląskiej prasy regionalnej**

|                                                 |    |
|-------------------------------------------------|----|
| 3.1. Zagrożenia bezpieczeństwa narodowego ..... | 30 |
|-------------------------------------------------|----|

|                                                                                    |    |
|------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 3.2.1. Zagrożenia w sektorze bezpieczeństwa obywatelskiego.....                    | 31 |
| 3.2.2. Zagrożenia w sektorze bezpieczeństwa zewnętrznego .....                     | 32 |
| 3.2.3. Zagrożenia w sektorze bezpieczeństwa wewnętrznego.....                      | 33 |
| 3.2.4. Zagrożenia w sektorze bezpieczeństwa militarnego .....                      | 33 |
| 3.2.5. Zagrożenia w sektorze bezpieczeństwa społecznego .....                      | 34 |
| 3.2.6. Zagrożenia w sektorze bezpieczeństwa ekonomicznego.....                     | 35 |
| 3.2.7. Zagrożenia w sektorze bezpieczeństwa ekologicznego .....                    | 36 |
| 3.2.8. Zagrożenia w sektorze bezpieczeństwa informacyjno-telekomunikacyjnego ..... | 38 |
| 3.3. Stan poczucia bezpieczeństwa Polaków w latach 2009-2012 .....                 | 39 |
| 3.4. Podsumowanie i wnioski.....                                                   | 41 |
| Zakończenie .....                                                                  | 43 |
| Bibliografia.....                                                                  | 44 |