

OBSAH

PŘEDMLUVA	5
ÚVOD	8
I. PODSTATA PSYCHICKÉ ZÁTĚŽE	11
1. Z HISTORIE ZKOUMÁNÍ PROBLÉMU	12
Vývoj tendencí v chápání psychické zátěže	13
Názory na podstatu a mechanismy psychické zátěže	16
2. DIALEKTICKOMATERIALISTICKÁ VÝCHODISKA K ŘE- ŠENÍ PROBLÉMU PSYCHICKÉ ZÁTĚŽE	25
Teorie odrazu	27
Teorie psychické regulace	30
Dialektickomaterialistické chápání psychické zátěže	35
Sociální determinace a regulace chování v psychické zátěži	36
Kapacitní mechanismy psychické regulace činnosti	40
Úloha emocí v psychické zátěži	41
Osobnostní regulace chování v zátěži	45
3. DRUHY A PROJEVY PSYCHICKÉ ZÁTĚŽE	49
Individuální rozdíly v reagování na zátěž	57
4. VÝKON A VÝKONNOST ČLOVĚKA V ZÁTĚŽI	62
Kapacitní možnosti člověka a jejich projev v zátěži	62
Determinanty výkonu a výkonnosti člověka	64
Faktor času a jeho úloha ve výkonu a výkonnosti	67
Vliv psychické zátěže na úroveň výkonu	71
5. ČINITELÉ PSYCHICKÉ ZÁTĚŽE	73

II. PSYCHICKÁ ZÁTĚŽ VE VOJENSKÉ ČINNOSTI	77
1. VOJENSKÁ ČINNOST JAKO SPECIFICKÁ OBLAST LIDSKÉ ČINNOSTI	78
Psychologická charakteristika vojenské činnosti	78
Zvláštnosti vojenské činnosti na začátku války	81
Podmínky efektivní vojenské činnosti	84
Psychologické znaky bojové činnosti	85
2. DRUHY BOJOVÉ ČINNOSTI A JEJICH ZVLÁŠTNOSTI	87
Útok a jeho psychologické zvláštnosti	87
Psychologická charakteristika obranného boje	90
Boj v noci a jeho nároky na psychiku vojáků	91
Bojová činnost v podmínkách použití zbraní hromadného ničení	93
Požadavky soudobé války na psychiku vojáků	96
3. ZVLÁŠTNOSTI PSYCHICKÉ ZÁTĚŽE VE VOJENSKÉ ČINNOSTI	99
Podstata zátěžových stavů a jejich klasifikace	100
4. STAVY VYVOLANÉ PRACOVNÍ ČINNOSTÍ	105
Únava	105
Monotonie	110
Psychická saturace	113
Přetížení	115
5. STAVY ADJUSTAČNÍHO CHARAKTERU	116
Regulace vlivů prostředí v životním procesu člověka	117
Adjustace a adjustovanost vojáků	120
Zvláštnosti adjustace ve vojenských podmínkách	123
Zvláštnosti adjustace v bojových podmínkách	124
Maladjustace a maladjustovanost vojáků	125
6. PŘEDBOJOVÉ STAVY	128
Stav vzrušeného očekávání	128
Bezradnost	131
7. STAVY VYVOLANÉ ÚTRAPAMI VÁLKY	134
Nedostatek odpočinku a spánku	134
Hlad a žízeň	136
Fyzikální a chemické faktory	138
Frustrace a deprivace	140
Konflikty	143

8. STAVY A REAKCE VZNIKAJÍCÍ V SITUACÍCH OHRO- ŽENÍ	148
Strachové reakce	148
Psychický stres	154
III. PŘEDPOKLADY ÚSPĚŠNÉ ČINNOSTI VOJÁKŮ V ZÁ- TĚŽI	163
1. PŘÍSTUPY K REGULACI PSYCHICKÉ ZÁTĚŽE	165
2. OBJEKTIVNÍ FAKTORY	168
Fyzické prostředí	169
Sociální prostředí a sociálně psychologické faktory	172
Organizace, řízení a velení jako základní předpoklad úspěšné činnosti v zátěži	182
Výběr a příprava vojáků na speciální odbornosti	191
3. SUBJEKTIVNÍ FAKTORY	197
Biologické zvláštnosti	198
Psychické a osobnostní faktory	204
4. PSYCHICKÁ PŘIPRAVENOST JAKO ROZHODUJÍCÍ FAK- TOR ÚSPĚŠNOSTI JEDNÁNÍ VOJÁKŮ V ZÁTĚŽI	214
Problém psychické odolnosti	214
Psychická připravenost vojáků	217
Psychologická připravenost kolektivů	220
ZÁVĚR	224
POUŽITÁ LITERATURA	227