



**NEMZETI KÖZSZOLGÁLATI EGYETEM
HADTUDOMÁNYI ÉS HONVÉDTISZTKÉPZŐ KAR
KATONAI MŰSZAKI DOKTORI ISKOLA**

Zsákai Róbert
hadnagy

**A lelki segítségnyújtás aspektusai, különös tekintettel a
katasztrófavédelmi és honvédségi feladatokra**

című Doktori (PhD) értekezés szerzői ismertetője

Témavezető:

Dr. Bolgár Judit prof. em.

Budapest, 2021

A TUDOMÁNYOS PROBLÉMA MEGFOGALMAZÁSA

Az elmúlt évek tapasztalatai is - sajnálatos módon -, egyre inkább azt mutatják, hogy a katasztrófák, a válságok, életünk részeivé váltak. Sok esetben ezeket a katasztrófákat nem tudjuk elkerülni, de kellő felkészültséggel csillapíthatjuk a romboló hatásukat.

A tudományokban elért újabb és újabb kutatási eredmények is bővítették az emberek ismereteit a különböző nehéz társadalmi jelenségekről, természeti és civilizációs katasztrófákról. A gyorsan fejlődő technika növeli a felkészülési esélyeket, így javul a prognosztika, de a védekezés hatékonysága is. Az elsődleges beavatkozást végző szakemberek a katasztrófák során első kapcsolatként jelennek meg a helyszínen. Feladatvégzésük közben szakmai munkájukat végzik, maguk is jelentős pszichés nyomás alatt állnak, így ők maguk gyakran nem tudnak pszichoszociális támogatást nyújtani. A mentőerők folyamatos stresszhelyzetben élnek, az adrenalin szintjük megemelkedik, melynek hosszútávon lehetnek negatív hatásai. A védelmi szervek állományának szüksége van lelki támogatásra, melynek rendszere Magyarországon elsősorban a szervezet pszichológusaira vár, akiknek a kapacitása nem elegendő ilyen esetekben a teljeskörű támogatásra, így ennek kutatása, további fejlesztésének szükségességének elengedhetetlenné válik.

A beavatkozó erők, a katonák is extrém stressznek vannak kitéve, ezért szükséges lenne a jó mentális állapot ellenőrzése. A stresszorokat a pszichológia tudománya már azonosította a civil emberekre, de a katonák élethelyzetei, amelyek extrém terhelésnek teszik ki őket, nincsenek. A lelki sérülésekkel szembeni reziliencia kutatása egyéni és közösségi szinten is szükséges, mert jelenleg a mentőállomány lelki rezilienciájának sem a területei, sem a növelési lehetőségei nincsenek azonosítva.

A beavatkozó állománynak a szakmai felkészültsége mellett tisztában kell lennie a lelki felkészültsége mértékével, hogy ne alakulhasson ki depresszió, esetlegesen poszttraumás stressz szindróma (továbbiakban: PTSD). A katonáorvostan és a katonapszichológia egyetért abban, hogy a fegyverek által okozott veszteségek a harci tapasztalat folytán csökkennek ugyan, de a lelki problémák a harcban eltöltött idő miatt növekedhetnek. Szükségesszé válik tehát a pszichoszociális támogatás lehetőségeinek alkalmazása a honvédségi feladatoknál is. Felértékelődik ezért a segítségnyújtók szerepe, akik erősíteni tudják a csoportkohéziót, így a beszélgetéseik során erőt tudnak adni az újrakezdéshez-, a segítségnyújtóval szembeni követelmények azonban megfogalmazásra várnak.

A segítségnyújtás felelősségteljes tevékenység, amelyhez elengedhetetlenül szükségesek bizonyos kompetenciák is. Mivel a biztonsági kihívások, a veszélyeztető tényezők okozta helyzetek megváltoztak, a támogatáshoz szükséges kompetenciák változásait is nyomon kell követnünk, különös tekintettel a katonai-, katasztrófavédelmi vezetők támogató tevékenységéhez szükséges kompetenciák azonosítására. A katasztrófák következtében kialakult helyzetek megkívánják a lelki-válság kezelést, azaz a komplex segítségnyújtást. A katasztrófavédelem állománya elsőként érkezik a katasztrófa helyszínére, így az érintetteknek a lelki támogatást is meg kell adniuk, azonban ezek követelményei nincsenek meghatározva. A védelmi rendszer, és benne a hatóságok szerepe a veszélyhelyzet esetén kulcsfontosságú a segítség irányításában, koordinációjában, hiszen törvényi kötelességük gondoskodni az érintettekről.

A TUDOMÁNYOS PROBLÉMA BEHATÁROLÁSA

A pszichoszociális jólét alap igényünk, ennek felborulása esetén szükség van stabilizálásra. Ennek lépése a következők: érzelmi stabilizáció, újratervezés, rehabilitáció, stabilizáció. A katasztrófa hatásainak feldolgozása nem egyformán zajlanak le az emberekben, a segítőkben, a mentőerőkben, ezért az erre való felkészülés nagyon fontos. Felmerül a kérdés, hogy milyen hatások érik a mentőállományt, ennek milyen következményei vannak, és hogyan csökkentheti a negatív hatásokat a pszichés felkészültség. Az elsődleges beavatkozást végző szakemberek a katasztrófa során első kapcsolatként jelennek meg a helyszínen, amikor az emberek még veszélyben vannak, ezért tőlük várják a segítséget. A mentés, a gyors és szakszerű ellátás, a megfelelő erőforrások mozgósítása mind az ő feladatuk. A pszichoszociális segítségnyújtás különböző oldalait vizsgálva megállapítható, hogy a mentőmunkát végző hivatásos személyek, vagy önkéntesek pszichológiai szűrése elengedhetetlen az eredményes munkavégzésükhöz.

A lelki segítségnyújtás tekintetében megállapítható, hogy nagyon összetett és sokrétű feladat, ezért kutatásom során csak a katasztrófavédelmi és honvédelmi feladatok kapcsán foglalkoztam a lelki segítségnyújtás feladatkörével.

A KUTATÓMUNKA AKTUALITÁSA

A rendkívüli helyzetekben ismert jelenség, hogy némelyeknél a tudat beszűkül és képtelen a döntésre, még ha elméletben kiválóan tudja is, hogy mi lenne a helyes döntés. Mások épp ellenkezőleg, kikapcsolva realitást és a körülvevő dolgokat, életek százait mentik meg egy jó döntéssel, higgadtan. Bizonyított tény, hogy a gyakran ismétlődő stresszhelyzetek az átélt személyekben, esetlegesen missziós katonákban is különféle mélységű törést idézhetnek elő. A nehéz helyzeteket átélt emberek igyekeznek talpra állni. Az emberekben a kilátástalanság és kétségbeesés ellen működik az életösztön, ezért a lelki segítségnyújtás, a lélek válságos állapotának kezelése, a krízisintervenció jó megoldás lehet a részükre. A harctéri stressz reakcióit átélő katonának segítségnyújtását, minél előbb, a felismerés után és a harctér közelében el kell kezdeni. Békeidőkben a katonák ugyanolyan megszokott krízisekkel találkoznak, mint amilyenekkel a civilek. A krízis nem egyéni ügy, hiszen kihat a környezeti tényezőkre (család, munkahely), a parancsnoknak pedig kötelessége a krízisállapot észrevétele, és különösen akkor kell fokozottan figyelni, amikor intenzitásuk extrém jelleget ölt, például katasztrófák esetében. Az ezzel kapcsolatos kutatások és azok eredményei a gyakorlatban is segítséget nyújthatnak a parancsnokoknak és a segítségnyújtók más körének is.

A krízis olyan változás, amit alapvetően negatívan élünk meg. A védelmi erők, katonák is kerülhetnek olyan helyzetbe, amikor a krízis veszélyes, kritikus állapottá válik. Az addig stabilnak hitt dolgok, helyzetek, megváltoznak, és az addig erősnek és biztosnak hitt problémamegoldó ötlettár, repertoár nem elegendő a helyzetük megváltoztatására, vagy kezelésére. A krízis olyan belső feszültséget tud okozni, ami szorongást válthat ki. Ebben az esetben a feladatvégzésük beszűkül és a megoldásaik irracionálissá válnak. Ugyanakkor a krízis sikeres kezelésével új megküzdési stratégiákat ismerhetnek meg az érintettek. A krízisintervenció segítő szándékkal a krízisállapot oldására irányul. A katonák sok esetben például maguk között beszélnek meg a veszélyhelyzetek alatt őket érő stresszhelyzeteket, (pears support), a bajtársak ráhangolódnak egymás érzelmi állapotára, támogatják egymást az adott helyzetben, és tudtukon kívül alkalmazzák a krízisintervenciót. Ezeknek a technikáknak a tudatos alkalmazása azonban nagyobb hatékonyságú lehet, ezért fontos kutatni a támogatási formákat és módokat, és javaslattal élni a korszerű megoldásokra. A missziók a hosszú távollétek a családi kapcsolatokat is megváltoztatták, a sok nehézség, esetlegesen válás, a hétköznapi problémák megoldása, feldolgozása a lelki megújulás szükségszerűsége is

indokolttá teszi a segítők bevonását. Ugyanakkor a vezető és a tábori lelkészi szolgálat ebben a folyamatban való szerepének, az ehhez szükséges képességeinek vizsgálata segítséget nyújthat a rendkívüli helyzetek elleni lelki reziliencia kialakítását, növelését célzó folyamatokban.

A KUTATÁS HIPOTÉZISEI

1. **Feltételezem**, hogy a tábori lelkészség megfelelő támogatást tudna nyújtani az állománynak a negatív lelki jelenségek megelőzésében. Feltételezem, hogy azonosíthatók azok a főbb történelmi pontok a tábori lelkészség történetében, amelyek a mai helyzetét meghatározták, és következtethetők belőle a jövő elvárásai. Az egyházi és vallási szervezetek képviselői, a tábori lelkészek képesek védett lelki közösséget biztosítani az átélt traumák után.
2. **Feltételezem**, hogy a katasztrófavédelmi és a honvédség feladataiból adódó rendkívüli helyzetek miatt kialakult lelki sérülések létrejöttének kockázatát egy, az általam javasolt lelki segítségnyújtó szolgálat csökkentheti, melynek lényege annak komplexitásában rejlik.
3. **Feltételezem**, hogy a katasztrófavédelmi és a katonai vezető hatékony segítő lehet a krízis elkerülésében, ha a szakmai kompetenciái mellett megfelelő kompetenciákkal rendelkezik, melyet a kutatásaimra alapozva megfogalmazok.
4. **Feltételezem**, hogy a lelki segítségnyújtás követelményeit újra meg kell fogalmazni az új biztonsági kihívások, valamint a hon,- és katasztrófavédelmi erőt ért hatások tükrében, tekintettel az állomány sajátos jellemzőire.

Témaválasztásomat indokolta az a tény is, hogy az kutatási témámat több oldalról is megélhetem, átélhetem. Hivatásos katonaként 30 éve teljesítek szolgálatot, ahol napi szinten találkozom a Magyar Honvédség, mint védelmi szerv, szervezeten belüli segítségnyújtás lehetőségeivel. A katasztrófák, és az arra adott válaszok minden esetben más és más megoldásokat igényelnek, melyeknek az elhárításában mindig felismerhető volt a lelki segítségnyújtás szükségessége. Civil életemben aktív lelki segítségnyújtóként is tevékenykedem ilyen eseményeknél. Lehetőségem nyílt segélyszervezetek munkájában is részt venni, így megvizsgálhattam, hogy a védekezés folyamata, a humanitárius segítségnyújtás, a személyes tanácsadás segítségnyújtói gyakorlatával válik egésszé.

A KUTATÁS CÉLKITŰZÉSEI

Az alábbi célokat tűztem ki, a kutatott tudományos problémák bemutatására és megválaszolására:

- Elemzem a lelki segítségnyújtás kialakulásának legfontosabb mérföldköveit, és összevetem annak jelen helyzetével, majd meghatározom a jövőbeni elvárásokat és elemzem, hogy milyen feltételek teljesítésével felelhet meg annak.
- Vizsgálom, hogy mely élethelyzetekben, mely területeken van szükségük a katonáknak a lelki támogatásra, annak érdekében, hogy összeállítsak egy kritikus élethelyzet-listát és a beavatkozási formákra javaslatot tegyek egy módszertani összefoglaló táblázatban.
- Empirikus kutatással vizsgálom a védelmi szakemberekre a munkájuk kapcsán háruló pszichés terheket, valamint az érzelmi intelligenciával kapcsolatos percepcióikat.
- Rendszerbe foglalom a katonát érő stressz forrásokat és megvizsgálom az egyén és közösségek kitettségét a lelki sérüléseknek, valamint a rezilienciafaktorait annak érdekében, hogy összeállítsak egy stressz-térképet, valamint a rezilienciát növelő tevékenységekre javaslatot tegyek.
- A lelki segítségnyújtás kérdéskörének elemzésével és értékelésével rávilágítok a segítő szolgálatok és egyének, mint például a tábori lelkészek stb. pszichoszociális segítségnyújtó munkájának szükségességére, és javaslatot teszek egy speciális szolgálat kialakítására, működésére, korszerű módszereikre.
- Kidolgozok a lelki segítségnyújtásra egy olyan működési és riasztási tervet, mely jó krízisintervenciós formaként szolgálhat a Magyar Honvédség katasztrófavédelmi rendszerében.

KUTATÁSI MÓDSZEREK

Kutatásom során többféle kutatási módszert alkalmaztam a kutatási célkitűzések teljesítése érdekében:

1. Elsősorban a szakirodalmi források elemzése útján jutottam induktív és deduktív következtetésekre, de a kérdőíves kutatásban matematikai, statisztikai módszereket is alkalmaztam a következtetések levonásához.

2. Az adatgyűjtés során több forrásból dolgoztam, tartva az „egy forrás nem forrás” elvét. A kutatómunkámat igyekeztem kiegészíteni a honvédségnél szerzett ismereteimmel, illetve a több éves lelki segítségnyújtóként gyűjtött tapasztalataimmal, továbbá az interjúimból levonható következtetésekkel.
3. Általános kutatás módszertant követtem, többnyire az analízis, a szintézis módszerét alkalmaztam, továbbá adaptációs vizsgálatot végeztem.
4. Tanulmányoztam és feldolgoztam a kutatási témámhoz kapcsolódó hazai és nemzetközi szakirodalmat. Az összegyűjtött szakirodalmat logikai egységekre különítettem, majd az elméleti és gyakorlati megállapításokat szintetizáltam.
5. Konzultációt folytattam hazai és nemzetközi szakértőkkel. Az elkészített interjúk növelték a téma vizsgálatának háttéranyagát.
6. A munkám során megtapasztalt katasztrófa- és krízishelyzetekből levont konzekvenciákat beépítettem a javaslataimba.
7. Külföldi tanulmányutam során szerzett tapasztalataimat felhasználtam a következtetések megfogalmazásánál.
8. Kutatási részeredményeimet a széleskörű megismertetés céljából szakmai jellegű kiadványokban publikáltam-, és a reflexiókat beépítettem a következtetéseimbe, javaslataimba.
9. Megvizsgáltam a témával kapcsolatos jelenleg alkalmazott hazai és nemzetközi jogszabályi környezetet is.

A kutatómunkát könnyítette, hogy nagy mennyiségű szakirodalom áll rendelkezésre a témában. Ezen túlmenően munkám, beosztásom kapcsán alkalmam volt a Magyar Honvédség lelki segítségnyújtásával kapcsolatos tudományos munkák, irodalmak, közösségi felkészítések hatékonysági vizsgálatának módszertanába bepillantást nyerni. Személyes interjúk segítettek a Tábori Lelkészség munkásságának megismerését, valamint a parancsnoki szintű lelki segítségnyújtás lehetőségeit. Ezek a megfogalmazott tapasztalatok, jól kiegészíthetik a rezilienciafejlesztési irányelveket is.

A megszerzett tapasztalatok rávilágítottak a már meglévő rendszer hiányosságaira, kutatási témám elemzésének szükségességére, a továbbfejlesztési lehetőségek feltárására.

Kutatásaim eredményességéhez hozzájárultak továbbá a témavezetőim, a Nemzeti Közszerológati Egyetem tanárai, akiknek a segítőkészsége, a témával kapcsolatos iránymutatásai, szakmai tapasztalatai, kutatásai, publikációi mindvégig segítették munkámat.

Kutatómunkámat nehezítette, hogy a hazai szakirodalmat tekintve, a harci alakulatok lelki támogatói rendszeréről az új kihívások tükrében kevés tudományos kutatás áll rendelkezésre, ezért kutatásaimat nemzetközi forrásokra, elemzésekre, személyesen elkészített interjúkra építettem, ami sokszor lassította munkámat.

AZ ÉRTEKEZÉS FELÉPÍTÉSE

Értekezésem *I. fejezete* a lelki segítségnyújtás történelmi hátterével foglalkozik. Bemutatom az egészségügyi szervezetek jelenlétét, kutatásainak nehézségeit, valamint eredményeit az első világháborútól napjainkig. Kiemelten foglalkozom a tábori lelkeszi szolgálat kialakulásával, annak bizonyításával, hogy a lelki segítői szolgálat már egészen a bibliai idők óta jelen van a harcoló katonák életében. Az elmúlt században kialakult segítői szolgálatokat is bemutattam, úgymint a mentálhigiénés és a telefonos lelkisegélyszolgálatot. Igyekeztem összegezni és felsorolni azokat a szervezeteket is, melyek a katonacsatládok életét segítik a nehéz időkben. Nemzetközi kitekintést is nyújtok, melyben bemutatom néhány NATO- tagország lelki segítségnyújtó szervezetét a hadseregen belül. Választásom olyan országokra esett, ahol volt személyes ismeretségem és tapasztalatom, így az ott szolgáló katonák személyes tapasztalatait, lehetőségeit építhetem be a dolgozatba. E fejezetben vizsgálom meg, hogy ezek az országok hogyan segítik a lelki krízisen átesett katonáikat, milyen szervezeteket hoznak/hoztak létre. Rámutatok továbbá arra, hogy minden ország a maga kulturális, történelmi hátterét felhasználva igyekszik megoldást találni a védelmi erőikben szolgáló emberek segítésére, támogatására.

A *II. fejezetben* bemutatom azokat a stresszforrásokat, melyekkel szembe kell nézniük a harcoló alakulatoknak. Kiemelten foglalkozom a harctéri stressz kiváltó okaival, valamint a kezelésének lehetséges módjaival. Elemzem a missziós stresszforrásokat, a különböző időben való megjelenésüket és azok kezelési lehetőségeit. Az ezekkel való megküzdés fontos pontjaként bemutatom a rezilienciát, mint a külső behatásokkal szembeni ellenálló- és

megküzdési képességet, és a lelki és mentális öngyógyító képességet. A teljesség igénye nélkül ismertetem a Magyar Honvédségen belül elért kutatási eredményeket a reziliencia vonatkozásában, valamint nemzetközi kitekintést is végzek ezzel kapcsolatban.

A **III. fejezetben** megvizsgálom a lelki segítők fontos személyiségjellemzőit, illetve a hatékony lelki segítségnyújtás lélektani alapjait. Elemzem azokat a személyiségvonásokat, lelki összetevőket, melyek alkalmassá tehetnek bizonyos embereket közösségi segítőknek, lelki tanácsadóknak. Kiemelten foglalkozom az érzelmi és értelmi intelligencia kérdéskörével. Ezzel kapcsolatban megvizsgálom, hogy ki tekinthető jó parancsnoknak, melyek azok a személyiségvonások, melyek az előljárót igazi vezetővé, követendő parancsnokká tehetik. Feltárom azokat a lehetőségeket, melyek az érzelmi tudatosságot fejlesztik és mely tényezők tehetik sikeressé a jó parancsnokot a lelki segítségnyújtásban. Bemutatom a Tábori Lelkészi Szolgálat szerepét és feladatait napjainkban. Rávilágítok arra, hogy az egyházaknak is ki kell venniük a részüket abban, hogy a katonák és a civilek egyaránt biztonságban érezhessék magukat. Ennek kapcsán feltártam az egyházak szerepét a társadalomban.

Az **IV. fejezetben** az empirikus kérdőíves kutatásomat mutatom be. A kérdéseimet a védelmi szférában dolgozó szakembereknek tettem fel, arra vonatkozólag, hogy milyen terhek érik őket a mentómunka során. Ezután a válaszok, valamint a mellékletben található interjúk fényében egy támogatói csoport felállítást javaslom a honvédségen belül. Bemutatom ennek a csoportnak az általam szükségesnek vélt tagjait, működési modelljét mind a face to face interakciókban, mind az online webináriumok felhasználásával. Az általam megfogalmazott probléma tehát az utóbbi években igen nagy jelentőséggel bír, hiszen pontos képet kell adnia a lakosság felkészítésére, védelmére, a beavatkozó, segítő erők mentális felkészültségére egyaránt, bármilyen katasztrófáról is legyen szó. Az empirikus kutatás célcsoportja a beavatkozó állomány, hiszen megfogalmazható, hogy a mentőerő tagjai is élhetnek át olyan pszichikai nehézségeket, amikor számukra is szükséges a segítségnyújtás.

ÖSSZEGZETT KÖVETKEZTETÉSEK

Dolgozatom összegzéseként és a kutatási eredményeként a következő megállapításokat tettem:

1. *Elemeztem* a lelki segítségnyújtás kialakulásának legfontosabb mérföldköveit, és összevetettem jelenlegi helyzetével. A történeti áttekintésben *rámutattam* azokra a főbb állomásokra, amely a lelki segítségnyújtás mai helyzetéhez vezetett, *igazoltam*, hogy a lelkészek kiemelkedő segítő tevékenységet láttak el a múltban is. *Megállapítottam*, hogy a Magyar Honvédség lelki segítségnyújtás területén azzal a kihívással küzd, hogy a lelki segítők kívülállóként vannak jelen az életükben. Nincs szoros kapcsolat, és bár megvannak hozzá a feltételek, mégsem veszik igénybe a rászorulókat ezeket a forrásokat.

2. *Meghatároztam* a jövőbeni elvárásokat és elemeztem, hogy milyen feltételek teljesítésével felelhet meg annak. Ezt *támasztotta alá* a tábori lelkészekkel készített interjú, valamint a csapatpszichológussal folytatott személyes beszélgetésem is. A szakképzésben résztvevőkkel szemben támasztott főbb követelményeket egy összefoglaló táblázatban *rendszereszttem*. A külföldi hadseregek vonatkozásában *igazoltam*, hogy sok követendő példával szolgálnak, ezek adaptációs vizsgálata azonban további kutatások tárgyát kell, hogy képezzék.

3. *Rendszerbe foglaltam* a katonát érő stresszforrásokat és *megvizsgáltam* az egyén és közösségek kitettséget a lelki sérüléseknek, valamint az azokkal szembeni reziliencia faktorait a védelmi szervek állománya vonatkozásában. *Vizsgáltam*, és *meghatároztam* az egyéni és közösségi reziliencia faktorait ezek közül a legfőbbek az érzelmi intelligencia, rugalmasság, stresszkezelés, kohézió, bizalom, hatékonyság. Elemezve az ellenállóképesség növelésének lehetőségeit, *megállapítottam* a reziliens közösség ismérveit.

4. Az empirikus kutatás és az interjúk segítségével *táblázatba foglaltam* a közösségi rezilienciát elősegítő és akadályozó tényezőket. Szakirodalmi áttekintések és a kérdőíves kutatás eredményeiből *feltártam* és *elkészítettem* a védelmi szférában dolgozók, főként a katonák stressztérképét, amely azokat az élethelyzeteket veszi számba, amely speciálisan rájuk vonatkozik, és stresszorként jelentkezik.

5. *Azonosítottam* a vezető támogató tevékenységéhez szükséges kompetenciákat. A lelki segítségnyújtás kérdéskörének elemzésével és értékelésével *rávilágítottam* a segítők pszichoszociális segítségnyújtó munkájának szükségességére, és a vele támasztott követelményekre. Fő elvárásként fogalmaztam meg a parancsnoknak speciális képességeit, kompetenciáit, melyeket *rendszerbe foglaltam*.

6. *Megvizsgáltam* az egyházak szerepvállalását a rendkívüli helyzetek során, valamint a segítségnyújtó szervezeteket és erre alapozva *javaslatot tettem* egy több szakterületet magába foglaló segítő szolgálat felállításra, működtetésére.

7. A kóros túlterhelés a mentőerők és parancsnokaik testi és lelki egészségére is kihatással lehetnek. A pszichológiailag fejlesztő módszerek éppen a pszichoszomatikus betegségek megelőzése ellen tudnak segítséget nyújtani. A cél az, hogy minden beavatkozó állománynál segíthessük a látottak feldolgozását és támogathassuk a hon-, és katasztrófavédelemben részt vevő szakemberek krízispszichológia ismereteit.

Empirikus kutatással *vizsgáltam* a védelmi szakemberekre a munkájuk kapcsán rájuk háruló pszichés terheket, valamint az érzelmi intelligenciával kapcsolatos percepcióikat. *Kidolgoztam* a lelki segítségnyújtásra egy olyan működési és riasztási tervet, mely jó krízisintervenció formaként szolgálhat a Magyar Honvédség katasztrófavédelmi rendszerében.

8. *Megállapítottam*, hogy a sikeres együttműködés érdekében minden katasztrófa sújtotta területen a beavatkozó erők együttes tevékenységet folytatnak a lakossággal, és a polgári szerveződésekkel. A civilizáció folyamatos fejlődésével egyre inkább bizonyítható az, hogy egy eredményes felkészülés csökkenti a katasztrófák során kialakult károk mértékét. Igaz, hogy a gyorsan fejlődő technika növeli a felkészülési esélyeket, mégis érzékelhetővé válik a veszélyeztetettség érzete. A társadalom elvárása, hogy a bekövetkezett eseményeket emberségesen, és szakszerűen, összehangolt tevékenységgel végezzék el az erre hivatott szervek és szervezetek. *Bizonyítottam* a vörösiszap-katasztrófa példáján keresztül, hogy a lelki segítségnyújtásra szükség van, továbbá a hivatásos katasztrófavédelem jogelődjeinek és jelen szervezetének bemutatásával igazoltam, hogy alkalmasak a komplex segítségnyújtásra, beleértve a pszichoszociális támogatás megszervezését is.

ÚJ TUDOMÁNYOS EREDMÉNYEK

1. *Elemezve* a magyar haderőben folyó lelki segítségnyújtás történelmi gyakorlatát, ***megállapítottam***, hogy a védelmi szervek állománya azzal a kihívással küzd, hogy a lelki segítők kívülállóként vannak jelen az életükben, ezért a megoldást keresve történelmi áttekintéssel ***igazoltam*** (1.1),¹ hogy a katonai erő szerves részét képező tábori lelkész szolgálat – ahogyan a múltban és jelenleg is - a jövőben is képes hatékonyan részt venni a katonák lelki segítségnyújtásában (3.4.).

1/a. ***Meghatároztam*** a lelki segítségnyújtás eredményességét befolyásoló, specifikus szervezeti, személyi valamint módszertani jellemzőket (1.3.), (3.1.).

2. Az empirikus kutatásom eredményeit stressz térképben ***összegeztem***, és ***hozzárendeltem*** azokat a szervezeti-, és feladatspecifikus egyéni és közösségi reziliencia összetevőket, amelyek eredményes protektív faktorként definiálhatók. ***Meghatároztam*** továbbá a vezetői tevékenységet segítő közösségi reziliencia kialakítását elősegítő és akadályozó szervezet- és tevékenység-specifikus tényezőket. (2.4.), (2.5.).

3. Kutatásaim alapján ***igazoltam***, hogy a katasztrófák következményeinek felszámolása során elengedhetetlen a lelki segítségnyújtás, de ahhoz, hogy ez igazodjon az új szervezeti feladatokhoz, szükséges egy állandó követő vizsgálat annak érdekében, hogy a jelenleg meglévő hatékony segítségnyújtási módszert igazítsuk az aktuális problémák kezeléséhez. ***Meghatároztam*** továbbá a katasztrófavédelmi és katonai vezető hatékony lelki segítségnyújtó szerepéhez szükséges elvárt személyiségjegyeket, tulajdonságokat (3.2.), (3.3.).

4. ***Esetelemzésekkel igazoltam***, hogy nem csak a szakembereknek, hanem a beavatkozó állománynak is tisztában kell lenni a lelki segítségnyújtás szükségességével, és ehhez kapcsolódóan igazoltam, hogy szükséges egy olyan lelki támogatói szolgálat létrehozása, amely preventív módon is felkészíti a beavatkozó állományt a lelki segítségnyújtásra. Az előzők kapcsán ***javaslatot tettem*** annak felépítésére, működésére és bizonyítottam, hogy a humán szükségletekkel foglalkozó szervezetek integratív együttműködése szükséges ahhoz, hogy egy önálló lelki segítségnyújtó szolgálatként magasabb szinten biztosítsa a pszichoszociális és lelki segítségnyújtó gondozást és biztosítsa a hatékony szervezeti működést (4.5.).

¹ A zárójelbe tett számok az egyes alfejezetek számait jelölik.

AJÁNLÁSOK

A tudományos értekezés átfogóan bemutatja, hogy nagy szükség van katasztrófáknál, kríziseknél és rendkívüli eseményeknél segítségnyújtásra, beleértve a lelki segítségnyújtást is. Bizonyítottam, hogy a katasztrófavédelmi szervek és a honvédség lelki sebezhetőségét a pszichoszociális segítségnyújtás eszközeivel csökkenteni lehet.

Értekezésemet ajánlom mindazon kutatásokhoz, akik a lelki segítségnyújtás módszereit átfogóan vizsgálják, és azt kutatják, hogyan élhet a test és a lélek tökéletes harmóniában.

Az eredmények megismerését javaslom azoknak a személyeknek, akik tudományos kutatási munkát végeznek.

Disszertációm megismerését ajánlom olyan krízisintervenciós csoportoknak, akik az általam vizsgált lelki segítségnyújtás lélektani aspektusait ötvözni tudják a segítők szakmai feladatainak végrehajtásában.

Ajánlom továbbá katasztrófavédelem és a honvédség szakembereinek, a Nemzeti Közszolgálati Egyetem oktatóinak, hallgatóinak. A Katasztrófavédelmi Intézet és a Katasztrófavédelmi Oktatási Központ, a Honvédelmi Minisztérium Hadműveleti Csoportfőnökség részére, az Országos Katasztrófavédelmi Főigazgatóság Humán Szolgálatának, mivel az elvégzett kutatásom eredményei gyakorlati segítséget nyújtanak a védelmi feladatok megvalósításához.

Tudományos értekezéselem megismerését ajánlom azoknak a védelmi szakembereknek, parancsnokoknak, akik bátrak új alapokra helyezni a katonáik lelki segítségnyújtását.

Azoknak a vezetőknek, akik a tudományos kutatási eredményeket kiválóan ötvözik a saját gyakorlati tapasztalataikkal.

Ajánlom minden segítő szolgálatban résztvevőnek, aki minden erejével a segítségnyújtásra törekszik, ezért minden lehetőséget megragad a cél érdekében, a vallást, a hitet, a segítő életmódra való nevelést pedig egy új lehetőségként kezeli.

SAJÁT PUBLIKÁCIÓK JEGYZÉKE

Magyarországon megjelenő idegen nyelvű folyóiratban:

Budo versus Christianity The Possibilities of Counseling and Psychological Aid in Disaster Managemet. AARMS, Academic and Applied Research in Military and Public Management Science; Volume 14, Issue 3, 2015.

Tsunami in Japan. TRADECRAFT REVIEW, Periodical of The Military National Security Service. 2012/3. Special Issue.

Magyar nyelvű (MTA besorolás szerinti A, B, C, D kategóriájú) mértékadó folyóiratban:

A cunami kialakulásának okai.
Hadmérnök, VII: 1 pp. 129-135., 7 p. (2012)

A cunami előrejelzése.
Hadmérnök, XXI: 1 pp. 66-77., 12 p. (2012)

A Sri-Lankai szökőár.
Bolyai Szemle: 2011: 2 pp. 73-81., 9 p. (2011)

Az egyház és a társadalom kapcsolata.
Hadmérnök, VIII: 4 pp. 265-271., 7 p. (2013)

A lelki segítségnyújtás jelentősége a katasztrófák során.
Szakmai Szemle, 2014: 1 pp. 180-187., 8 p. (2014)

A pszichés viselkedések szerepe katasztrófavédelemben
Szakmai Szemle, 2014: 3 pp. 214-223., 10 p. (2014)

A lelki segítségnyújtás katasztrófavédelmi aspektusának értékelése.
Védelem Tudomány, 2021. 3. 14 p. (2021)

A DOKTORJELÖLT SZAKMAI- TUDOMÁNYOS ÉLETRAJZA

Név: Zsákai Róbert

Születési hely, idő: Hódmezővásárhely, 1974. 11. 02.

Szakmai életút:

1993-ban a Magyar Honvédség Tiszthelyettesképző Szakközépiskolában tett érettségit. Ezt követően a Szent Pál Akadémia teológiai szakán folytatta tanulmányait, ahol 2008-ban szerzett teológusi végzettséget.

Egyetemi tanulmányait 2009-től a Zrínyi Miklós Nemzetvédelmi Egyetem Védelmi igazgatás szakán folytatta, ahol katasztrófavédelmi szakirányon 2011-ben, mint okleveles MSc védelmi igazgatási vezető végzett.

2012-ben kezdtem meg tanulmányait a Nemzeti Közszerződési Egyetem, Katonai Műszaki Doktori Iskolájában, Abszolutórium megszerzésének éve: 2015.

1999-től kezdve vesz részt gyülekezeti lelkipásztori feladatok ellátásában. Az itt megszerzett szakmai tapasztalatait, valamint a Magyar Honvédség kötelékében eltöltött közel 30 év szolgálati ideje alatt érzékelt mentális szükségek késztették arra, hogy doktori disszertációját a lelki segítségnyújtás témaköréből írja.

Szakmai pályafutását tekintve részt vett:

- a börtönlelkészség újrászervezésével a Büntetés-végrehajtás Országos Parancsnoksága hivatalos egyezményében foglaltak alapján a sopronkőhidai fegyház fogvatartottak börtön missziójában, ahol havi rendszerességgel lelki gondozásra van lehetőség, illetve lehetősége nyílt figyelemmel kísérni a társadalomba való sikeres beilleszkedésüket;
- részt vesz telefonos lelkisegély-szolgálatban;
- a 18-24 év közötti fiatalok saját segítségkérési helyzetek, egyéni problémák átbeszélése; önismeret- fejlesztő feladatok ellátásában;
- általános iskolások részére a hit- és erkölcs tanításában;
- párkapcsolati tanácsadás házassági krízis esetén.

Önkéntesként részt vesz humanitárius segítségnyújtásban, a helyi segítő szervezetekkel együttműködve a veszprémi kistérségben élő rászorultaknak étel- és ruhaosztásban, és adománygyűjtésben.

Tudományos munka:

Fő kutatási területe a lelki segítségnyújtás lehetősége a katasztrófák által érintett lakosság körében, illetve a segítő szolgálatok pszichoszociális segítségnyújtásának szükségessége.

Kiemelt kutatási területe közé tartozik még az egyház hasznos szerepvállalásának erősítése a társadalmi igényeket is kielégítő mentális segítségnyújtásban.

Kutatásai kiterjednek továbbá a Magyar Honvédség kötelékében szolgálatot teljesítő katonák missziós tapasztalatainak feldolgozására. Továbbá a katonai tábori lelkészi szolgálat számára a hatékonyságát növelő új tudományos eredmények feltárására.

Nagy hangsúlyt fektet arra, hogy az alakulatában dolgozó katonák, parancsnokok figyelmét felhívja a lelki és mentális egészségük fontosságára a honvédelmi feladatok ellátása során, hiszen a mentális felkészültség szükségessége elengedhetetlen a feladatuk sikeres elvégzésében. Különösen fontos szerepet tölt be munkája elvégzése során, hogy munkatársai, beosztottjai figyelmét ráirányítsa a család fontosságára.

Kutatási eredményeit publikálta egyénileg és társszerzőként, angol és magyar nyelven is: AARMS, Tradecraft Review, Bolyai Szemle, Szakmai Szemle és a Hadmérnök folyóiratokban. Jelenleg 8 publikációja jelent meg lektorált szakmai folyóiratban, és folyamatban van további egy tudományos publikáció megjelenése is.

Tudományos konferencián egy alkalommal volt lehetősége előadóként részt venni.

Nyelvismeret: német, angol

További kutatási tervek:

Figyelemmel kíséri a hit a tudomány, illetve a társadalom kapcsolatát és egymásra gyakorolt hatásait, a továbbiakban az ezekből adódó lehetőségeket kívánja vizsgálni.

Tagja a Balatonfüredi Magyar-Izraeli Baráti Kör egyesületének.

Az egyesület célja:

A történelmi Izrael és a modern Izrael Állam és nép kulturális, művészeti, történelmi, gazdasági, társadalmi, spirituális értékeinek, hagyományainak bemutatása, megismertetése,

népszerűsítése Balatonfüreden és térségében, illetve Balatonfüred és a Balatonfelvidék értékei bemutatkozásának elősegítése Izraelben. A zsidó-keresztény párbeszéd elősegítése, fellépés az antiszemitizmus és az anticionizmus mindenfajta megnyilvánulásával szemben.

Eddigi és jelenlegi beosztás:

1993 – 2018.08.31.	MH 54. Veszprém Radarezred elődszervezet
2018.09.01 – 2019.11.14.	MH 54. Veszprém Radarezred, Vezető szervek, Törzs, Hadműveleti Főnökség, biztosító altiszt
2019.11.15 –	MH 54. Veszprém Radarezred, Vezető szervek, Törzs, Hadműveleti Főnökség, biztosító tiszt
2020.08.01-	MH LMVIK Helyőrségtámogató Parancsnokság, Komendás szakasz, szakaszparancsnok