

Univerzita Palackého v Olomouci
Filozofická fakulta
Katedra psychologie

STRES A VYHOŘENÍ U PŘÍSLUŠNÍKŮ SLUŽBY
KRIMINÁLNÍ POLICIE A VYŠETŘOVÁNÍ

(Stress and Burnout among Members of the Criminal Police and Investigation Service)



Magisterská diplomová práce

Autor: Mgr. Lenka Sýkorová
Vedoucí práce: doc. PhDr. Zdeněk Vtípil, CSc.

Olomouc
2017

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem magisterskou diplomovou práci na téma „Stres a vyhoření u příslušníků služby kriminální policie a vyšetřování“ vypracovala samostatně pod odborným dohledem vedoucího diplomové práce a uvedla jsem všechny použité podklady a literaturu.

Chtěla bych velice poděkovat vedoucímu diplomové práce, panu doc. PhDr. Zdeňku Vtípilovi, CSc., za jeho trpělivé vedení, cenné rady a připomínky. Rovněž bych chtěla poděkovat vedení odboru hospodářské kriminality a vedoucím pracovníkům jednotlivých oddělení odboru hospodářské kriminality, kde byl proveden sběr dat, za vstřícnost a pomoc při distribuci dotazníků, a v neposlední řadě děkuji všem účastníkům, kteří byli ochotni vyplnit dotazníky.

V Praze dne

Obsah

ÚVOD.....	5
TEORETICKÁ ČÁST DIPLOMOVÉ PRÁCE.....	7
1 K některým aspektům policejní práce a povolání policisty.....	7
1.1 Služba kriminální policie a vyšetřování, kvalifikační požadavky na příslušníky ...	9
2 Stres – uvedení do problematiky	12
2.1 Historie zkoumání stresu.....	14
2.2 Fáze stresové reakce.....	16
2.3 Projevy a důsledky stresu.....	16
2.4 Stres v práci.....	18
2.5 Možnosti diagnostikování stresu.....	20
2.6 Zvládání stresu	22
3 Syndrom vyhoření – uvedení do problematiky	24
3.1 Faktory ovlivňující vznik syndromu vyhoření	25
3.2 Proces vývoje syndromu vyhoření	27
3.3 Příznaky a důsledky syndromu vyhoření	29
3.4 Předcházení syndromu vyhoření	30
3.5 Možnosti diagnostikování syndromu vyhoření	31
4 Stres a syndrom vyhoření	32
4.1 Stres a syndrom vyhoření v policejní práci se zaměřením na službu kriminální policie a vyšetřování	32
4.2 Zvládání stresových situací, možnosti psychologické pomoci pro policisty	35
5 Empirické poznatky ke stresu a syndromu vyhoření mezi příslušníky policie	37
VÝZKUMNÁ ČÁST DIPLOMOVÉ PRÁCE	42
6 Problém, cíle a hypotézy	42
7 Aplikovaná metodika.....	44
7.1 Inventář pracovního stresu IPSS	44
7.2 Dotazník Míry vyhoření BM.....	45
7.3 Dotazník SVF 78.....	47
7.4 Statistika.....	49
7.5 Symbolika výsledkové části	51
8 Popis souboru, organizace šetření	53
8.1 Základní soubor.....	53
8.2 Výběrový soubor	53
8.3 Organizace a průběh šetření	58

8.4	Etika výzkumu	59
9	Výsledky výzkumného šetření	60
9.1	Základní výstupy dotazníku IPSS	60
9.2	Základní výstupy dotazníku BM.....	63
9.3	Základní výstupy dotazníku SVF 78.....	67
9.4	Vybrané koreláty	76
9.5	Ostatní koreláty	79
9.6	K platnosti hypotéz	81
10	Diskuze	84
11	Závěry	92
12	Souhrn.....	94
	Seznam použitých zdrojů a literatury	98

Seznam příloh

Příloha 1: Formulář zadání diplomové práce

Příloha 2: Abstrakt diplomové práce v českém a anglickém jazyce

Příloha 3: Výstupy dotazníků IPSS, BM, SVF 78

ÚVOD

Současná západní společnost, v níž žijeme, je charakteristická neustále se zrychlujícím tempem, zaměřením na výkon, snahou o maximální využití individuálních schopností, důrazem na samostatnost a zodpovědnost a přemírou informací. Lidé jsou vystaveni všudypřítomnému tlaku a musí vynakládat velké množství energie, aby dokázali zvládat všechny požadavky, které jsou na ně kladeny; stres se tak stává neodmyslitelnou součástí našich životů. Spolu s ním se u některých jedinců objevuje i syndrom vyhoření, který se – stejně jako stres – již bohužel stal všeobecně známým fenoménem, přičemž oba mají výrazný negativní vliv na kvalitu našich životů.

Diplomová práce se zabývá stresem a vyhořením u příslušníků Policie ČR, konkrétně policistů zařazených u služby kriminální policie a vyšetřování, zabývajících se hospodářskou kriminalitou. Povolání policisty je obecně řazeno mezi vysoce stresující zaměstnání; policista může být během výkonu své služby vystaven velkému množství krizových situací, které ohrožují jeho život nebo životy jiných lidí, může se setkat s bolestí, bezmocí i smrtí, někdy musí čelit útokům a osočování ze strany veřejnosti. S většinou z uvedených stresorů se policista zabývajících se hospodářskou kriminalitou při plnění služebních povinností neseťká, případně se s nimi může setkat jen velice zřídka, je však vystaven jiným stresorům, souvisejícím zejména s vedením a průběhem trestního řízení, s organizačními a dalšími záležitostmi, a k syndromu vyhoření u něj může dojít z poněkud jiných důvodů než u jeho uniformovaného kolegy vykonávajícího službu „na očích veřejnosti“. Diplomová práce si proto klade za cíl zjistit míru vyhoření dané skupiny policistů, odhalit u nich nejvýznamnější stresory související s jejich povoláním a postihnout jejich strategie zvládání stresových situací. Hlavním důvodem výběru tohoto tématu byl osobní zájem autorky, která je dvanáctým rokem příslušnicí Policie ČR, přičemž posledních deset let se věnuje právě problematice prověřování a vyšetřování hospodářských trestných činů a nejen u sebe, ale i u některých svých kolegů pozoruje určité příznaky, které by mohly signalizovat působení stresu i počínající (či již probíhající) vyhoření.

V teoretické části diplomové práce je pojednáno o povolání policisty, o stresu a jeho historii, projevech a důsledcích stresu, o diagnostice a o způsobech zvládání stresu, dále o syndromu vyhoření, o jeho příčinách, procesu vývoje, příznacích, důsledcích a o možnostech předcházení syndromu vyhoření, a rovněž je zmíněn stres a syndrom vyhoření ve vztahu k práci policisty i empirické poznatky z dané oblasti.

Ve výzkumné části se diplomová práce zabývá výzkumem provedeným mezi policisty odboru hospodářské kriminality služby kriminální policie a vyšetřování, zjištěnou mírou vyhoření u těchto osob, profilem stresorů a jejich strategiemi zvládnání stresu. Získaná data jsou statisticky vyhodnocena a interpretována.

Výstupy výzkumu mohou pomoci vedoucím pracovníkům získat přehled o tom, co jejich podřízení vnímají v rámci plnění služebních povinností jako nejvíce zatěžující, přičemž alespoň v některých oblastech by mohla být i na dané úrovni řízení možná určitá korekce současného stavu. Stejně tak mohou být pro vedoucí pracovníky přínosné informace týkající se míry vyhoření policistů, jelikož na jejich základě mohou být přijata některá nápravná opatření, kterými by bylo možné snížit vliv stresu a omezit rozvinutí syndromu vyhoření, a zlepšit tak kvalitu profesního života policistů SKPV.

TEORETICKÁ ČÁST DIPLOMOVÉ PRÁCE

1 K některým aspektům policejní práce a povolání policisty

Policie České republiky (dále jen „policie“) je jednotný ozbrojený bezpečnostní sbor, který je podřízen Ministerstvu vnitra. Podle zákona o Policii České republiky (zákon č. 273/2008 Sb.) slouží policie veřejnosti a jejím úkolem je chránit bezpečnost osob, majetku a veřejný pořádek, předcházet trestné činnosti, plnit úkoly podle trestního řádu a další úkoly na úseku vnitřního pořádku a bezpečnosti, které jí byly svěřeny zákony, přímo použitelnými předpisy Evropské unie nebo mezinárodními smlouvami, které jsou součástí právního řádu.

Policii tvoří Policejní prezidium České republiky, které řídí činnost policie (v čele policejního prezidia stojí policejní prezident), útvary policie s celostátní působností¹, 14 krajských ředitelství policie (jejich územní obvody jsou shodné s územními obvody vyšších územních samosprávných celků) a útvary zřízené v rámci krajských ředitelství². K jednotlivým složkám policie patří zejména pořádková policie, dopravní policie, cizinecká policie, služba kriminální policie a vyšetřování, pyrotechnická služba a další specializované služby (Vokuš, 2010).

Úkoly policie vykonávají jak příslušníci policie (dále jen „policisté“), kteří jsou ve služebním poměru k České republice, tak i zaměstnanci policie. Policisté nepodléhají zákoníku práce, ale jejich právní poměry a služební vztahy jsou upraveny zákonem o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů (zákon č. 361/2003 Sb.). Do služebního poměru může být přijat občan ČR, který dosáhl věku 18 let, je bezúhonný, splňuje stupeň vzdělání stanovený pro služební místo, na které má být ustanoven, je zdravotně, osobnostně a fyzicky způsobilý k výkonu služby (tyto způsobilosti jsou ověřovány komplexní zdravotní prohlídkou, psychologickým vyšetřením a prověrkou tělesné zdatnosti) a je plně svéprávný; nesmí být členem politické strany nebo politického hnutí, nesmí vykonávat živnostenskou nebo jinou výdělečnou činnost a nesmí být členem řídicích nebo kontrolních orgánů právnických osob, které vykonávají podnikatelskou činnost. V případě, že je osoba přijata

¹ Mezi útvary s celostátní působností patří Kriminalistický ústav Praha, Letecká služba, Národní protidrogová centrála Služby kriminální policie a vyšetřování (dále jen „SKPV“), Pyrotechnická služba, Ředitelství služby cizinecké policie, Úřad dokumentace a vyšetřování zločinů komunismu SKPV, Útvar policejního vzdělávání a služební přípravy, Národní centrála proti organizovanému zločinu SKPV, Útvar pro ochranu prezidenta ČR, Ochranná služba Policie ČR, Útvar rychlého nasazení, Útvar speciálních činností SKPV, Útvar zvláštních činností SKPV (www.policie.cz/clanek/utvary-s-pusobnosti-na-celem-uzemi-cr-312510.aspx).

² Krajská ředitelství zřizují územní odbory (podle jednotlivých okresů); výjimkou jsou krajská ředitelství v Brně, Ostravě a Plzni, která kromě územních odborů zřizují i městská ředitelství, a pražské krajské ředitelství, které namísto územních odborů zřizuje čtyři obvodní ředitelství. V rámci územních odborů a ředitelství jsou dále zřizována mj. jednotlivá obvodní a místní oddělení policie a útvary služby kriminální policie a vyšetřování.

do služebního poměru, je následně ustanovena na služební místo a jmenována do služební hodnosti. Služebním místem je vyjádřeno organizační a právní postavení policisty v bezpečnostním sboru, jež je vymezeno služební hodností, požadovaným stupněm a oborem vzdělání, náplní služební činnosti a rozsahem oprávnění a povinností. Kvalifikační požadavky pro příslušné služební místo jsou stanoveny v § 7 zákona o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů.

Při plnění úkolů policie je policista povinen dodržovat povinnosti, které vyplývají zejména ze zákona o Policii České republiky, ze zákona o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů, z Etického kodexu Policie ČR a z dalších právních předpisů.

Povolání policisty je v mnoha ohledech specifické a někdy bývá označováno jako posláni, nikoliv jako povolání. Jelikož jsou policisté představiteli represivní složky státu, nejsou v očích veřejnosti příliš oblíbení a často se (mnohdy i neprávem) stávají terčem tvrdé kritiky. Při plnění svých povinností se často setkávají s nedostatkem respektu ze strany občanů a mezi lidmi panuje i velké množství stereotypů a nesprávných představ vůči policistům i samotné náplni jejich práce. Na druhé straně jsou občany voláni k záležitostem nejrůznější povahy, u nichž se od nich očekává okamžité a správné vyhodnocení dané situace a zakročení, a to vše v mezích zákonů a dalších nařízení. Když se nějaký služební zákrok nezdaří, okamžitě se objeví celá řada „odborníků“ z řad veřejnosti, kteří ex post přesně vědí, jak měla policie postupovat, aby byl zásah úspěšnější. Mediálně atraktivní jsou případy selhání a dalších excesů policistů, přitom úspěšné zákroky zůstávají nepovšimnuty, případně jsou považovány za samozřejmost. Finanční ohodnocení není u policistů – ostatně jako u velké části státních zaměstnanců – nijak závratné a mnoho policistů považuje svůj plat za příliš nízký a neodpovídající požadavkům jejich služebního místa; z důvodu omezených rozpočtů rovněž nemá většina útvarů ani dostatečné finanční prostředky na odměny, a finanční motivace policistů proto není téměř žádná. Přitom možnosti přivýdělku mimo policii jsou pro policisty velice omezené – nesmějí vykonávat jinou výdělečnou činnost s výjimkou např. veřejně prospěšné činnosti, prodeje vlastních výpěstků, tlumočení, publikační či umělecké činnosti. Zatížení přemírou administrativy je problémem napříč převážnou většinou útvarů, velký nápad trestné činnosti a nedostatečné personální obsazení se týká jen některých útvarů; v otázce potřebného materiálního vybavení došlo v posledních letech k výraznému zlepšení.

1.1 Služba kriminální policie a vyšetřování, kvalifikační požadavky na příslušníky

Služba kriminální policie a vyšetřování (dále jen „SKPV“) se dělí na odbory (resp. oddělení, či skupiny) obecné kriminality, které se zabývají např. trestnými činy proti životu a zdraví, proti majetku nebo proti svobodě a lidské důstojnosti, a odbory (oddělení, skupiny) hospodářské kriminality, jež se zaměřují např. na trestné činy proti měně, proti hospodářské kázní nebo na daňové trestné činy. Úkolem SKPV je odhalování skutečností nasvědčujících tomu, že byl spáchán trestný čin³, a zjišťování pachatelů těchto trestných činů. Při plnění svých úkolů postupují policisté zařazení u SKPV v souladu s trestním řádem (zákon č. 141/1961 Sb.) a plní úkoly policejního orgánu⁴ v trestním řízení; při své činnosti se řídí i dalšími právními předpisy⁵. Povinností policistů SKPV je vyhledávat trestnou činnost, pokud zůstává skryta, a prověřovat veškerá podezření ze spáchání trestného činu, zjištěná jak na základě vlastních poznatků, tak i na základě trestních oznámení a dalších podnětů. Za tímto účelem vyhledávají a opatřují potřebné podklady, zajišťují stopy a shromažďují nezbytná vysvětlení od fyzických osob, právnických osob a státních orgánů, a vyžadují znalecké posudky (Vokuš, 2010).

V rámci územních odborů a obvodních ředitelství je na SKPV většina policistů ve služební hodnosti komisař, pro niž se dle zákona o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů vyžaduje minimálně vyšší odborné nebo vysokoškolské vzdělání v bakalářském studijním programu; mohou zde však být i policisté zařazení ve služební hodnosti vrchní inspektor, jež vyžaduje střední vzdělání s maturitní zkouškou nebo vyšší odborné vzdělání. V rámci krajských ředitelství je většina policistů SKPV ve služební hodnosti vrchní komisař – pro tuto služební hodnost je požadováno minimálně vysokoškolské vzdělání v bakalářském studijním programu⁶. Pro jednotlivé hodnosti je zákonem o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů dále stanovena minimální doba trvání služebního poměru, jejíž splnění je nutné pro ustanovení policisty na danou služební hodnost. Pro služební hodnost vrchní inspektor je požadováno 5 let, pro hodnost

³ Všechny trestné činy jsou vyjmenovány v zákoně č. 40/2009 Sb., trestní zákoník.

⁴ Policejní orgány jsou společně se státními zástupci a soudy tzv. orgány činnými v trestním řízení.

⁵ Např. Ústavou ČR, Listinou základních práv a svobod, zákonem č. 218/2003 Sb., o soudnictví ve věcech mládeže, zákonem č. 418/2011 Sb., o trestní odpovědnosti právnických osob a řízení proti nim.

⁶ Výjimku stanoví závazný pokyn policejního prezidenta č. 100/2012, kterým se provádí některá ustanovení zákona č. 361/2003 Sb., o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů – podle něj je pro služební hodnost vrchní komisař požadováno vzdělání v magisterském studijním programu pro vrchní komisaře v Kriminalistickém ústavu Praha, pro vrchní komisaře nebo komisaře vykonávající činnost psychologa, a pro vrchní komisaře v odborech kriminalistické techniky a expertiz krajských ředitelství policie.

komisař 6 let a pro hodnost vrchní komisař 7 let. Z požadované doby trvání služebního poměru však existuje výjimka, a to pro příslušníky, kteří získali vysokoškolské vzdělání – tito policisté nemusí (nejvýše do hodnosti vrchní komisař) splňovat zákonem stanovenou dobu trvání služebního poměru. Obor ani zaměření vzdělání nejsou zákonem o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů pro žádnou služební hodnost stanoveny.

Zákon o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů v příloze č. 1 přímo vymezuje charakteristiky vztahující se k jednotlivým služebním hodnostem. V případě služební hodnosti komisař se jedná o *systemové činnosti, kde je předmětem služební agenda bezpečnostních sborů nebo obor služby organizačních složek bezpečnostních sborů s celostátní působností, a dále systemové specializované činnosti v oborech služby organizačních složek s územní působností s rozsáhlým vnitřním členěním a s četnými vazbami na další služební obory a zasahující do mnoha věcných a právních oblastí. S výkonem služebních úkolů je spojena značná psychická námaha vyplývající z velké složitosti kognitivních procesů a vyššího stupně abstraktního myšlení, představivosti, generalizace a z nutnosti rozhodování podle různých kritérií (dále jen „značná psychická námaha“)*. V případě služební hodnosti vrchní komisař se jedná o *činnosti s nespecifikovanými vstupy, způsoby řešení a velmi rámcově vymezenými výstupy s velmi širokými vazbami na další procesy v oborech služby bezpečnostních sborů s celostátní působností nebo v oborech služby s územně vymezenou působností s rozsáhlým vnitřním členěním na specializované obory služby a s četnými vazbami na další obory služby a zasahující do mnoha věcných a právních oblastí nebo se zvlášť obtížnými podmínkami pro plnění úkolů celospolečenského významu včetně koordinace a sjednocování postupu organizačních složek bezpečnostních sborů s územně vymezenou působností při výkonu daného oboru služby, a dále o systemové činnosti ve specializovaných oborech služby nebo ve služebních agendách bezpečnostních sborů zasahujících do různých věcných a právních oblastí nebo jinak věcně a organizačně složitých služebních agendách se zásadními vazbami na další obory služby. S výkonem služby je spojena značná psychická námaha*.

Povolání komisař služby kriminální policie a vyšetřování je vymezeno i Národní soustavou povolání, kde je zařazeno v odborném směru „Ozbrojené síly a bezpečnostní sbory“. Mezi pracovní činnosti komisaře jsou zahrnuty odhalování, dokumentace a vyšetřování náročné trestné činnosti spadající do příslušnosti krajského soudu a skutkově a právně složité trestné činnosti spadající do příslušnosti okresních soudů za využití kriminalistických a technických metod, postupů a prostředků, dále analýza přidělených trestních spisů, stanovení verze prověřování a vyšetřování, vyhledávání, provádění a

zajišťování důkazů a kontrolní a metodická činnost ve vztahu k odhalování, dokumentování a vyšetřování trestných činů. Jako nejvhodnější příprava k tomuto povolání je v Národní soustavě povolání uvedeno vzdělání v oboru bezpečnostně právní činnost a jako nejdůležitější měkké kompetence jsou zmíněny samostatnost, řešení problémů a zvládání zátěže.

Plnění služebních povinností v rámci SKPV je provázeno některými obtížemi odlišnými od obtíží jiných policejních složek. Většina policistů musí sice splňovat minimálně vyšší odborné (komisaři) nebo vysokoškolské bakalářské (vrchní komisaři) studium, není však požadováno právní zaměření studia, tudíž policisté SKPV jsou jediní z orgánů činných v trestním řízení, kteří nemusejí být právně vzdělaní, přitom však v rámci trestního řízení vydávají rozhodnutí, která mají zásadní dopad na občany a jejich práva a povinnosti (ať už poškozené, podezřelé nebo další účastníky trestního řízení). Dozor nad zachováním zákonnosti v trestním řízení je sice úkolem státního zástupce, přesto trestní řízení fakticky vede policejní orgán, na němž leží odpovědnost za převážnou část zásadních úkonů. V rámci útvarů hospodářské kriminality je kromě toho třeba, aby se policisté orientovali v širokém spektru problematiky dotýkající se nejen oblasti práva, ale i ekonomiky a dalších oblastí (můžeme zmínit např. daňový systém, fungování obchodních společností, obchodování s cennými papíry atd.), což může přinášet celou řadu potíží a problematických situací.

2 Stres – uvedení do problematiky

Termín stres⁷ patří v dnešní době k velice frekventovaným pojmům, jelikož současná moderní společnost klade na člověka velmi vysoké nároky ve všech oblastech jeho života a dostává ho tak pod neustálý tlak.

Pojmem stres bývají obvykle označovány situace, které v člověku zanechávají nepříjemné napětí, únavu, rozladěnost a podrážděnost, vedou ke snížení duševní i tělesné výkonnosti, a k vyrovnání se s nimi je třeba mobilizace všech sil (Machačová, 1997). Stres tak bývá vymezován jako skutečné nebo nevyjádřené ohrožení homeostázy⁸, a většinou je chápán v negativním smyslu. Joshi (2007) označuje jako stres události, které ohrožují jedince a podněcují fyziologické a behaviorální reakce, jež jsou součástí alostázy⁹. Selye definuje stres jako „stav projevující se specifickým syndromem, který zahrnuje všechny nespécificky vyvolané změny uvnitř biologického systému“ (Selye, 2016, 70). Stres má podle něj svou charakteristickou formu a strukturu, nemá však konkrétní příčinu. Křivohlavý (2001) uvádí, že pro definici stresové situace je podstatný poměr mezi mírou stresogenní situace a schopnostmi tuto situaci zvládnout. Stres vzniká tehdy, když je míra intenzity stresogenní situace vyšší než schopnosti, resp. možnosti jedince tuto situaci zvládnout (jedná se tedy o nadlimitní zátěž, která vede k vnitřnímu napětí a ke kritickému narušení rovnováhy organismu). Fontana (2016) vymezuje stres jako nárok (požadavek) kladený na adaptivní schopnosti těla a mysli; pokud jedinec dokáže svými adaptivními schopnostmi vnější nároky zvládnout, je stres užitečný, jestliže toho však schopen není a nároky jsou pro něj vysilující, je stres nevíтанý. Vobořilová (2015) rozumí pod pojmem stres takový stav, kdy je ohrožena integrita organismu, a ten proto musí zapojit všechny svoje schopnosti, aby sám sebe ochránil. Catano et al. (2010) chápou stres jako proces, při kterém mohou faktory vyskytující se v prostředí zvyšovat pravděpodobnost, že se člověk bude cítit ve stresu, a vnitřní stav charakterizovaný vzrušením (arousal) a nespokojeností.

V souvislosti se stresem a stresovými situacemi je třeba rozlišovat mezi distresem a eustresem. Večeřová – Procházková a Honzák (2008) popisují distres jako chronický traumatický stres, který je potenciálně destruktivní a poškozujícím psychické a tělesné zdraví (v krajních případech může ohrozit samotný život), naproti tomu eustres vymezují jako

⁷ Slovo „stres“ pochází původně z oblasti techniky – v mechanice byl tento pojem používán tam, kde byl materiál vystaven zátěži (Křivohlavý, 2001).

⁸ Homeostáza označuje stabilitu (rovnováhu) životaschopné fyziologické soustavy (Joshi, 2007).

⁹ Alostáza znamená dosažení stability prostřednictvím změny, jedná se o proces podporující homeostázu (Joshi, 2007).

optimální hladinu stresu, jež působí jako tvůrčí a motivační síla, která zvyšuje výkonnost a vede lidi k dosahování neuvěřitelných cílů. Křivohlavý (2001) vymezuje tyto dva pojmy poněkud odlišně – distres chápe jako negativně prožívaný stres, eustres jako událost, která je sice zátěžová, avšak nejde o negativní emocionální zážitek. Macháčová (1997) uvádí, že distres má mnohem větší setrvačnost a výraznější, déletrvající vliv na aktivační systémy než eustres; distres může snižovat výkonnost a ohrožovat zdraví, eustres působí spíše jako podnět pro růst a pozitivní rozvoj, a je pro život nezbytný.

V rámci problematiky stresu se dále užívá pojmu stresory, které lze vymezit jako působící faktory a události, jež člověka vystavují tlaku a vyvolávají stres. Stresová reakce je pak odpovědí organismu na působení stresorů. Stresory jsou tedy spouštěče stresové reakce a mohou mít povahu fyzickou (např. bolest, tělesné omezení, hlad), psychickou (úzkosti, obavy, deprese v souvislosti např. s pracovní zátěží, zkouškou ve škole atd.) nebo sociální (situace vycházející z oblasti vztahové – např. svatba, rozvod, úmrtí partnera). Opakem stresorů jsou salutory, což jsou pozitivní životní faktory, které člověka v těžké situaci posilují a dodávají mu sílu (Venglářová et al., 2011).

Stresová reakce se u živočichů vytvořila v průběhu evoluce a jejím úkolem je pomocí aktivace organismu zvládnout fyzické události, které ohrožují život, ať už se jedná o akutní ohrožení (útok predátora) nebo o déletrvající situace (nedostatek vody, hlad, napadení parazity). Spuštění stresové reakce je v těchto případech nezbytné pro přežití a proto i reakce organismu na tento druh stresu je velmi dobrá. Negativní vliv na organismus má podle Joshiho (2007) psychologický a sociální stres, který spouští stejnou fyziologickou reakci, avšak udržuje ji spuštěnou po velmi dlouhou dobu, což má za následek poškození organismu. Podobně Večeřová – Procházková a Honzák (2008) uvádějí, že stresové mechanismy patří neoddělitelně k životu – v mírných dávkách jej stimulují a v ohrožení zachraňují; jejich nezaviněným nedostatkem je však to, že se spouštějí i v situacích, kdy je to nejen zbytečné, ale přímo škodlivé. Kryl (2004) spatřuje problém v tom, že adaptační mechanismy sloužící ke zvládnutí bezprostředního ohrožení a k boji o přežití, jejichž funkce se po tisíciletí neměnila, se nedokáží rychle přizpůsobit současné industriální epoše s rychlým rozvojem techniky a globalizace, v níž je člověk zahlcen informacemi a čelí mnoha psychosociálním tlakům.

Poruchy vyvolané stresem jsou Mezinárodní statistickou klasifikací nemocí a přidružených zdravotních problémů (MKN – 10) zahrnuty zejména do skupiny diagnóz s kódem F43 – Reakce na těžký stres a poruchy přizpůsobení, kde jsou uvedeny Akutní stresová reakce (F43.0), Posttraumatická stresová porucha (F43.1), Poruchy přizpůsobení

(F43.2) a Jiné reakce na těžký stres (F43.8). Stres je působícím faktorem rovněž v případě diagnóz ze skupiny F23 – Akutní a přechodné psychotické poruchy, kdy tyto poruchy mohou být dle MKN – 10 sdruženy se stresem, definovaným obvykle jako stresová událost, která předchází onemocnění o jeden až dva týdny.

2.1 Historie zkoumání stresu

Jako první se problematikou stresu začal systematicky zabývat americký fyziolog Walter B. Cannon, který při pokusech na zvířatech zjistil, že v situaci ohrožení dochází k mobilizaci celého organismu a k celkovému zvýšení činnosti sympatického nervového systému¹⁰ (Křivohlavý, 2001). V roce 1915 popsal reakci na ohrožení, kterou nazval „útok nebo útek“ (fight/flight). Cannon vycházel z teorie homeostázy (tedy cílené snahy organismu o uvedení vnitřního prostředí do fyziologické rovnováhy) a poplachovou reakci vysvětloval jako rychlý kompenzační mechanismus, který směřuje k jejímu obnovení (Večeřová – Procházková, Honzák, 2008).

Na Cannona navázal kanadský fyziolog maďarského původu Hans Selye, jenž je považován za zakladatele tzv. kortikoidního pojetí stresu (tedy studia zvýšené funkce nadledvinek ve stresových situacích). Selye zkoumal změny v činnosti fyziologických funkcí u zvířat uváděných do těžkých situací, přičemž se zaměřil zejména na činnost endokrinního systému. Zjistil, že bez ohledu na druh zátěže dochází vždy ke stejnému souboru fyziologických reakcí, a v roce 1950 nazval tento stabilní (nespecifický) vzor odpovědi organismu na ohrožení obecným adaptačním syndromem (Křivohlavý, 2001). Selye (2016) považoval obecný adaptační syndrom (anglicky General Adaptation Syndrom – GAS) za mechanismus, kterým nám vnitřní orgány – především endokrinní žlázy a nervový systém – pomáhají přizpůsobit se neustálým změnám, k nimž dochází v nás a kolem nás, a také směřovat k tomu, co považujeme za hodnotný cíl.

Biomedicínské pojetí Hanse Selyeho, založené na pokusech se zvířaty, bylo kritizováno pro opomíjení duševní stránky člověka – jelikož s bojem se stresory je u lidí neoddělitelně spjat jejich citový život, bylo Selyemu vytýkáno, že nezohledňuje emoce. Později bylo zjištěno, že při zvládnutí stresu hraje mimořádně důležitou roli kognitivní aktivita člověka, proto kritici upozorňovali na to, že výsledky Selyeho výzkumů nelze

¹⁰ Sympatický nervový systém, který je součástí autonomního nervového systému, se podílí na řízení činnosti vnitřních orgánů a cév; jeho centra jsou v oblasti hrudní a bederní míchy. Sympatický nervový systém např. zrychluje činnost srdce, zvyšuje krevní tlak, rozšiřuje průdušky, zpomaluje činnost trávicího ústrojí, rozšiřuje zornice (Velký lékařský slovník, 2000).

považovat za plně platné i pro lidi, a je třeba respektovat to, co je pro člověka podstatné (Křivohlavý, 2001). Jak uvádí Mareš (2012), Selyeho pojetí neumožňuje vysvětlit individuální rozdíly ve vnímání zátěžových situací, ani objasnit, proč je daný jedinec zvládá unikátním způsobem.

Studiu specificky lidských forem zvládání těžkostí se věnoval americký psycholog Richard Lazarus, jenž kladl důraz na poznávací a myšlenkovou charakteristiku. Zaměřil se na to, co se odehrává v psychice člověka nacházejícího se v těžké životní situaci a na základě výsledků svých pozorování následně v 60. letech minulého století zformuloval model dvojího zhodnocování situace ohrožení. Prvotní zhodnocení zahrnuje zvážení situace z hlediska ohrožení (nejen momentálního stavu ohrožení, ale i toho, co by se mohlo v důsledku dané situace stát) a roli hrají jak objektivní, tak i subjektivní faktory. Druhotné zhodnocení se týká možností daného jedince konkrétní situaci zvládnout – v této fázi jsou zvažovány ofenzivní i defenzivní možnosti, přičemž se opět berou v potaz jak objektivní skutečnosti, tak subjektivní vidění světa. Nezanedbatelným faktorem při hodnocení rizikovosti situace a jejího zvládnutí je dále zranitelnost člověka – zranitelnější je jedinec, který s určitou situací nemá zkušenost, oproti člověku, který stejnou nebo podobnou situací již prošel, zranitelnější je starý člověk nebo dítě oproti člověku na vrcholu svých sil (Křivohlavý, 2001). Lazarusův psychologický model stresu bývá označován jako kognitivně motivační – vztahová teorie emocí a jak shrnuje Kryl (2004), příčinou stresové reakce je tedy kromě vnějšího stresoru i jeho význam pro daného jedince.

V 60. letech minulého století se objevila rovněž teorie životních událostí, kterou vytvořili američtí psychologové T. H. Holmes a R. H. Rahe. Tito autoři vycházeli z významu zásadních změn v životě člověka a na základě stovek klinických studií přidělili zásadním událostem, odehrávajícím se v životě lidí, určitý počet bodů podle jejich závažnosti – jejich seznam rámcově pokrývá život běžného člověka (např. úmrtí životního partnera je ohodnoceno 100 body, rozvod 73 body, sňatek 50 body, Vánoce 12 body, drobný přestupek a jeho řešení 11 body). V případě, že během posledního roku prožije jedinec takové události, jejichž součtem „získá“ 150 – 300 bodů, znamená to pro něj významnou stresovou zátěž, která může ohrozit jeho celkový zdravotní stav; hodnota vyšší než 300 bodů znamená téměř jisté nepříznivé zdravotní důsledky (Večeřová – Procházková, Honzák, 2008).

2.2 Fáze stresové reakce

Hans Selye rozdělil plně rozvinutý obecný adaptační syndrom do tří fází – poplachové reakce, stadia rezistence a stadia vyčerpání. V rámci poplachové fáze se zapojuje především sympatický nervový systém a mobilizují se všechny obranné možnosti organismu – do krve se dostává větší množství adrenalinu, zvyšuje se srdeční tep a krevní tlak, zrychluje se dýchání, potní žlázy zvyšují svou aktivitu, krev se shromažďuje ve svalech končetin, a organismus je tak připraven k reakci „útok nebo útek“. Ve fázi rezistence dochází k vlastnímu boji organismu se stresorem; v této fázi záleží na síle stresoru a bojeschopnosti organismu – pokud jsou vyrovnané, může boj trvat delší dobu, přičemž při dlouhodobém trvání dochází ke zhoršení stavu organismu (tento stav byl označován jako nemoci adaptace a Selye mezi ně řadil např. žaludeční vředy, kardiovaskulární onemocnění, bronchiální astma; zároveň vyslovil domněnku, že tento stav má negativní vliv na činnost imunitního systému). Ve fázi vyčerpání se aktivuje parasympatický nervový systém¹¹; organismus boji se stresorem podléhá a hroutí se. Za určitých okolností může vést tento stav až ke smrti (Křivohlavý, 2001).

2.3 Projevy a důsledky stresu

Orel et al. (2014) uvádějí, že přestože je stres primárně ukotven v těle, je komplexní reakcí a jeho projevy lze pozorovat v oblasti tělesné, psychické i sociální – ovlivňuje prožívání i chování člověka. Jiní autoři (např. Macháčová, 1997; Křivohlavý, 2001; Vobořilová, 2015) používají odlišnou terminologii a v souvislosti s projevy stresu hovoří o oblasti fyziologické, emoční a behaviorální.

Tělesné (fyziologické) příznaky bývají podle Vobořilové (2015) pro mnoho lidí prvním signálem prožívaného stresu. Patří mezi ně zejména bušení srdce, pocení dlaní, bolest a svírání za hrudní kostí, dušnost, sucho v ústech, napětí v šíji, napětí ve svalech, bolesti břicha, nechutenství, plynatost, průjem, časté nucení k močení, ztráta sexuální apetence, změny menstruačního cyklu, vyrážka v obličeji. Krevní tlak nejprve stoupá periodicky (podle aktuální míry stresu), ale pod vlivem dlouhodobého stresu se postupem času ustálí na vyšší hladině standardně, což může vést až ke vzniku ischemické choroby

¹¹ Parasympatický nervový systém je – stejně jako sympatický nervový systém – součástí autonomního nervového systému a slouží k řízení útroby, cév a některých dalších orgánů. Parasympatikus zvyšuje činnost trávicího ústrojí, vyvolává slinění, vylučování trávicích šťáv, zvyšuje pohyblivost trávicí trubice, zpomaluje srdeční činnost, zužuje průdušky; nervová vlákna vycházejí jednak z mozku a jednak z křížové míchy (Velký lékařský slovník, 2000).

srdeční (jejím nejobávanějším projevem je infarkt myokardu). V důsledku zvýšeného napětí svalů jsou nadměrně zatěžovány klouby, a to především v oblasti krční a bederní páteře. Působením hormonů, vylučovaných během stresové reakce, na žaludeční stěnu, se objevuje nejen bolest břicha, ale postupně může dojít i ke vzniku žaludečních vředů. Večeřová – Procházková a Honzák (2008) popisují neurochemické a neurofyziologické procesy, k nimž v organismu během stresové reakce dochází. Orientační reakci a vyhodnocení stupně nebezpečí nastalé situace má za úkol behaviorální inhibiční centrum, které se nachází v mozgovém kmeni – tyto funkční struktury reagují na neznámé podněty, signály bolesti, signály nebezpečí, ale také na signály frustrace a další podněty z vnitřního prostředí (tzn., že reagují na stresory). Nabuzení reguluje noradrenalin, který aktivuje sympatický nervový systém a v dřeni nadledvin vyvolává produkci adrenalinu a noradrenalinu, které jsou vyplavovány do krve, což následně způsobuje vzestup krevního tlaku, tepové frekvence, zrychlení dechu, pocení, omezení ztráty tepla z organismu do prostředí, rozšíření zornic. Stresující situací je podrážděn i hypotalamus, což v důsledku vede (stimulací hypofýzy) k produkci kortizolu a glukokortikoidů z kůry nadledvin. Tím se stává dostupná glukóza a dochází k další aktivaci krevního oběhu a ke komplexní behaviorální odpovědi na stresovou situaci. Glukokortikoidy jsou však pro organismus výhodné pouze v případě krátkodobého působení, při jejich dlouhodobém zvýšení organismus poškozuje (způsobují úbytek svalové tkáně, vzestup tlaku, narušují regulaci metabolismu glukózy). Kortizol tlumí zánětlivé procesy a oslabuje tak imunitní systém (jedinec je proto náchylnější k infekcím a nádorovému bujení). Imunita je potlačována rovněž aktivací hypofýzy, resp. hormony, které hypofýza produkuje (jedná se o TSH, prolaktin a beta endorfiny). Jedním z nejhorších důsledků chronického stresu je však podle Večeřové – Procházkové a Honzáka úbytek neuronů, které pod jeho vlivem odumírají mnohem rychleji.

V psychické (emoční) rovině se u stresovaného jedince mohou objevovat prudké a výrazné změny nálady, zvýšená podrážděnost a úzkostnost, obtížná koncentrace pozornosti, nadměrné trápení se nedůležitými a nepotřebnými záležitostmi, nadměrné pocity únavy, nepřiměřené starosti o vlastní zdravotní stav a fyzický vzhled, neschopnost projevit emocionální náklonnost a sympatie v mezilidských vztazích, nadměrné snění, omezování kontaktu s druhými lidmi; dlouhodobé působení stresu může vést až ke vzniku deprese.

Příznaky stresu v sociální (behaviorální) oblasti se projevují nerozhodností v situacích s více možnostmi volby, změnou denního rytmu (objevují se poruchy spánku – dlouhé bdění do pozdní noci, probouzení v průběhu noci, pozdní vstávání spojené s pocity únavy), častými nářky a bédováním, změnami ve vztahu k potravě (ztráta chuti nebo naopak

zvýšený apetit), zvýšenou snahou vyhnout se práci, úkolům a zodpovědnosti, ztrátou chuti do práce, zvýšeným příjmem alkoholu a obecně větší závislostí na drogách všeho druhu, sníženým množstvím odvedené práce a zhoršenou kvalitou práce (Křivohlavý, 2010).

Podle Kellera et al. (2011) může mít vliv na zdraví jedince i jeho uvědomění si, že stres zdraví negativně ovlivňuje (přestože tato percepce ovlivňuje zdraví jiným způsobem než množství nebo závažnost stresu) – zmíněný poznatek byl ověřen i studií, v níž bylo zjištěno, že u probandů, kteří si uvědomovali vliv stresu na jejich zdraví a zároveň vykazovali velkou míru stresu, bylo zjištěno zvýšené riziko předčasného úmrtí.

2.4 Stres v práci

Podle Evropské agentury pro bezpečnost a ochranu zdraví při práci¹² považuje přibližně polovina evropských zaměstnanců stres na svém pracovišti za běžný a stres je také příčinou asi poloviny zameškaných pracovních dní.

Křivohlavý (2001) uvádí, že pracovní zátěži byla věnována pozornost mnoha psychologických studií. Nejprve se odborníci domnívali, že přímý vliv na výši stresu má nutnost rozhodování, později se však ukázalo, že k distresu vede spíše nedostatek možností řídit běh dění než vlastní rozhodování. Stejně tak existovala zpočátku domněnka, že výše stresu je přímo úměrná postavení v zaměstnání (čím vyšší postavení, tím vyšší stres), přičemž následně se ukázalo, že pracovním stresem trpí nejvíce pracovníci střední společenské vrstvy, na něž jsou kladeny vysoké konkrétní požadavky, ale kteří přitom disponují pouze malou možností řídit všechny potřebné záležitosti. Na základě těchto zjištění proto došlo k upřesnění teze o stresovém faktoru v pracovním prostředí – ke stresu v práci vede vysoká míra požadavků kladených na člověka v kombinaci s malými kompetencemi.

Mezi další faktory ovlivňující stres na pracovišti řadí Křivohlavý (2001) vztahy mezi lidmi (ovlivňují stres v kladném i záporném smyslu), přetížení množstvím práce (množství práce je vyšší, než může daný člověk zvládnout v čase, který na to má k dispozici), časový stres (stav, kdy času k vykonání určité práce je příliš málo), neúměrně velkou odpovědnost (patří sem zejména odpovědnost za svěřené lidské životy), nevyjasnění pravomocí (nejasně stanovený pracovní úkol, nepřesné limity a hranice, co má a může daný pracovník dělat,

¹² Evropská agentura pro bezpečnost a ochranu zdraví při práci (EU-OSHA) je informační agenturou Evropské unie pro bezpečnost a ochranu zdraví při práci. Usiluje o to, aby pracoviště v Evropě byla bezpečnější, zdravější a produktivnější; v každém členském státě má národní kontaktní místo (<https://osha.europa.eu>).

nejasná zpětná vazba), vysilující snahu o kariéru (nenaplněná očekávání v souvislosti s možností prokázat vlastní schopnosti a dovednosti, s odměňováním úměrným jejich výkonu a se zvyšováním platu, s kariérním postupem atd.), kontakt s lidmi (pro některé jedince může být stresogenní práce v kolektivu, pro jiné naopak individuální práce), pracovní podmínky (např. hluk) a nezaměstnanost.

Podle Wirtze et al. (2013) jsou významným zdrojem stresu v práci stresory vyplývající z pracovních rolí¹³, které jsou na pracovištích zakoušeny velmi často, a velká část pracovníků je zažívá každodenně. Přetížení v rámci pracovní role je obzvláště významné, jelikož mnoho modelů, zabývajících se stresem v práci, se vztahuje k požadavkům, pracovní zátěži, snaze a podobným konceptům.

Fontana (2016) rozlišuje obecné příčiny stresu v práci, konkrétní příčiny stresu v práci a příčiny stresu související s pracovními úkoly. Pod obecné příčiny stresu spadají záležitosti mimo rámec bezprostřední práce a s ní související odpovědnosti, a řadí se mezi ně: organizační problémy (obtížné rozhodování v klíčových otázkách, nejasná odpovědnost za rozhodnutí, neefektivní a zdoluhavé organizační procedury, nedostatek finančních prostředků, chybějící vybavení, nedostatek personálu – zaměstnanci jsou tak nuceni vykonávat práce nad rámec své kvalifikace a svých kompetencí), dlouhá pracovní doba (může dojít k narušení vnitřního cirkadiánního rytmu, nepředvídatelná pracovní doba může ohrožovat pocit bezpečí a ochranu před požadavky zaměstnání, zároveň může být překážkou rozvíjení osobních vztahů a volnočasových aktivit), nízká prestiž, malý plat a mizivá šance na povýšení (prestiž povolání má vliv na vnímání vlastní důležitosti pro ostatní a na pocit skutečné vlastní hodnoty, dobrý plat a dobré pracovní podmínky fungují mj. jako důkaz, že si člověka okolí váží, povýšení přispívá k pocitu docenění v práci), zbytečné rituály a procedury (nadměrná administrativa ubírající čas na samotnou práci, velké množství schůzí), nejistota (zejména nejistota týkající se udržení si práce, dále může mít podobu např. neustálých změn strategie, možnosti přeložení na méně atraktivní pozici, na jiné oddělení).

Do konkrétních příčin stresu v práci zahrnuje Fontana lokalizované stresory, které nejsou ani tak rysem určitého povolání jako takového, ale spíše odrážejí způsob, jakým je daný jedinec zvládá. Mezi konkrétní příčiny patří: nejasně definované role (pracovník neví, co se od něj očekává, kde končí jeho zodpovědnost a začíná zodpovědnost dalšího člověka, má ztíženou možnost přidělit jednotlivým úkolům příslušnou prioritu a věnovat jim potřebný čas), konflikt rolí (stres se rozvine v případě, že dva určité aspekty zaměstnání jsou vzájemně

¹³ Pod pojmem pracovní role se rozumí chování, které se od lidí očekává, aby splňovali požadavky vykonávané práce (Armstrong, Taylor, 2015).

nekompatibilní – např. u sociálního pracovníka se může dostat do konfliktu jeho loajalita vůči klientovi s jeho právní zodpovědností), nerealistická očekávání od sebe sama (často souvisejí s nejasným definováním rolí a s konfliktem rolí; jelikož jedinec nedokáže přijmout omezení a limity, v nichž musí fungovat, není nikdy spokojen se svým výkonem; spadá sem i neochota delegovat úkoly na druhé), neschopnost ovlivnit rozhodovací proces (nedostatek pravomocí), časté střety s nadřízenými (nadřízený může ovlivňovat život člověka v materiální rovině, může manipulovat jeho povinnostmi a pracovními podmínkami, povýšit ho nebo povýšení zabránit; stresorem může být i neustálé zapomínání nadřízeného vyjádřit uznání za něco, co si uznání zaslouží), přepracování a časová tíseň (mají negativní vliv na podání nejlepšího výkonu), malá pestrost práce, špatná komunikace (lidé tak přijímají rozhodnutí, aniž by měli k dispozici přesná fakta), nedostatečné vedení (např. styl vedení, který nevyhovuje lidem níže v hierarchii), konflikty s kolegy (příčinou může být slabé vedení, osobní konflikty, nejasné definice rolí, přesčasy, boj o status nebo výsady), neschopnost dokončit práci (z důvodu časové tísně, špatné organizace na vyšších úrovních, špatné komunikace – pokud je člověk převelen na jiný úkol těsně předtím, než stihne dokončit původní úkol, nemůže zažít pocit uspokojení z dobře vykonané práce) a malicherné souboje a spory.

Příčiny stresu související s pracovními úkoly jsou podle Fontany stresory, které mají původ v každodenních úkolech a zadáních, jež konkrétní práce obnáší; jedná se o stresory, které se objevují v souvislosti s vykonáváním práce a spadají sem: nároční klienti či podřízení, nedostatečné proškolení (a s tím související pocit nedostatečných profesních dovedností), citová zaangažovanost (s klienty či podřízenými), pracovní úkoly a zodpovědnost, a neschopnost pomoci či efektivně zasáhnout.

2.5 Možnosti diagnostikování stresu

Možností, jak zjišťovat u konkrétního jedince stres, je celá řada. Křivohlavý (2001) rozděluje metody diagnostikování a měření stresu do čtyř skupin: lze využít poznatky o fyziologických a biochemických příznacích stresu, použít dotazníky zaměřené na zjišťování psychologických charakteristik příznaků stresu, dále dotazníky zaměřené na těžké životní události, a konečně i dotazníky zaměřené na každodenní starosti.

K fyziologickým metodám patří zejména zjištění množství katecholaminů (adrenalinu a noradrenalinu) v moči při biochemickém vyšetření, zvýšená sekrece ACTH¹⁴ a kortikosteroidů (u těchto metod je nutné použití laboratorní techniky). Prokopová a Ježová (2013) zmiňují dále měření alostatického indexu, který může sloužit k hodnocení stresem navozeného rozvoje patologických změn organismu, a zahrnuje hodnoty kortizolu, adrenalinu a noradrenalinu v moči, systolický a diastolický tlak krve, poměr pasu a boků, poměr celkového cholesterolu k HDL cholesterolu¹⁵, HDL cholesterol a plasmatický hemoglobin.

Psychologické metody diagnostikování stresu zahrnují pozorování (člověk ve stresu se chová jinak, má omezenou schopnost řešit úkoly) a využití dotazníků, které obsahují soubor emocionálních, kognitivních a behaviorálních příznaků distresu, jež se objevují spíše u člověka, který je v distresu, než u toho, kdo v distresu není (jedná se např. o dotazník Světové zdravotnické organizace).

Dotazník ke zjišťování těžkých životních událostí autorů Holmese a Raheho je založen na stupnici těžkých životních situací (viz kapitola 2.1 Historie zkoumání stresu). Tento dotazník, vycházející z přístupu Hanse Selyeho, jež považoval životní změny za zdroj stresu, bývá však kritizován pro svou obecnost (každý člověk vnímá určitou situaci jinak, a např. rozvod může být pro jednoho traumatickou událostí, kdežto pro druhého relativně šťastnou událostí).

Dotazník zaměřený na každodenní starosti vytvořil Richard Lazarus, jež klad velký důraz na subjektivní hodnocení jak těžkosti prožívané situace, tak vlastních schopností danou situaci řešit. Dotazník nazvaný HS (Hassles Scale) má 117 položek a dotazuje se na věci, které uvádějí lidi do napětí, dráždí je a frustrují. Další metodou je dotazník SRLE (Survey of Recent Life Experiences) – Přehled nedávných životních zkušeností autorů Kohna a MacDonalda, který má 51 položek týkajících se událostí v životě, u nichž se zaměřuje na to, zda jsou náhodnou nebo velmi častou záležitostí. Podobným dotazníkem je ICSRLE (The Inventory of College Students' Recent Life Experiences) – Přehled událostí v životě studentů (Křivohlavý, 2001).

¹⁴ ACTH je adrenokortikotropní hormon produkovaný předním lalokem hypofýzy, jež řídí činnost kůry nadledvin (Velký lékařský slovník, 2000).

¹⁵ HDL cholesterol („dobrý“ cholesterol) vyrovnává škodlivý efekt ostatních tuků, zpomaluje rozvoj aterosklerózy a snižuje výskyt srdečně-cévních příhod (Vobořilová, 2015).

2.6 Zvládání stresu

Kryl (2004) uvádí, že strategie zvládání stresu jsou individuálního rázu a vycházejí z individuálních předpokladů pro citlivost, resp. odolnost vůči stresu, jež jsou částečně vrozené a částečně naučené. Doplnuje, že zvládání stresu je ovlivněno i dalšími faktory, zejména osobní motivací, kolektivní motivací, sociální oporou daného jedince, jeho zdravotním stavem a životním nastavením (optimismus vs. pesimismus, racionalita vs. iracionalita).

Strategie zvládání zátěží či vyrovnávání se s nimi a související obranné techniky a mechanismy lze označit slovem coping. Prokopová a Ježová (2013) definují zvládání stresu (stress coping) jako behaviorální a fyziologické změny organismu vedoucí ke zvládání a redukci stresogenních požadavků z prostředí. Večeřová – Procházková a Honzák (2008) zmiňují kognitivně behaviorální přístup, který vychází z přesvědčení, že problémem není něco samostatně existujícího, ale spíše to, jak se jedinec k danému problému postaví (jinak reaguje organismus tehdy, vnímá-li novou situaci jako ohrožení, jinak reaguje tehdy, pokud ji vnímá jako výzvu – toto rozhodnutí však může proběhnout i na nevědomé úrovni). Strategie řešení stresu tedy mají biologickou, fyziologickou, psychologickou a také naučenou komponentu, která může být jak účelná, tak i neúčelná. Podle Prokopové a Ježové (2013) dokáže pozitivní zvládání stresových situací minimalizovat nebo úplně odvrátit škodlivé vlivy, negativní zvládání může naopak přispět k rozvoji deprese, úzkostných poruch a dalších onemocnění.

Křivohlavý (2010) rozlišuje strategie (postupy) zvládání stresu zaměřené na řešení problému a strategie zaměřené na zvládnutí emocionální situace, v níž se člověk ve stresu ocitá. Z konkrétních strategických postupů zmiňuje konfrontační způsob zvládání stresu, hledání sociální opory, plánované hledání řešení problému, sebeovládání, distancování se od toho, co se děje, hledání pozitivních stránek zátěžové situace, přijetí osobní odpovědnosti za to, co se děje a snahu vyhnout se stresové situaci a utéci z ní.

Joshi (2007) zahrnuje mezi techniky zvládání stresu fyzické cvičení (snižuje hladinu noradrenalinu uvolněného při stresové reakci, zvyšuje obranyschopnost organismu proti infekcím, snižuje negativní účinky stresu), masáž (zmírňuje bolest, pomáhá relaxovat a lépe se soustředit na následné aktivity; bylo rovněž zjištěno, že snižuje hladiny glukokortikoidů a adrenalinu), odpočívání dýcháním (správné dýchání aktivuje relaxační reakci, může napomoci regulovat krevní tlak), psychologické techniky (např. nalezení způsobu uvolnění životní frustrace, popření, hledání možností, jak ovlivnit budoucí události, které ovlivnit lze,

nalezení sociální opory, omezení každodenního náporu myšlenek, které nikam nevedou, meditace) a uvolnění stresu pomocí smyslů (např. poslechem hudby; zahrnuje sem i smysl pro humor). Jak uvádí, zvládnutí stresu vyžaduje vytrvalost, pozitivní přístup a chuť změnit věci k lepšímu.

Podle Vobořilové (2015) je v boji proti stresu nejdůležitější snížení příliš vysokých ideálů, nepropadnutí syndromu pomocníka (vyhýbání se nadměrné identifikaci s potřebami ostatních lidí), umění říkat NE, stanovení priorit, dobrý plán práce a plnění povinností, přestávky při práci, otevřené vyjadřování pocitů, hledání emocionální podpory, hledání věcné podpory, vyvarování se negativního myšlení, zachování rozvahy v kritických situacích, následná konstruktivní analýza kritických situací, doplňování energie, využívání nabídek pomoci a zdravý životní styl.

Ke zjištění strategií zvládnání stresových situací lze využít např. dotazník CISS (Coping Inventory for Stressful Situations), který zahrnuje 48 otázek, a odhaluje individuální způsob zvládnání zátěže, čímž napomáhá porozumět vztahu mezi osobností pacienta a jeho způsobem zvládnání zátěže. Tento dotazník analyzuje tři základní strategie zvládnání zátěže: snahu o řešení a změnu situace – zaměření na problém, snahu zmírnit stres – zaměření na emoce, a snahu o únik nebo vyhýbání – zaměřením na jiné úkoly, příp. formou odreagování se (Prokopová, Ježová, 2013). Na zjišťování strategií zvládnání stresu je zaměřen rovněž dotazník SVF 78 (Strategie zvládnání stresu), jenž obsahuje 13 škál a vychází z předpokladu, že strategie určité osoby při zpracování stresu jsou natolik vědomé, že se na ně můžeme dotazovat pomocí verbálních technik.

3 Syndrom vyhoření – uvedení do problematiky

Pojem syndrom vyhoření (burnout syndrome) poprvé použil v roce 1974 americký psychoanalytik německého původu Herbert J. Freudenberger, který jej popsal v odborném časopise *Journal of Social Issues*. Freudenberger popisoval u lidí, kteří pracovali v pomáhajících oborech, emocionální, fyzické a intelektuální vyčerpání, jehož příčinou byla neustálá mentální zátěž. Toto vyčerpání se projevovalo jako chronická únava, náchylnost k nemocem, nespokojenost a pocit selhání, bezmoc a beznaděj, ztráta motivace a sílící odpor k práci i k životu. Freudenberger zpočátku předpokládal, že vyhoření se týká pouze osob, které poskytují pomoc „v první linii“ (tzn. osob, jež se střetávají s obzvláště těžkými pacienty), později zjistil, že vyhoření se může týkat téměř jakékoliv profese – objevilo se např. i u pracovníka, jehož představy byly v silném rozporu s realitou. Freudenberger dále konstatoval, že syndrom vyhoření se projevuje u postiženého ve všech oblastech, tedy ve vztahu ke klientům, k zaměstnavateli, ale i v osobním životě, a způsobuje změny v postojích, citech a osobnosti dotyčného (Maroon, 2012).

Kebza a Šolcová (1998) vymezují syndrom vyhoření jako stav celkového, především však psychického vyčerpání, které se projevuje v oblasti kognice, motivace i emocí, a má vliv na postoje, názory, výkonnost a postupně na celé vzorce zejména profesionálního chování a jednání osob, u nichž byly vyvolány proměnné, jež ovlivňují vznik a rozvoj tohoto syndromu. Kromě psychiky postižených jedinců syndrom vyhoření podstatně ovlivňuje i kvalitu jejich života, a mnohé jeho příznaky a důsledky mají podobné (nebo téměř shodné) charakteristiky s některými duševními onemocněními a poruchami.

Syndrom vyhoření byl nejprve popisován u kategorií zaměstnanců, kteří pracují s jinými lidmi, případně jsou s nimi při své profesi alespoň v kontaktu a jejich profese je na hodnocení lidí závislá – např. u lékařů, zdravotních sester, učitelů, policistů, později bylo zjištěno, že vyhoření se objevuje rovněž v dalších zaměstnaneckých kategoriích – např. u advokátů, sociálních pracovníků, pojišťovacích agentů, i v kategoriích nezaměstnaneckých – např. u vrcholových sportovců, umělců, studentů (Kebza, Šolcová, 1998).

Syndrom vyhoření není Mezinárodní statistickou klasifikací nemocí a přidružených zdravotních problémů klasifikován jako samostatná diagnostická jednotka, ale je zahrnut mezi Faktory ovlivňující zdravotní stav a kontakt se zdravotnickými službami (Z00-Z99), konkrétně spadá mezi Problémy spojené s obtížemi při vedení života a je mu přidělen kód

Z73.0 s názvem *Vyhasnutí (vyhoření)*, jež je dále vymezené jako *Stav životního vyčerpání*.¹⁶ Podle Vosečkové a Hrstky (2010) by syndrom vyhoření mohl být v závislosti na konkrétním klinickém obrazu řazen rovněž do skupiny diagnóz F48 – Jiné neurotické poruchy, zejména do podskupin F48.0 – Neurastenie a F48.1 – Depersonalizační a derealizační syndrom, jelikož podle těchto autorů jde v podstatě o specifický únavový syndrom. Dále uvažují i o souvislosti se skupinou diagnóz F43 – Reakce na těžký stres a poruchy přizpůsobení (avšak pouze v případě stresu chronické povahy).

3.1 Faktory ovlivňující vznik syndromu vyhoření

V počátcích výzkumu syndromu vyhoření vznikla dvě hlavní východiska vysvětlující tento jev – východisko klinické psychologie, jehož představitelem byl Freudenberger, a východisko sociální psychologie, jež bylo zastoupeno především americkou psycholožkou Christinou Maslachovou (Maroon, 2012).

Přístup klinické psychologie kladl důraz na pozadí osobních rysů v životě jedinců a vyhoření považoval za vnitřní duševní reakci. Vymezil dva typy obzvláště náchylných lidí: první skupinu tvořili jedinci, kteří trpěli komplexem méněcennosti vůči svým přátelům a rodinným příslušníkům a z toho plynoucí citovou deprivací. Příslušníci této skupiny vyrůstali převážně v rodině s uzavřeným otcem, který nedával najevo své city, a s matkou, kterou hodnotili jako přísnou, chladnou a kariéristickou. V zaměstnání byli tito lidé hodnoceni jako citově založení, pasivní a málo ctižádostiví, zaměřeni na to, aby je měl někdo rád. Druhá skupina byla prezentována jedinci, kteří sami sebe označovali za družné, talentované a ctižádostivé, a kteří vyrůstali v rodině, v níž byl aktivní a motivující otec, který byl považovaný za vzor, nebo v rodině s ochrannou matkou otevřeně vyjadřující svou lásku, a vždy připravenou pomocí. Pro obě skupiny je charakteristický pocit osamění, který je vede k tendenci plně se identifikovat se svou prací a prostřednictvím práce se seberealizovat, a citlivost vůči zklamání (Freudenberger, 1974, in Maroon, 2012).

Sociální psychologie naproti tomu vysvětlovala syndrom vyhoření jako důsledek působení vnějších vlivů, zejména práce a pracovního prostředí, nikoliv jako jev vycházející ze zvláštního individuálního stavu. Syndrom vyhoření je způsoben neustálým kontaktem s osobami, které mají tělesné, citové i sociální problémy (často neřešitelné), a prožívají

¹⁶ Někteří odborníci upřednostňují užití termínu „burnout“ (vyhoření) pro případy vztahující se k pracovnímu přetížení, a termínu „životní vyčerpání“ pro případy spojené s rodinou a finančním stresem (Kakiashvili, Leszek, Rutkowski, 2013).

pocity zlosti, strachu, zoufalství, případně mají i nejrůznější tělesné potíže. Každodenní styk s těmito osobami vyžaduje intenzivní citovou spoluúčasť a klade na pomáhajícího velké nároky, což se pro něj postupem času stává velmi sklíčující a narušující jeho všední život. Maslachová označila tyto profese jako povolání spojená se silnou citovou zátěží (Maslachová, 1982, in Maroon, 2012).

Ani v současné době neexistuje jednotný názor na přesné příčiny vzniku syndromu vyhoření. Např. Prieß (2015) během své psychoterapeutické praxe zjistila, že k syndromu vyhoření nevedlo u jejích pacientů pracovní ani jiné přetížení, ale jeho důvodem byly negativní nebo chybějící pozitivní vztahy k okolí a neporozumění sobě samému – tito jedinci žili buď ve velmi konfliktních a napjatých vztazích, nebo byly jejich sociální kontakty velmi povrchní, případně nebyly už žádné; nikdo z nich neměl dobrý vztah sám k sobě.

Většina autorů však považuje vznik syndromu vyhoření za důsledek souhry rizikových faktorů a zahrnuje mezi ně faktory, které jsou součástí osobnosti člověka, faktory náležející do pracovní sféry, a dále faktory spadající do oblasti mimopracovního života (Pešek, Praško, 2016). Podle Kakiashvili, Leszek a Rutkowski (2013) nemůže být syndrom vyhoření, stejně jako současné civilizační nemoci, vysvětlován jedinou příčinou, jelikož je vázán na množství rizikových faktorů. Vosečková a Hrstka (2010) uvádějí, že vznik syndromu vyhoření je tím pravděpodobnější, čím většímu množství rizikových faktorů daný jedinec čelí. Kebza a Šolcová (1998) považují za jeden z nejpodstatnějších iniciujících faktorů působení chronického stresu (akutní stres k vyhoření nevede), za vnitřní klíčový faktor pokládají osobnost jedince, a za klíčový vnější, sociálně založený faktor, označují sociální oporu (tj. systém sociálních vztahů a vazeb konkrétního jedince); význam sociální opory ve vztahu k úrovni syndromu vyhoření zjistili ve svém výzkumu provedeném na vzorku polských psychoterapeutů i Rzeszutek a Schierová (2014). Kebza a Šolcová (2008) však dále podotýkají, že syndrom vyhoření souvisí více s chronicky stresujícím prostředím v zaměstnání (resp. v činnosti, která zaměstnání nahrazuje) než s osobnostními rysy jedince nebo s demografickými faktory. Honzák (2015) uvádí, že vyhoření se může objevit v souvislosti s jakoukoliv činností, nejvíce se však vyskytuje u osob, které se profesně věnují problematice duševního zdraví, výuce a pedagogické činnosti, sociálním službám, medicíně a ošetrovatelství, a prosazování práva.

K obecným rizikovým (vyhoření podněcujícím) faktorům se podle Kebzy a Šolcové (1998) řadí samotný život v současné civilizované společnosti s neustále rostoucím životním tempem a nároky na člověka, příslušnost k profesi, která obsahuje profesionální práci (nebo i pouze kontakt) s lidmi, vystavení chronickému stresu, vysoké požadavky na výkon, nízká

autonomie pracovní činnosti, monotónnost práce, původně vysoké pracovní nasazení, vysoká empatie a obětavost, střední až vysoká senzitivita, nízká asertivita, chování typu A (jde o chování lidí s vysokými ambicemi, silně vyvinutým smyslem pro povinnost, kteří jsou soutěživí, netrpěliví, perfekcionističtí, se sklony k agresivitě), neschopnost relaxace, depresivní ladění, úzkostné rysy, permanentně prožívaný časový tlak, externí lokalizace kontroly, nízké či nestabilní sebepojetí a sebehodnocení, hostilita jako osobnostní rys, chronické přesvědčení o neodpovídajícím společenském uznání a ekonomickém hodnocení vykonávané profese.

Intelligence a hlavní demografické charakteristiky (věk, stav, vzdělání, délka praxe v oboru, doba, po kterou je zastávána konkrétní pracovní pozice), se z hlediska rozvoje vyhoření ukázaly jako neutrální faktory. V počátcích výzkumu syndromu vyhoření převažoval názor, že je častěji zastoupen u žen, což však bylo zřejmě ovlivněno tím, že výzkumy tohoto jevu se prováděly spíše v typicky ženských profesích, jako např. mezi zdravotními sestrami a učitelkami (Pešek, Praško, 2016).

3.2 Proces vývoje syndromu vyhoření

Syndrom vyhoření je dlouhodobým a neustále se vyvíjejícím procesem a jeho vývoj je většinou autorů popisován ve fázích. Existují různé modely zahrnující tři až dvanáct fází – tyto fáze není možné přesně ohraničit, u různých jedinců mají různou délku, některé z nich se mohou střídát a opakovat, jiné se nemusí objevit vůbec.

Freudenberger a North (1985, in Honzák, 2015) sestavili cyklus dvanácti kritických fází, které se u postiženého jedince nemusí objevit všechny, případně se mohou projevat v jiném pořadí. Patří mezi ně nutkavá snaha po sebeprosazení (dotyčný má nepřiměřené ambice, může se objevit až patologické nutkání), jedinec začíná pracovat více a tvrději (vyhledává těžké úkoly, demonstruje vlastní nenahraditelnost tím, že se vše snaží dělat sám), přehlíží potřeby druhých (záležitosti, jež mu ubírají čas a energii, kterou by měl investovat do práce, se pro něj stávají nepotřebnými a nezajímavými), dochází k přesunutí konfliktu (postižený si uvědomuje, že něco není v pořádku, není však schopen odhalit zdroj svých problémů, což může vyvolat vnitřní krizi a evokovat pocit ohrožení; mohou se objevit i první tělesné potíže), k revizi a posunutí hodnot (jedinec se izoluje od ostatních, potlačuje své základní potřeby), dotyčný popírá vznikající problémy (stává se netolerantním, sociální kontakty pro něj představují nesnesitelnou zátěž), stahuje se do sebe (sociální kontakty omezuje na minimum, objevují se pocity beznaděje a ztráty smyslu), dochází ke zcela

patrným změnám chování, k depersonalizaci (jedinec přestává vnímat sebe i druhé jako cenné osobnosti), naplno se projevují pocity vnitřní prázdnoty (postižený se může snažit překonávat je např. přejídáním, sexem, alkoholem, drogami) a deprese; poslední fází je samotný syndrom vyhoření (objevuje se emoční, celkový psychický i tělesný kolaps, který může být důvodem vyhledání lékařské pomoci).

Jedním z nejčastějších modelů je model sestávající z pěti fází, jenž zahrnuje idealistické nadšení, stagnaci, frustraci, apatii a syndrom vyhoření (Pešek, Praško, 2016).

Stock (2010) uvádí, že pro fázi idealistického nadšení jsou typické velké ideály a očekávání, nadprůměrné nasazení, množství vynaložené energie a nereálné nároky kladené na sebe i na své okolí. Ve fázi stagnace je již jedinec dostatečně seznámen s realitou a začíná postupně přehodnocovat své počáteční ideály a představy. Zažil několik zklamání a činnost pro něj již není tak vzrušující jako zpočátku, objevuje se u něj zájem o věci, které pro něj předtím nebyly důležité (např. plat nebo možnost kariérního růstu). Celý jeho život se omezil téměř výhradně na práci a v rodinném životě tak vznikají první problémy. Fáze frustrace se vyznačuje jedincovým zjištěním, že jeho možnosti jsou omezené, začíná pochybovat o smyslu svého úsilí. Objevují se pocity vlastní bezmocnosti, zpochybňování významu i výsledků práce. Vzrůstá zklamání dotyčného a přibývají problémy související s nedostatkem uznání ze strany klientů, nadřízených i společnosti. Ve fázi apatie dochází k vnitřní rezignaci, jež je obrannou reakcí proti frustraci. Jedinec vykonává jen to, co je nezbytně nutné, jelikož jeho práce je pro něj trvalým zdrojem zklamání bez vyhlídky na změnu. Počáteční nadšení se zcela vytratilo, pracovník se vyhýbá náročným úkolům, nemá zájem komunikovat o pracovních tématech. Může trpět pocity zoufalství, jelikož má nedostatek jiných možností uplatnění. Pešek a Praško (2016) zmiňují, že ve fázi apatie se začínají objevovat psychosomatické problémy jako bolesti hlavy, zad, kožní onemocnění, únava, dále užívání léků a nadužívání alkoholu, a zvyšuje se nemocnost jedince a jeho absence v zaměstnání. Konečnou fází je syndrom vyhoření, který se vyznačuje úplným emočním vyčerpáním a je často doprovázen depresivními stavy.

Maslachová (1986, in Kebza, Šolcová, 1998) člení proces vývoje syndromu vyhoření do čtyř fází, přičemž první fáze je charakteristická prvotním nadšením a zaujetím pro věc (spojeným s dlouhotrvajícím přetěžováním), ve druhé fázi se začíná objevovat psychické a částečně i fyzické vyčerpání, ve třetí fázi nastupuje dehumanizované vnímání okolí jako obranný mechanismus před dalším vyčerpáním, a ve čtvrté fázi dochází k totálnímu vyčerpání, negativismu, nezájmu a lhostejnosti.

3.3 Příznaky a důsledky syndromu vyhoření

Podle Stocka (2010) má syndrom vyhoření tři základní skupiny příznaků: vyčerpání, odcizení a pokles výkonnosti.

Vyčerpání zahrnuje jak fyzické, tak i emoční vysílení. Fyzické vysílení se projevuje např. nedostatkem energie, chronickou únavou, svalovým napětím, bolestmi zad, poruchami spánku, poruchami paměti a soustředění, náchylností k infekčním onemocněním a kardiovaskulárním a zažívacím potížím. Emoční vyčerpání je charakteristické pocity bezmoci a beznaděje, sklíčenosti, ztrátou sebeovládání (nekontrolovatelný pláč, výbuchy vzteku), pocity strachu, prázdnoty, apatií, ztrátou odvahy a pocity osamělosti, a jedná se o symptomy, které bývají spojovány spíše s depresí.

Odcizení se projevuje odosobněným, lhostejným postojem vůči práci i svému okolí, a dochází při něm k postupné ztrátě idealismu, cílevědomosti a zájmu; počáteční pracovní nadšení je nahrazeno cynismem. Mezi další projevy odcizení patří negativní postoj k sobě samému, k životu, ztráta sebeúcty, pocity vlastní nedostatečnosti a méněcennosti, ztráta schopnosti navazovat a udržet společenské vztahy.

Pokles výkonnosti je následkem ztráty důvěry ve vlastní schopnosti a z ní plynoucí nízké efektivity. Jedinec potřebuje k plnění pracovních úkolů mnohem více času i energie než dříve, a má problémy s prováděním úkonů, které v minulosti snadno zvládal. Je nespokojený s vlastním výkonem, ztratil motivaci, trpí pocity selhání a nerozhodností. Dochází u něj i k postupnému prodlužování doby, která je nutná k regeneraci organismu (např. prodloužený víkend již nestačí k tomu, aby si dotyčný odpočinul a nabral nové síly).

Rush (2003) rozlišuje dva druhy symptomů vyhoření: vnější a vnitřní. K vnějším symptomům řadí podrážděnost, fyzickou únavu, neochotu riskovat a nárůst aktivity pro zachování produktivity (což má za následek umocnění pocitů frustrace, které k poklesu produktivity vedly), mezi vnitřní symptomy zahrnuje ztrátu odvahy, ztrátu osobní identity a sebeúcty, ztrátu objektivnosti (rozhodování na základě vlastních pocitů, nikoliv na základě objektivních faktů), emocionální vyčerpanost a negativní duševní postoj k životu a životním situacím.

Syndrom vyhoření vede ke ztrátě smyslu života, ke ztrátě pozitivního vnímání sebe sama, k pocitům osamocení v dnešním světě, k pocitům zášti a hořkosti a k pocitům naprosté beznaděje. Tyto důsledky mají za následek rozhodnutí jedince rezignovat na vše, co pro něj dosud bylo v životě důležité; v některých případech mohou vést i k přání zemřít (Rush, 2003). Dále dochází k výraznému utlumení empatie a ke ztrátě, příp. redukci

pozitivních vztahů k osobám, kterým má být poskytována určitá služba (tedy k pacientům, klientům, zákazníkům, občanům) nebo s nimiž je jedinec v kontaktu a na jejichž hodnocení závisí efektivnost jeho práce. Tyto osoby pro něj přestávají být lidskými bytostmi a stávají se pouhými objekty, které tvoří součást vnějšího prostředí (Kebza, Šolcová, 1998).

Významným negativním důsledkem jsou rovněž nejrůznější psychosomatická onemocnění (žaludeční vředy, vysoký krevní tlak, bolesti hlavy a zad, kožní nemoci), která se objevují u lidí uvědomujících si pouze tělesné příznaky emocí, nikoliv emoce samotné. Tito jedinci potlačené negativní emoce nevědomě přenášejí do tělesné oblasti a jsou tím pádem více fyzicky nemocní (Pešek, Praško, 2016). V rámci výzkumů byly zjištěny i vztahy mezi syndromem vyhoření a jednotlivými fyziologickými ukazateli. Kebza a Šolcová (2010) uvádějí, že byl zjištěn vztah mezi úrovní syndromu vyhoření a úrovní rizikových faktorů kardiovaskulárních onemocnění, která jsou od 2. poloviny 20. století nejčastější příčinou úmrtí ve světě. Syndrom vyhoření má rovněž vliv na poruchy spánku, zejména nespavost a časté probouzení, a na cerebrovaskulární onemocnění (Kebza, Šolcová, 2008).

3.4 Předcházení syndromu vyhoření

Leiter a Maslachová (1999, in Havrdová et al., 2010) připisovali vznik syndromu vyhoření vztahu mezi člověkem a jeho pracovním prostředím. Rozhodující vliv tedy spatřovali v kultuře organizace a v tom, jak ji zaměstnanec vnímá a do jaké míry je v souladu s jeho očekáváními (tzn., jak se podařilo dosáhnout vzájemně uspokojivé rovnováhy). V rámci prevence syndromu vyhoření proto vypracovali metodu, která zaměstnavateli umožňuje odhalit v organizaci možné zdroje syndromu vyhoření u svých zaměstnanců. Jedná se o dotazník Přehled oblastí pracovního života (Areas of Worklife Survey – AWLS), který se týká 6 oblastí pracovního života (pracovní zatížení, kontrola nad vlastní prací, ocenění práce, vztahy v organizaci, spravedlnost v organizaci a hodnoty zastávané organizací, jejími členy a jedincem).

K obecným protektivním faktorům ve vztahu k vyhoření se podle Kebzy a Šolcové (1998) řadí chování typu B (chování vyznačující se nižší mírou nepřátelského chování, agresivity, soutěživosti a naopak větší trpělivostí, klidem a uvolněností), asertivita, schopnost relaxovat, vhodná organizace času (time-management), pracovní autonomie, pestrost a proměnlivost práce, osobní kompetence, odolnost, víra ve vlastní schopnosti, interní lokalizace kontroly, dispoziční optimismus, sociální opora, pocit odpovídajícího společenského a ekonomického uznání a hodnocení, pocit osobní pohody.

V případě, že je jedinec vyhořením ohrožen, resp. se u něj již rozvíjejí příznaky tohoto syndromu, je třeba provést kompletní inventuru soukromého i profesního života, pomocí situační analýzy identifikovat individuální stresové faktory (vnitřní i vnější), stanovit si cíle týkající se změny chování, postojů a rámcových podmínek, znovu určit priority a získat tak kontrolu nad současnou situací, zařadit do svého programu relaxační techniky, tělesná cvičení a další aktivity, které přinášejí radost, pracovat na funkční síti sociálních vztahů a pravidelně odpočívat. Pokud je situace v zaměstnání komplikovaná a není možné provést žádoucí změny, nezůstává mnohdy jiná možnost než odchod na jinou pracovní pozici (Stock, 2010).

3.5 Možnosti diagnostikování syndromu vyhoření

Podle Kebzy a Šolcové (2003) lze syndrom vyhoření identifikovat pozorováním jednotlivých symptomů u jedinců, v jejichž chování se již začíná projevovat, dále z prožitku těchto příznaků u postižených osob a konečně použitím speciálních psychologických metod, které byly k diagnostice syndromu vyhoření zkonstruovány.

Nejvíce užívanými metodami jsou dotazníky obsahující posuzovací škály, např. „Maslach Burnout Inventory“ (MBI) autorem Ch. Maslachové a S. Jacksonové, který je zaměřený na tři relativně samostatné faktory – emocionální vyčerpání, depersonalizaci a snížený pracovní výkon, a „Burnout Measure“ (BM) autorů A. Pinesové, E. Aronsona a D. Kafryho (českou verzi připravil Křivohlavý v roce 1998), zaměřující se na tři nejvýraznější charakteristiky vyhoření – fyzické, emocionální a psychické vyčerpání (Křivohlavý, 2001).

4 Stres a syndrom vyhoření

Příznaky stresu a syndromu vyhoření se do značné míry překrývají, a proto bývá koncept syndromu vyhoření zdůvodňován jako projev psychického stresu (Maroon, 2012). Podle Stocka (2010) dochází k syndromu vyhoření vlivem chronického stresu a stresové faktory hrají při jeho vzniku zásadní roli jako spouštěče. Adaptační syndrom, který je výsledkem chronického stresu, odpovídá v mnoha ohledech fyzickým příznakům syndromu vyhoření, tudíž tělesné symptomy vyhoření lze vysvětlit pomocí závěrů, jež vyplývají z klasického zkoumání stresu. Rovněž Kebza a Šolcová (2013) vnímají chronický pracovní stres jako jednu z příčin vedoucích k syndromu vyhoření. Někteří autoři považují syndrom vyhoření za poslední fázi stresové odpovědi dle Selyeho – tedy za fázi vyčerpání (Burke, Greenglass, 1994, in Kebza, Šolcová, 1998). Podobně jako Stock a další autoři, i Jeklová a Reitmayerová (2006) uvádějí, že mezi stresem a vyhořením existuje úzký vztah, jelikož stres je jedním ze základních spouštěcích mechanismů procesu vyhoření, a pokud se jedinci podaří soustavněji předcházet stresu, předejde tím zároveň i velkému měrou vzniku a vývoji syndromu vyhoření.

Křivohlavý (1998) podotýká, že stres sice obvykle přechází do vyhoření, avšak ne každý stresový stav dochází až do této fáze celkového vyčerpání; do stresu se může dostat každý člověk, avšak vyhoření se objevuje pouze u lidí, kteří jsou intenzivně zaujati svou prací, mají vysoké cíle, vysoká očekávání a výkonovou motivaci; stres se může objevit při různých činnostech, avšak vyhoření se obvykle objevuje jen u těch činnostech, při nichž člověk přichází do osobního styku s druhým člověkem (při práci s lidmi). Avšak v případě, že je práce pro určitého člověka smysluplná, a překážky, s nimiž se potýká, jsou zdolatelné, k vyhoření i přes množství působících stresových faktorů nedochází.

4.1 Stres a syndrom vyhoření v policejní práci se zaměřením na službu kriminální policie a vyšetřování

Problematika stresu je podle Čírtkové (2004) hlavním tématem v současné policejní psychologii, jelikož stres je jednou z nejčastějších příčin pracovní neschopnosti nebo předčasného odchodu z aktivní služby. Čírtková vymezuje policejní stres jako situace, které jsou většinou policistů vnímány jako zátěžové a spojené s emocionálním nebo i fyzickým vyčerpáním – policejní stres tedy není důsledkem špatného výběru policistů ani není produktem osobnosti policisty. Policista se dostává do stresu v důsledku situace, která

překračuje obvyklý rámec běžné zkušenosti a narušuje emocionální stabilitu, takže příznaky stresu jsou jejím častým a zákonitým doprovodem. Mezi nejvíce prozkoumané stresové situace, s nimiž se policisté setkávají, patří použití stělné zbraně proti člověku, nasazení zásahové jednotky v nepřehledné situaci, dramatické vyjednávání s pachatelem, který zadržuje rukojmí, situace ohrožující životy a zdraví zasahujících policistů, a situace, při nichž dochází ke kontaktu se smrtí (např. vyšetřování násilné trestné činnosti).

Nový (2003) vymezuje čtyři hlavní zdroje profesní zátěže policistů. Prvním je samotný charakter policejní práce, v níž se střídají období vysokého pracovního nasazení s obdobími nudného čekání, práce na směny, pracovní přetížení spojené s nebezpečím napadení nebo zranění a konfrontace s lidským utrpením. Dalším zdrojem zátěže je hierarchická struktura policie, která s sebou přináší plnění rozkazů bez možnosti vlastního rozhodování, absence pocitu podpory od nadřízených, omezená možnost kariérního postupu a nedostatečné početní stavy policie. Třetím zdrojem stresu je práce soudů, která může leckdy vést k pocitu nespravedlnosti a „nadržování“ kriminálákům. Jako čtvrtý zdroj zátěže zmiňuje Nový nízkou prestiž policejní práce a způsob, kterým je policejní práce někdy prezentována v médiích. Všechny uvedené zdroje zátěže zapříčiňují dlouhodobě působící stres, a právě z hlediska dlouhodobě působícího stresu patří práce policistů k nejnáročnějším profesím. Nový dále uvádí, že kromě dlouhodobě působícího stresu se policisté mohou setkat i se stresem akutním (označuje jej jako kritický incident). Důsledkem jak jednorázové výrazně stresující události, tak i déletrvající stresové situace jsou posttraumatické poruchy, jež jsou charakteristické znovuprožíváním a přetrváváním traumatizujících zážitků ve vědomí, spojených s intenzivním strachem, pocity bezmoci a potřebou vyhnout se podnětům, které by je mohly připomínat. Mohou se projevit jako akutní reakce na stres, která zpravidla zahrnuje projevy disociace a dezorientace, a jako posttraumatická stresová porucha, jež je prodlouženou nebo oddálenou reakcí na trauma či déletrvající stres, a je projevem jeho nezvládnutí (Vágnerová, 2014). Déletrvající stres a mentální zátěž mohou vést rovněž k rozvoji syndromu vyhoření.

Hart, Wearing a Headey (1995, in Burke, Mikkelsen, 2006) rozdělují policejní stresory do tří hlavních kategorií: jedná se o stresory osobnostní, pracovní a organizační. Osobnostní stresory odkazují na stálé aspekty osobnosti (např. chování typu A, autoritativní zaměření), které mohou aktivizovat vzájemnou vazbu stresory-zdraví, pracovní stresory zahrnují zátěžové pracovní činnosti (např. jednání s oběťmi a pachateli trestných činů, styk se soudním systémem, práce na směny), a organizační stresory obsahují například interakci s vedoucím, nedostatek podpory, byrokracii a nedostatek příležitostí ke kariérnímu postupu.

Jak podotýkají Adamová a Vtípil (2012), existují základní stresory, které jsou stejné pro policisty napříč všemi útvary; řadí mezi ně zejména nízkou společenskou prestiž, negativní vztah společnosti k policii, nedostatečný respekt ke společenské funkci policie, činnost kontrolních orgánů, které neustále hodnotí výkony policistů a jejich chování ve službě, nedostatečnou sociální stabilitu a chybějící pocit profesní hrdosti. Kromě toho má každý útvar a každá služba v rámci policie své specifické stresory, kterými jsou policisté při plnění služebních povinností ohroženi.

V rámci SKPV se jedná především o stresory související s vedením trestního řízení. Aby bylo dosaženo cíle trestního řízení (tedy aby bylo dostatečně prokázáno, že určitý trestný čin spáchala konkrétní osoba, případně aby bylo prokazatelně zjištěno, že určitým jednáním nebyl spáchán žádný trestný čin), musí policisté striktně postupovat v souladu s trestními a dalšími předpisy, které však v mnoha ohledech práci policie značně limitují, a to často ve prospěch pachatele i dalších osob, které nejsou ochotné s orgány činnými v trestním řízení řádně spolupracovat, a záměrně postup policie zdržují či jinak maří. Zdrojem stresu bývá i provádění úkonů trestního řízení za účasti obhájce obviněného, který účelově napadá postup policisty a podává často i neopodstatněné námítky, s nimiž se musí policista v dané chvíli ihned vypořádat, aby mohl úkon dále pokračovat. Jednání s advokáty, jež je u SKPV na denním pořádku, bývá obecně náročné, pokud jde o advokáta, který policii nerespektuje a tento svůj postoj dává policistovi při každé příležitosti jasně najevo. Jako stresor může působit i situace, v níž má policista odlišný názor na průběh přípravného řízení¹⁷ než je názor dozorujícího státního zástupce. Jelikož státní zástupce je „pánem přípravného řízení“, nezbyvá v takovém případě policistovi nic jiného, než postupovat dle pokynů státního zástupce, přestože se s určeným postupem neztotožňuje. Mezi zátěžové situace patří i další úkony prováděné v rámci trestního řízení, jako např. zadržení osoby, příp. domovní prohlídky nebo prohlídky nebytových prostor, které jsou náročné na přípravu a organizaci, a při jejichž realizaci nelze zabránit nečekaným situacím, které je třeba okamžitě a v souladu s právními předpisy řešit.

Poněkud odlišné jsou pak zdroje stresu u policistů věnujících se obecné kriminalitě a u policistů zaměřených na hospodářskou kriminalitu. V rámci problematiky obecné kriminality musí policista čelit násilí, zranění, utrpení a smrti, jedná s oběťmi násilné trestné činnosti i s jejich rodinnými příslušníky, jedná s pozůstalými obětí; pokud je obětí trestného

¹⁷ Jako přípravné řízení je označován úsek trestního řízení, který zahrnuje prověřování okolností, důvodně nasvědčujících tomu, že byl spáchán trestný čin, a vedení trestního stíhání proti konkrétní osobě; přípravné řízení předchází řízení před soudem.

činu dítě, může to být pro policistu obzvláště stresující. Mnozí pachatelé násilné trestné činnosti mají silně narušenou osobnost a komunikace s nimi může být rovněž velice obtížná. Policisté orientovaní na hospodářskou kriminalitu se musí častěji vyrovnávat se skutečností, že některá podezření z trestné činnosti se nepodaří pro nedostatek důkazů prokázat natolik, aby bylo možné pachatele postavit před soud, přičemž snadnému „odstranění“ některých důkazů do značné míry napomáhají mezery v zákonech. Mnoho případů tak vyžaduje vysoké nasazení, velké množství práce a vynaložené energie, přesto musí být věc nakonec odložena. V některých případech z oblasti hospodářské kriminality je pro policistu velice těžké zorientovat se a určit nejvhodnější postup, jelikož jde o záležitosti, které jsou složité a někdy bývají mnoho let řešeny i v rámci občanskoprávních nebo obchodněprávních sporů, aniž by o nich bylo civilními soudy jakkoliv rozhodnuto.

K vyhoření policistů SKPV přispívají i rozhodnutí trestních soudů, kterými jsou obžalovaní buď zproštěni obžaloby a odcházejí tedy od soudu bez trestu, nebo jsou i za závažné trestné činy odsuzováni k podmíněnému trestu, případně k velice nízkému trestu odnětí svobody.

4.2 Zvládání stresových situací, možnosti psychologické pomoci pro policisty

Čírtková (2004) uvádí dva základní způsoby zvládání stresu: obranné mechanismy a strategie zvládání stresu. Obranné mechanismy představují bezděčné pokusy o zvládnutí situace neuvědomovaným překrucováním skutečnosti tak, aby se stala přijatelnou a neohrožovala sebepojetí jedince. Každý jedinec upřednostňuje obranné mechanismy, které odpovídají jeho osobnosti, jedná se tedy o ustálené dispozice k příznačnému chování daného jedince v zátěžových situacích. Lidé užívají věkově nepřiměřené primitivní chování (regresi), vlastní chyby a nedostatky připisují druhým lidem (projekce), jiní zdůvodňují nedůstojné a nesprávné chování rozumnými a ušlechtilými důvody (racionalizace), případně určité události vytěsňují, popírají nebo unikají do fantazie či nemoci. Někdy se objevuje i autoagresivní jednání. Strategie zvládání stresu jsou naproti tomu účelnými a vědomými způsoby zvládání životních obtíží, jedinec se rozhoduje pro určité řešení a osobní postoj k zátěžové události a směřuje k hledání zdrojů vnitřní duševní síly (pro zvládání policejních stresových událostí se využívají například relaxační cvičení a sebeovládání, nácvik koncentrace na policejní úkol, zvládání strachu a pocitu nejistoty, mentální příprava na situace, které mohou nastat, pozitivní sebeinstrukce a psychologická příprava na určité typové situace).

Co se týče psychologické podpory, Nový (2003) zmiňuje Caplanovo dělení do tří fází: jedná se o pre-krizovou podporu, jež je poskytována cíleně a systematicky v období před vypuknutím krize, podporu poskytovanou přímo v akutní fázi krize a konečně o podporu ve fázi post-krizové.

Pokud má policista psychické problémy (týká se to tedy i stresu a vyhoření), může se obrátit na policejní psychologické pracoviště – tato pracoviště jsou zřízena v rámci každého krajského policejního ředitelství i na Policejním prezidiu ČR a při řešení obtíží nabízejí konzultace a poradenské služby, psychoterapii, krizovou intervenci včetně návazné péče, a posttraumatickou intervenční péči. Psychologická pracoviště se zabývají rovněž preventivní psychologickou péčí ke zvládnutí zátěžových situací u policistů, organizují vzdělávací, výcvikové a relaxační programy podle specifických požadavků policejní činnosti¹⁸, a v případě potřeby rovněž spolupracují s vedoucími pracovníky na zjišťování a zlepšování atmosféry ve skupině a na podpoře týmové spolupráce.

Jednou z technik, která by mohla být policistům nápomocná při zvládnutí stresových situací a vyrovnávání se s nimi, je metoda debriefingu; tento pojem je možné přeložit jako zhodnocení již proběhnuté činnosti. Debriefing slouží k redukci obtíží vzniklých v souvislosti s prožitým traumatem – snaží se zmírnit emoční a fyzické důsledky akutního stresu, zrychlit proces návratu k normálnímu stavu, působit preventivně ve vztahu k posttraumatické stresové poruše, pomoci jedinci zpracovat prožité trauma a uvědomit si jeho celkový dopad. Jelikož emoční odžití dovoluje ventilovat emoce a myšlenky související s krizovou událostí, měl by být proveden co nejdříve po události. Modelů debriefingu je celá řada, jejich schémata jsou však podobná; model Safe-R kupříkladu zahrnuje fázi uklidnění, fázi ujištění, že jedinec skutečně prošel krizovou a neobvyklou situací, fázi porozumění, fázi práce s náhledem a nácvik technik ke zvládnutí symptomů, podporu efektivních způsobů vyrovnávání se s důsledky události a fázi návratu na úroveň před incidentem (Nový, 2003).

¹⁸ Lze uvést např. kurz „Řešení konfliktů pomocí transakční analýzy“, který je zaměřen na zlepšení komunikace mezi policistou a občanem, napomáhá lépe porozumět konfliktním situacím a usnadnit jejich řešení.

5 Empirické poznatky ke stresu a syndromu vyhoření mezi příslušníky policie

Problematicke stresu a syndromu vyhoření je věnována velká pozornost, protože oba tyto fenomény dnešní doby mají významný negativní dopad na osobní i pracovní život člověka; cílem odborníků je tudíž jejich hlubší poznání, aby bylo možné jim efektivně předcházet a čelit. V posledních desetiletích se proto uskutečňuje velké množství výzkumů z obou oblastí (přičemž v poslední době se výzkum ve velké míře orientuje na jejich medicínské aspekty) a velmi často jsou tyto výzkumy zaměřeny na pomáhající profese a další kategorie povolání, které jsou stresem a syndromem vyhoření ohroženy nejvíce¹⁹. Jelikož povolání policisty patří v otázce stresu a syndromu vyhoření mezi riziková povolání, výzkumných prací zaměřených na stres a syndrom vyhoření u policie existuje celá řada (i když převážně se jedná o diplomové práce). Tyto výzkumy jsou však více orientované na uniformovanou policii (tzn. policisty zařazené např. u pořádkové služby, dopravní služby, v pořádkových jednotkách) než na neuniformované útvary (tedy např. službu kriminální policie a vyšetřování).

Adamová a Vtípil (2012) se zabývali stresem v policejní praxi; zkoumali rozdíly mezi řadovými policisty (policisty zařazenými např. na obvodních odděleních, na službě kriminální policie a vyšetřování – SKPV, u dopravní, železniční, hlídkové policie a na operačních odděleních), a mezi policisty ze speciálních útvarů (zásahové jednotky a útvar rychlého nasazení), přičemž byl použit dotazník Inventář pracovního stresu (IPSS) ve verzi modifikované pro povolání policisty a dotazník SUPOS – 7, jenž se zaměřuje na subjektivní vnímání psychického stavu jedince. Z výzkumu vyplynulo, že řadoví policisté i policisté ze speciálních útvarů shodně pociťují nejvyšší míru stresu ve vztahu k neodpovídajícímu služebnímu příjmu a k nedostatečným sociálním a existenčním jistotám, a jako nejméně stresující vnímají nepříznivé pracovní prostředí. Řadoví policisté kromě toho uváděli jako vysoce stresující i nadměrné administrativní zatížení. U řadových policistů byla dále zjištěna závislost mezi mírou úzkostného očekávání (SUPOS – 7) a mírou vnímání stresu v rámci povolání (IPSS) – s rostoucí mírou úzkosti roste i výše vnímání stresu v rámci výkonu povolání. Vnímání stresu v rámci povolání u řadových policistů vykazovalo pozitivní

¹⁹ Přesto Kaschka, Korczak a Broich (2011) po systematickém zhodnocení literatury dostupné k syndromu vyhoření došli k závěru, že chybí kontrolované studie vysoké kvality, a že by měl být vyvinut standardizovaný a mezinárodně uznávaný diagnostický nástroj s validní hodnotící škálou. Rovněž je třeba podle jejich názoru provést epidemiologické a zdravotně-ekonomické studie, které by sloužily pro prevalenci, dopad a náklady spojené se syndromem vyhoření.

závislost rovněž s dalšími komponentami dotazníku SUPOS – 7, a to s mírou psychického nepokoje, s úzkostným očekáváním a obavami, s mírou depresivity, i s celkovou hodnotou dotazníku SUPOS, v němž vyšší hodnoty značí horší psychický stav.

Jarušek (2013) se zaměřil na pracovní spokojenost a stres u policistů a pro účely výzkumu použil rovněž dotazník Inventář pracovního stresu (IPSS) ve verzi modifikované pro povolání policisty, a dále Dotazník spokojenosti s obsahem a kontextem práce (DSPKOP) a dotazník DOPEN zjišťující psychoticismus, extraverci a neuroticismus. Respondenty výzkumu byli policisté z řad pořádkové policie, dopravní policie i SKPV. V dotazníku IPSS přisoudili policisté nejvyšší míru stresu položkám nadměrná administrativa, nedostatečné pravomoci, nevhodné chování občanů k policistům a nedostačující počet policistů ve službě. Jako nejméně stresující faktory byly označeny položky narušené mezilidské vztahy mezi policisty, odborné chybování nadřízených, nedostačující materiálně technické zabezpečení výkonu služby a nezáměr nadřízených podílet se na řešení problému. Z výsledků dotazníku IPSS dále vyplynulo, že na celkové hodnotě naměřeného stresu se stejnou měrou podílejí stresové faktory spočívající v obsahu práce i faktory spočívající v kontextu práce. Výzkumem byl zjištěn velmi slabý vztah (pod hranicí signifikantnosti) mezi mírou stresu a senioritou i mezi mírou stresu a věkem respondentů. Dále byl mj. zjištěn statisticky významný pozitivní vztah mezi pracovním stresem a pracovní spokojeností (s rostoucí mírou pracovního stresu roste míra pracovní nespokojenosti).

Z výsledků výzkumu Chrobákové (2013), která zjišťovala vztah vnímaného pracovního stresu a copingových strategií k prožívání konfliktu práce a rodiny u příslušníků Policie ČR, a zaměřila se na zkoumání policistů z útvarů obecné kriminality a policistů sloužících na obvodních odděleních, byly za použití Meisterova dotazníku hodnocení pracovní zátěže a dotazníku ke zjišťování strategií zvládnání stresu SVF 78 zjištěny signifikantně významné rozdíly mezi mírou pracovní zátěže zkoumaného vzorku policistů a populačním průměrem – policisté obou pohlaví vykazovali nižší míru pracovní zátěže ve srovnání s populací; při porovnání mužů a žen byly rovněž nalezeny statisticky významné rozdíly – z výsledků vyplynulo, že policistky pocítují menší míru pracovní zátěže než policisté. Dále bylo zjištěno, že policisty v souvislosti s výkonem práce zatěžují zejména časté problémy a konflikty, a negativně byla hodnocena i celková dlouhodobá únosnost pracovní činnosti. V případě dotazníku SVF 78 byly zjištěny rozdíly mezi užíváním pozitivních a negativních strategií zvládnání stresu u policistů a běžné populace – u pozitivních strategií se jedná o subtesty podhodnocení, odklon, náhradní uspokojení a

kontrola reakcí, u negativních strategií o subtesty úniková tendence, perseverace, rezignace a sebeobviňování.

Stresovými faktory v práci policie se zabýval i Simon (2012), jenž se zaměřil na službu pořádkové policie a použil kvantitativní dotazník vlastní konstrukce. Největší počet respondentů uvedl jako nejvýraznější stresový faktor tíživou finanční situaci (pozn. výzkum byl proveden v době po desetiprocentním snížení platových tarifů policistů, k němuž došlo na základě rozhodnutí vlády z roku 2010), druhým nejvýznamnějším stresem byl strach ze ztráty zaměstnání, a jako třetí nejčastější stresor bylo uváděno špatné mínění o policii. Mezi nejméně zastoupenými odpověďmi byly položky přetěžování na pracovišti a špatné technické vybavení. Jako nejčastější způsoby vyrovnávání se stresem byly uváděny volnočasové aktivity, aktivní sport a společenské akce s rodinou. Žádný z dotazovaných respondentů neuvedl využití psychologické terapie.

Hodurová (2012) se zabývala zjišťováním zdrojů stresu u policistů, přičemž výzkumný soubor tvořili policisté obvodního oddělení s praxí minimálně 4 roky. Hodurová kvalitativním rozhovorem s policisty odhalila, že hlavními zdroji stresu jsou pro ně samotný výkon povolání (kontakt s oběťmi, s pachateli, setkání se smrtí), vysoká míra zodpovědnosti, tlak od nadřízených, negativní postoj veřejnosti, přemíra byrokracie, přesčas, hrozba ztráty zaměstnání a pocit nejistoty.

Syndromem vyhoření u policistů se zabývala Očenášková (2007), jež do výzkumu zahrнула jak příslušníky kriminální policie, tak příslušníky uniformované policie. Ke zjištění míry vyhoření byl použit Dotazník míry vyčerpání M. Rushe, z něhož vyplynulo, že vyhoření nehrozí u 17,6 % respondentů, některé ze symptomů vyhoření vykazovalo 42,4 % dotázaných a zbývajících 40 % dotázaných se nacházelo v jednom ze tří stádií vyhoření. Nebyl prokázán vztah mezi mírou vyhoření a pohlavím respondentů, souvislost mezi syndromem vyhoření a věkem byla statisticky velmi slabá. Avšak bylo zjištěno, že nejmladší věková kategorie policistů (tzn. do 30 let) měla o něco vyšší celkový průměr míry vyhoření a naopak nejstarší věková kategorie (nad 50 let) měla nejnižší průměr; nejstarší policisté ze zkoumaného vzorku byli nejméně vyhořelí. Dále byla odhalena velmi slabá souvislost mezi syndromem vyhoření a délkou služby. Rozdíl v míře vyhoření se projevil mezi uniformovanými policisty a příslušníky kriminální policie. V případě uniformované policie se syndrom vyhoření týkal téměř poloviny respondentů (49,4 %), u příslušníků kriminální policie se týkal přibližně jedné třetiny (33,9 %).

Na příslušníky služby kriminální policie a vyšetřování se ve svém výzkumu, týkajícím se výskytu syndromu vyhoření u Policie ČR, zaměřil Mareček (2013), přičemž do

výzkumu zahrnul policisty věnující se jak obecné, tak hospodářské kriminalitě; ke zjištění míry vyhoření použil dotazník Burnout Measure (BM). Výzkum odhalil, že přibližně 49 % respondentů dosáhlo nízké míry vyhoření (kvocient vyhoření BQ v rozmezí 0-3), u 21 % dotázaných byla zjištěna střední míra vyhoření (BQ v rozmezí 3-4; při tomto výsledku je doporučeno zamyslet se nad stylem a smysluplností vlastního života, a ujasnit si žebříček hodnot), a 30 % respondentů dosáhlo vysoké míry vyhoření (BQ 4 a více). Nebyl nalezen statisticky významný rozdíl v míře vyhoření mezi ženami a muži, ani nebyly zjištěny signifikantní rozdíly v míře vyhoření mezi věkovými skupinami 21-36 let, 37-44 let a 45-60 let. Stejně tak nebyl nalezen statisticky významný rozdíl v míře vyhoření u příslušníků sloužících u policie do 10 let a u policistů sloužících 11 a více let.

Dotazník Burnout Measure (BM) použil ve svém výzkumu i Kovář (2015), jenž zjišťoval míru vyhoření u policistů zařazených na obvodních odděleních policie, tzn. u uniformované policie. Kritický výsledek, vyžadující intervenci psychologa nebo psychoterapeuta (hodnota nad 5) nebyl prokázán u žádného z dotazovaných policistů, přítomnost syndromu vyhoření (hodnota nad 4) byla prokázána pouze u jediného respondenta z celkového počtu 94 respondentů, v případě 39 % dotázaných bylo zjištěno potenciální ohrožení (celková míra vyhoření v rozmezí 3-4), 54 % dotázaných se pohybovalo v rozmezí 2-3, což značí uspokojivý stav, a přibližně 6 % respondentů dosáhlo dobrého výsledku (hodnota pod 2). Z výzkumu dále vyplynulo, že se vzrůstající délkou služby u policie se zvyšuje i hodnota vyhoření, přičemž nejvyšší průměrné hodnoty jsou dosahovány u policistů sloužících od 15 do 19 let; u policistů sloužících 20 a více let se však míra vyhoření začala opět snižovat.

Oba nejčastěji používané dotazníky pro měření míry vyhoření, tedy Maslach Burnout Inventory (MBI) a Burnout Measure (BM), zvolila ve svém výzkumu orientovaném na policisty obvodních oddělení Diblíková (2013). Zajímala se o rozdíly v míře vyhoření mezi muži a ženami a o vliv délky praxe na riziko vzniku syndromu vyhoření. Prostřednictvím dotazníku MBI zjistila, že muži dosahují vysokého stupně vyhoření v mnohem větším procentu případů než ženy, a jsou tedy syndromem vyhoření ohroženi více, a že délka praxe nemá vliv na vyšší riziko vzniku syndromu vyhoření. Z výzkumu dále vyplynulo, že vyšší riziko vzniku syndromu vyhoření se objevovalo u respondentů s délkou praxe od 6 do 15 let (výzkumu se zúčastnili respondenti s délkou praxe od 1 do 25 let). Dotazníkem BM potvrdila výsledky zjištěné dotazníkem MBI, tedy že muži jsou syndromem vyhoření ohroženi více než ženy, a že délka praxe nemá vliv na vyšší riziko vzniku syndromu vyhoření.

Krátce zmíníme i několik zahraničních výzkumů, přestože jejich výsledky nemusí být pro českou populaci relevantní (ať už obecně z důvodu odlišného kulturního prostředí, nebo z důvodu poněkud odlišné pracovní náplně a pravomocí policistů vykonávajících službu v jiných zemích, případně i odlišných postojů veřejnosti k policii a její činnosti).

Thompson, Kirk a Brown (2006) se zabývali zdroji stresu u žen – policistek. Uvádějí, že policistky jsou zvláštní podskupinou, která prožívá stres odlišně od mužů – policistů; modely týkající se policejního stresu jsou však primárně založeny na mužském vzorku. Limitující pro porozumění stresu u policistek je malé zastoupení žen v daném povolání (většina studií zahrnuje méně než 15 % žen). Provedli proto výzkum mezi australskými policistkami, které hodnotily 16 zdrojů stresu, a na základě faktorové analýzy navrhli třífaktorový model, jenž zahrnuje funkční, mezilidský a manažerský/organizační stres (většinu rozdílů v hodnocení pocíťovaného stresu vysvětlovaly u policistek mezilidské stresory).

Z výzkumu provedeného mezi izraelskými pohraničními policisty vyplynulo, že jako největší stresory vnímají nízký plat, nedostatek prostředků a přetížení, což je významné s ohledem na zjištění, že 74 % dotázaných zmínilo prožití traumatické zkušenosti jako např. teroristického útoku, 52 % vykazovalo vysokou nebo velmi vysokou hladinu stresu a úroveň jejich vyhoření byla rovněž vysoká – dosáhla hodnoty 4,15 oproti hodnotě 2,8 platící pro izraelskou populaci a 3,05 pro další policejní složky (vyhoření bylo zjišťováno prostřednictvím deseti-položkového dotazníku Burnout Measure Short A. Pinesové). Navzdory značnému stresu policisté hodnotili svou práci vysoko a vyjadřovali z ní uspokojení, což lze vysvětlit tím, že ji vnímají jako důležitou (Malach-Pines, Keinan, 2006).

Burke a Mikkelsen (2006) uskutečnili šetření u velkého souboru norských policistů, přičemž měřili syndrom vyhoření, otázky týkající se práce (uspokojení z práce, smysluplnost), copingové strategie (sociální opora, význam komunity), otázky práce a rodiny (konflikt práce a rodiny, zájem partnera), psychické zdraví a fyzické zdraví, a jejich vzájemné vztahy; k měření vyhoření použili dotazník Maslach Burnout Inventory (MBI). Výzkumem bylo zjištěno, že pracovní požadavky jsou nejsilnějším prediktorem všech tří komponent syndromu vyhoření (tedy emočního vyčerpání, cynismu a nízké pracovní efektivity). Dále se ukázalo, že komponenty vyhoření mají vliv na různorodost závěrů (práce, práce a rodina, psychické zdraví, fyzické zdraví). S konfliktem práce a rodiny měly však silnější vztah pracovní požadavky než komponenty vyhoření. Emoční vyčerpání mělo významnou souvislost s většinou výsledků provedených měření.

VÝZKUMNÁ ČÁST DIPLOMOVÉ PRÁCE

6 Problém, cíle a hypotézy

Výkon policejní služby je specifickou činností a patří mezi vysoce stresující povolání. Policisté čelí jak stresorům, které jsou běžné i v jiných profesích, tak stresorům vyplývajícím z postavení a úkolů policie ve společnosti, z postojů veřejnosti vůči policii, z charakteristiky policejní práce i ze specifických nároků v rámci jednotlivých policejních složek. A stejně jako lidé pracující v jiných rizikových profesích, jsou i policisté důsledkem působení dlouhodobého, chronického stresu a dalších faktorů ohroženi syndromem vyhoření, který má výrazný negativní vliv na jejich psychiku a výkon jejich profese. Policisté zařazení u služby kriminální policie a vyšetřování jsou vystaveni zejména specifickému stresu vyplývajícimu z vedení a průběhu trestního řízení u mnohdy složitých trestních kauz, a setkávají se tak s poněkud odlišnými obtížemi a z nich plynoucími stresory než jejich kolegové s jiným zaměřením služební činnosti. Diplomová práce se proto ve výzkumné části snaží zachytit nejvýznamnější stresory, které příslušníci SKPV, konkrétně policisté zabývající se hospodářskou kriminalitou, pocítují při výkonu své profese, zjistit strategie, které využívají ke zvládnutí stresu, a odhalit míru jejich vyhoření.

Pro výzkum byly stanoveny následující cíle:

- a) Zjistit profil souboru z hlediska míry vyhoření.
- b) Prozkoumat strukturu dimenzí zvládnutí stresu ve vztahu k normě.
- c) Odhalit profil stresorů souboru.
- d) Najít koreláty hlavních dimenzí IPSS, BM a SVF 78.
- e) Najít koreláty hlavních dimenzí IPSS, BM a SVF 78 a vybraných sociodemografických proměnných.

Na základě stanovených cílů a s ohledem na teoretické zakotvení dané problematiky v odborné literatuře byly zformulovány tyto hypotézy:

H1: U celého výběrového souboru příslušníků SKPV existuje pozitivní korelace mezi celkovým průměrným skórem dotazníku BM a celkovým průměrným skórem dotazníku IPSS.

H2: Průměrné skóre pozitivních strategií dotazníku SVF 78 u celého výběrového souboru příslušníků SKPV negativně koreluje s celkovým průměrným skórem dotazníku IPSS.

H3: Průměrné skóre negativních strategií dotazníku SVF 78 u celého výběrového souboru příslušníků SKPV pozitivně koreluje s celkovým průměrným skórem dotazníku BM.

H4: Průměrné skóre proměnné „délka praxe na OHK“ u celého výběrového souboru příslušníků SKPV pozitivně koreluje s celkovým průměrným skórem dotazníku BM.

H5: Průměrné skóre proměnné „věk“ u celého výběrového souboru příslušníků SKPV pozitivně koreluje s celkovým průměrným skórem dotazníku IPSS.

7 Aplikovaná metodika

Za účelem dosažení cílů stanovených v diplomové práci byl zvolen kvantitativní přístup s využitím dotazníkového šetření, jež umožňuje oslovit velké množství respondentů a pro zkoumanou problematiku se jeví jako nejvhodnější. Punch (2008) ke kvantitativnímu výzkumu uvádí, že jeho podstata spočívá ve zkoumání vztahů mezi proměnnými; realita se zachycuje pomocí proměnných, jejichž hodnoty se zjišťují měřením (které přináší numerická data), a hlavním cílem kvantitativního výzkumu je zjistit, jak jsou proměnné rozložené, jaké jsou mezi nimi vztahy a proč tomu tak je. Dotazníkové šetření je podle Zicha (2009) nejrozšířenějším způsobem sběru dat, jelikož není organizačně náročné, je levné a umožňuje získat velké množství informací v krátkém čase. Má však i své stinné stránky – získané informace jsou pouze popisné a hrubé, bez zachycení reakcí dotazovaných osob na jednotlivé otázky i na celý výzkum, a zpravidla se nepodaří hlouběji proniknout do zkoumaného problému, jelikož odpovědi respondentů představují jen určitou část skutečnosti. Problematická může být rovněž skutečnost, že sebesposuzování bývá někdy obtížné a některé osoby mohou své odpovědi záměrně zkreslovat, aby vyvolaly příznivější dojem. V případě použití dotazníků je otázkou také jejich návratnost – jak uvádí Průcha (2014), mezi odborníky na metodologii nepanuje jednoznačná shoda týkající se nezbytné míry návratnosti, nicméně podle Chrásky (2007, in Průcha, 2014) se průměrná návratnost dotazníků pohybuje mezi 30 % a 60 % (při osobní distribuci bývá návratnost větší než tehdy, když výzkumník nepřichází s respondenty do osobního kontaktu).

V diplomové práci byly použity tři různé standardizované dotazníky – Inventář pracovního stresu IPSS v modifikaci pro povolání policisty ke stanovení profilu stresorů, dotazník Míry vyhoření BM (the Burnout Measure) ke zjištění míry vyhoření a dotazník SVF 78 zachycující strategie zvládnání stresu.

7.1 Inventář pracovního stresu IPSS

Původní verzi Inventáře pracovního stresu (the Job Stress Survey - JSS) vytvořil Ch. D. Spielberger, který při jeho tvorbě vycházel z dotazníku k měření policejního stresu (60-ti položkového Police Stress Survey – PSS) a z dotazníku k měření stresu u učitelů (60-ti položkového Teacher Stress Survey – TSS). Z obou dotazníků bylo vybráno 30 položek, které byly posouzeny jako nejvíce vhodné pro širokou oblast pracovních situací, a následně byly přizpůsobeny pro JSS. Inventář JSS byl navržen tak, aby posuzoval závažnost a

frekvenci výskytu 30 specifických zdrojů pracovního stresu; hodnotí obecné a specifické aspekty pracovního prostředí, které jsou nejvíce stresující pro jednotlivé pracovníky a které nepříznivě ovlivňují skupiny zaměstnanců. Faktorovou analýzou odpovědí na položky dotazníku JSS byly jako hlavní dimenze pracovního stresu pro muže i ženy v širokém spektru povolání identifikovány pracovní tlak a nedostatek organizační podpory (Vagg, Spielberg, 1998). Česká verze Inventáře pracovního stresu z roku 2000, jejímiž autory jsou H. Knotková, F. Man a Ch. D. Spielberg, zachovává 30 položek, které popisují stresující pracovní události, k nimž může docházet v různých profesích. Položky se posuzují na devítibodové škále a hodnotí se jednak intenzita stresové zátěže a jednak četnost dané situace za poslední půlrok (Niemcová, 2010). Pro diplomovou práci byla zvolena upravená verze dotazníku – modifikovaná verze pro povolání policisty z roku 2002, jejímž autorem je Z. Vtípil. Upravený inventář obsahuje 25 tvrzení, jež popisují činnosti a podmínky související s prací policisty, přičemž míra stresu je posuzována na devítibodové stupnici rozdělené do tří úrovní – nízká míra stresu (hodnoty 1 – 3), střední míra stresu (hodnoty 4 – 6) a vysoká míra stresu (hodnoty 7 – 9), a to podle osobní zkušenosti probanda i podle toho, co pozoroval u svých kolegů (průměrně stresující činnosti a podmínky se označují číslem 5). Obsahově je dotazník členěn do dvou částí – první část je zaměřena na obsah práce (položky 1, 2, 4, 5, 8, 10, 14, 15, 20, 22), druhá část se zaměřuje na kontext práce (položky 3, 6, 7, 9, 11, 12, 13, 16, 17, 18, 19, 21, 23, 24, 25). Celková míra stresu se zjišťuje součtem hodnot označených respondentem u všech položek dotazníku.

Pro účely našeho výzkumu orientovaného pouze na příslušníky SKPV byly položky dotazníku IPSS modifikovaného Z. Vtípílem přizpůsobeny charakteru práce u SKPV – byla vynechána položka č. 7 (Nepříznivé pracovní prostředí – hluk, změny teploty, klimatických podmínek atd.), která v případě výkonu služby u SKPV nepřichází v úvahu, a na konec dotazníku byly zařazeny dvě nové položky: 25. Výsledek práce neodpovídá vynaloženému úsilí (tato položka byla přidána zejména ve vztahu k prověřování a vyšetřování hospodářských trestných činů) a 26. Konflikty se státními zástupci v přípravném trestním řízení (položka přímo souvisí s vedením trestního řízení, nad jehož průběhem vykonává státní zástupce dozor).

7.2 Dotazník Míry vyhoření BM

Dotazník Míry vyhoření BM (the Burnout Measure), vytvořený v roce 1980 autory A. Pinesovou a E. Aronsonem (český překlad Křivohlavý, 1998), je zaměřen na tři různá

hlediska jednoho jediného psychického jevu, kterým je celkové vyčerpání (neboli exhausce). Těmito hledisky jsou pocity fyzického (tělesného) vyčerpání (pocity únavy, celkové slabosti nebo oslabení, pocity stavu organismu před onemocněním), dále pocity emocionálního (citového) vyčerpání (deprese, beznaděj, bezvýchodnost) a pocity psychického (duševního) vyčerpání (pocity naprosté bezcennosti, ztráty vlastní hodnoty, ztráty iluzí, pocity marnosti vlastní existence); vyčerpání je hlavním faktorem, který sytí tento dotazník. Dotazník BM má dobrou vnitřní konzistenci a vysokou míru shody při opakování po uplynutí jednoho až čtyř měsíců; stejně tak má vysokou míru shody mezi údaji, když se jedinec měří sám a tehdy, když ho měří někdo, kdo jej dobře zná. Výsledky dotazníku BM se velmi dobře shodují s výsledky jiných psychologických vyšetření, souvisejících se spokojeností v práci, s vlastním životem a sama se sebou (čím vyšší byla výsledná hodnota BM, tím vyšší byla i nespokojenost daného jedince), s fluktuací (čím vyšší byla výsledná hodnota BM, tím častěji daný člověk uvažoval o odchodu ze zaměstnání), s fyzickými zdravotními problémy (s bolestí hlavy, žaludku, zad, se ztrátou chuti k jídlu, s nervozitou), s množstvím vypitého alkoholu (čím vyšší je hodnota BM, tím vyšší je i průměrná konzumace alkoholu) a s pocity beznaděje (čím vyšší je hodnota BM, tím vyšší je i míra beznaděje).

Škála dotazníku se skládá z celkem 21 tvrzení, která jsou hodnocena na sedmibodové stupnici (1. nikdy, 2. jednou za čas, 3. zřídka, 4. někdy, 5. často, 6. obvykle, 7. vždy); proband u každého tvrzení zaškrtnává vždy to číslo, které nejlépe vyjadřuje, jak často uvedené pocity a zkušenosti má. Dotazník se vyhodnocuje pomocí položek A, B, C a D; položka A je součtem hodnot uvedených u otázek 1, 2, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18 a 21, položka B je součtem hodnot u otázek 3, 6, 19 a 20, položka C je rozdílem hodnoty 32 a položky B ($C=32-B$) a položka D je součtem položek A a C ($D=A+C$). Celkové skóre dotazníku – tzv. BQ se následně vypočítá tím způsobem, že položku D dělíme číslem 21 ($BQ=D/21$). Pokud je výsledná hodnota BQ = 2 a nižší, výsledek lze z hlediska psychologie hodnotit jako dobrý, hodnota BQ = 2 – 3 značí uspokojivý výsledek, při výsledné hodnotě BQ = 3 – 4 je doporučeno zamyslet se nad životem a prací – nad stylem a smysluplností vlastního života, a ujasnit si žebříček hodnot; celkový výsledek BQ = 4 – 5 značí prokázanou přítomnost syndromu psychického vyčerpání, kdy je třeba začít tuto skutečnost bezpodmínečně řešit (např. obrátit se na psychologa či psychoterapeuta). Celkový výsledek BQ = 5 a výše signalizuje havarijní stav; daný jedinec by se měl okamžitě obrátit na nejbližšího klinického psychologa či psychoterapeuta (Křivohlavý, 1998).

Jelikož výroky uvedené v dotazníku BM nejsou formulovány ve vztahu k pomáhajícím profesím, případně k jiné konkrétní profesní kategorii, je použití tohoto

diagnostického nástroje vhodné i pro měření míry vyhoření v rámci výkonu policejní práce (jako specifické činnosti).

7.3 Dotazník SVF 78

Dotazník SVF 78 autorů W. Jankeho a G. Erdmannové, který vznikl v roce 2002, je zkrácenou verzí dotazníku SVF (Stressverarbeitungsfragebogen) a je charakterizován jako vícedimenzionální sebezpozorovací inventář, jenž dokáže zachytit individuální tendence pro použití různých způsobů reagování na stres v zátěžových situacích. Autoři dotazníku chápou stres jako psychický a somatický stav, jenž v určitém okamžiku nebo časovém úseku znamená déletrvající nebo silnější odchylku od obvyklé úrovně excitace. Pojem „způsoby zpracování stresu“ vysvětlují jako takové psychické pochody, které se objevují při vzniku stresu plánovitě nebo neplánovitě, vědomě nebo nevědomě, a to za účelem dosažení jeho zmírnění nebo ukončení. Způsoby zpracování stresu rozlišují podle druhu (akční způsoby, např. útok, útěk, nečinnost, sociální uzavřenost, a intrapsychické způsoby, zahrnující kognitivní procesy, např. vnímání, představy, motivačně emoční stavy), zaměření, funkce a podle jejich účinnosti. Zvládací dovednosti si jedinec osvojuje do značné míry učení – v průběhu života si vytváří repertoár způsobů zvládnání stresu, a tento individuální repertoár má určitou časovou a situační stabilitu (i když vlivem zkušeností dochází k modifikacím, což osobnostně specifickou časovou a situační stabilitu těchto dovedností zužuje). Dotazník SVF vychází z předpokladu, že strategie určité osoby při zpracování stresu jsou natolik vědomé, že je možné dotázat se na ně prostřednictvím verbálních technik; v instrukci k dotazníku se však záměrně neužívá slovo stres.

Dotazník SVF 78 obsahuje 78 výroků – způsobů, jak člověk může reagovat v situacích, kdy je něčím nebo někým poškozen, vnitřně rozrušen nebo vyveden z míry; výroky jsou probandem hodnoceny na pětibodové stupnici (0 – vůbec ne, 1 – spíše ne, 2 – možná, 3 – pravděpodobně, 4 – velmi pravděpodobně) podle toho, nakolik dané tvrzení odpovídá jeho způsobu reagování. Celkově je dotazník tvořen následujícími 13-ti subtesty:

1. Podhodnocení – jedinec si ve srovnání s ostatními přisuzuje menší míru stresu.
2. Odmítání viny – zdůraznění, že nejde o vlastní odpovědnost.
3. Odklon – značí odklon od zátěžových aktivit (situací) a případně příklon k situacím, které jsou se stresem inkompatibilní.
4. Náhradní uspokojení – jedinec se obrací k pozitivním aktivitám (situacím).

5. Kontrola situace – znamená analyzování situace, plánování a uskutečnění jednání za účelem kontroly a řešení problému.
6. Kontrola reakcí – jedinec zajistí nebo udrží kontrolu nad vlastními reakcemi.
7. Pozitivní sebeinstrukce – proband přisuzuje kompetence a schopnosti kontroly sám sobě.
8. Potřeba sociální opory – značí přání zajistit si rozhovor, sociální oporu a pomoc.
9. Vyhýbání se – vyjadřuje předsevzetí zamezit zátěží nebo se jí vyhnout.
10. Úniková tendence – jedinec má rezignační tendence vyváznout ze zátěžové situace.
11. Perseverace – znamená neschopnost myšlenkově se odpoutat, sklon dlouho nad situací přemítat.
12. Rezignace – jedinec se vzdává s pocitem bezmocnosti a beznaděje.
13. Sebeobviňování – značí připisování zátěže vlastnímu chybnému jednání.

Vyhodnocení dotazníku SVF 78 probíhá jednak na úrovni jednotlivých subtestů, a jednak na úrovni sekundárních hodnot. Vyhodnocení podle subtestů se provádí sečtením bodových hodnot u tvrzení náležejících do jednotlivých subtestů (Podhodnocení – výroky 12, 30, 36, 52, 63, 73, Odmítání viny – výroky 5, 21, 35, 44, 56, 70, Odklon – výroky 1, 14, 32, 50, 66, 74, Náhradní uspokojení – výroky 16, 25, 40, 53, 65, 72, Kontrola situace – výroky 8, 13, 29, 43, 61, 76, Kontrola reakcí – výroky 2, 20, 34, 48, 58, 71, Pozitivní sebeinstrukce – výroky 10, 26, 38, 45, 55, 62, Potřeba sociální opory – výroky 3, 15, 27, 42, 57, 68, Vyhýbání se – výroky 11, 22, 33, 46, 64, 77, Úniková tendence – výroky 9, 18, 28, 41, 59, 78, Perseverace – výroky 6, 17, 31, 47, 60, 69, Rezignace – výroky 4, 23, 39, 49, 54, 75, Sebeobviňování – výroky 7, 19, 24, 37, 51, 67), čímž získáme hrubé skóry, které se následně pomocí tabulek převádějí na T-skóry. Vyhodnocení podle sekundárních hodnot slouží ke zjištění celkové pozitivní strategie a negativní strategie u každého probanda. V rámci pozitivní strategie se rozlišují ještě tři dílčí strategie.

POZ Pozitivní strategie – celková hodnota se určuje jako aritmetický průměr hrubých skóre prvních sedmi subtestů (Podhodnocení, Odmítání viny, Odklon, Náhradní uspokojení, Kontrola situace, Kontrola reakcí, Pozitivní sebeinstrukce).

POZ 1 Strategie podhodnocení a devalvace viny – jedná se o aritmetický průměr hrubých skóre subtestů Podhodnocení a Odmítání viny.

POZ 2 Strategie odklonu – určí se jako aritmetický průměr hrubých skóre subtestů Odklon a Náhradní uspokojení.

POZ 3 Strategie kontroly – určí se jako aritmetický průměr hrubých skóre subtestů Kontrola situace, Kontrola reakcí a Pozitivní sebeinstrukce.

NEG Negativní strategie – celková hodnota se určuje jako aritmetický průměr hrubých skóre posledních čtyř subtestů (Úniková tendence, Perseverace, Rezignace a Sebeobviňování).

Subtesty Potřeba sociální opory a Vyhýbání se vyžadují jako singulární strategie samostatnou interpretaci (nevztahují se k žádné z uvedených strategií). Měly by však být zvažovány v kontextu ostatních strategií (Švancara, 2003).

7.4 Statistika

Po shromáždění veškerých vyplněných dotazníků IPSS, BM a SVF 78 bylo jejich základní zpracování (vč. údajů o pohlaví, věku, vzdělání a délce praxe), vytvoření matice dat a přípravě dat ke statistickému vyhodnocení provedeno v programu Microsoft Excel 2013; data byla následně statisticky popsána a vyhodnocena v programu Statistica 12.

Popisná statistika zahrnuje počet platných výstupů, průměry, mediány, minimální a maximální hodnoty, směrodatné odchylky, četnosti, kumulativní četnosti, relativní četnosti a kumulativní relativní četnosti. Pro lepší přehlednost a názornost byla získaná data uspořádána do tabulek a grafů (histogramy, krabicové grafy, skupinový sloupcový graf).

Proměnné věk a délka praxe u OHK byly rozděleny do intervalů, přičemž při stanovení intervalového rozložení četností výběrového souboru bylo pro volbu vhodného počtu k třídících intervalů postupováno podle Sturgesova pravidla, které zmiňují Budíková, Králová a Maroš (2010). Sturgesovo pravidlo se užívá v případě, že rozsah souboru $N < 200$, a jeho vzorec zní:

$$k \approx 1 + 3,3 \log_{10} N$$

V případě našeho výzkumu činilo $k \approx 1 + 3,3 \log_{10} \cdot 63 \approx 6,94$, tudíž zjištěné hodnoty věku a délky praxe u výběrového souboru byly rozděleny do sedmi intervalů. Šířka intervalů byla stanovena podle vzorce:

$$\frac{(\text{maximální hodnota} - \text{minimální hodnota})}{\text{počet intervalů } k}$$

V obou případech činila šířka intervalů hodnotu 4 (věk: $\frac{59-29}{7} = 4,29 \doteq 4$; délka praxe u OHK: $\frac{30-2}{7} = 4$). S ohledem na rozložení dat nebylo možné ani v jednom případě stanovit všechny intervaly ve stejném rozsahu, proto u věku má první a sedmý interval větší rozsah (první interval zahrnuje 6 let, sedmý interval zahrnuje 5 let), u délky praxe u OHK má větší rozsah poslední, sedmý interval (5 let).

Celková míra vyhoření výběrového souboru zjištěná dotazníkem BM (BQ) byla rozdělena do intervalů v souladu s dělením dle Křivohlavého (1998). Z výstupů dotazníku

IPSS byl sestaven profil stresorů výzkumného souboru, strategie zvládnání stresu zjištěné u výběrového souboru dotazníkem SVF 78 byly porovnány s výsledky standardizačního vzorku, rovněž byl vytvořen testový profil výběrového souboru a standardizačního vzorku.

Za účelem zjištění, zda mohou být při dalším statistickém zpracování dat použity parametrické metody, byla u proměnných věk, praxe u OHK, míra stresu dle IPSS, míra vyhoření dle BM a strategie dle SVF 78 (POZ, POZ 1, POZ 2, POZ 3, NEG) s využitím Shapiro – Wilkova W testu ověřována normalita rozložení, přičemž bylo zjištěno, že s výjimkou celkové míry vyhoření dle BM odpovídají výsledky očekávanému normálnímu rozložení (výsledky testování jsou v následujících kapitolách zobrazeny ve formě histogramů). Jak uvádějí Jarošová a Noskiewičová (2015), Shapiro – Wilkův test se vztahuje k regresnímu modelu závislosti vzestupně seřazených naměřených hodnot na odpovídajících kvantilech normovaného normálního rozdělení. Pokud existuje předpoklad normálního rozdělení, měly by body ležet v blízkosti proložené přímky; hodnota testové statistiky vyjadřuje, jak těsně data v grafu k přímce přiléhají. Normalita rozložení dat se nezamítá v případě, že p-hodnota zjištěná Shapiro – Wilkovým testem je větší než 0,05.

S ohledem na výsledky provedeného testování normálního rozložení dat byla k prozkoumání vzájemných vztahů vybraných proměnných použita jak parametrická metoda, tak i metoda neparametrická (její užití bylo nutné v případě zkoumání vztahu výstupů dotazníku BM s dalšími vybranými výstupy výzkumu, jelikož výsledky celkové míry vyhoření dle BM neměly očekávané normální rozložení).

Jako parametrická metoda byl zvolen Pearsonův korelační koeficient r , který je podle Hendla (2015) nejvýznamnější mírou síly vztahu dvou náhodných spojitých proměnných X a Y . Pearsonův korelační koeficient r se počítá z N párových hodnot změřených na N jednotkách a nabývá hodnot z intervalu $[-1; 1]$. Počítá se pomocí tzv. kovariance s_{xy} a směrodatných odchylek s_x a s_y obou proměnných, a jeho vzorec zní:

$$r = \frac{s_{xy}}{s_x s_y}, \text{ přičemž } s_{xy} = \frac{1}{n-1} \sum (x_i - \bar{x})(y_i - \bar{y})$$

Dané proměnné jsou korelované tím více, čím blíže se hodnota r nachází u čísel 1 nebo -1; jestliže je $r = +1$, existuje mezi proměnnými pozitivní lineární souvislost, je-li $r = -1$, existuje mezi proměnnými výrazně protikladný vztah negativní korelace; pokud je $r = 0$, proměnné jsou nekorelované, a tudíž jsou rozptýlené nezávisle na sobě. Jak uvádí Reiterová (2004), pro účely psychologických výzkumů se za dosti vysokou považuje hodnota korelačního koeficientu $r \geq 0,6$; v případě, že hodnota r se nachází mezi 0 a 0,2, je třeba, aby korelace

byla posuzována jen velice opatrně, jelikož takový výsledek je pro vytvoření předpovědi nedostatečný.

Pro posouzení vzájemného vztahu proměnných, které nemají očekávané normální rozložení (výstupy dotazníku BM), s dalšími proměnnými, byl použit neparametrický koeficient korelace – Spearmanův korelační koeficient r_s , který (na rozdíl od Pearsonova korelačního koeficientu) zachycuje monotónní vztahy, nikoliv pouze lineární, a je rezistentní vůči odlehlým hodnotám. Spearmanovým korelačním koeficientem tedy měříme sílu vztahu X a Y v případech, kdy nelze předpokládat linearitu očekávaného vztahu nebo normální rozdělení proměnných X a Y . Nabývá rovněž hodnot z intervalu $[-1; 1]$ a závislost proměnných může mít vzestupný nebo sestupný charakter – je-li $r_s = 1$, resp. $r_s = -1$, párové hodnoty x_i a y_i leží na vzestupné, resp. klesající funkci (Hendl, 2015). Vzorec pro výpočet Spearmanova korelačního koeficientu zní:

$$r_s = 1 - \frac{6 \sum (Rx_i - Ry_i)^2}{n(n^2 - 1)}, \text{ kde } Rx_i \text{ a } Ry_i \text{ jsou pořadí hodnot } x_i \text{ a } y_i.$$

Zjištěné výsledné korelace byly v diplomové práci porovnávány s kritickými hodnotami korelačních koeficientů pro hladinu významnosti $\alpha = 0,05$ (jestliže korelační koeficient r , resp. r_s překročí stanovenou kritickou hodnotu, jedná se o statisticky významnou korelaci), a pokud byl výsledek signifikantní, byl posouzen i pro hladinu významnosti $\alpha = 0,01$ (při překročení kritické hodnoty statisticky vysoce významná korelace) a $\alpha = 0,001$ (při překročení kritické hodnoty statisticky velmi vysoce významná korelace).

7.5 Symbolika výsledkové části

BM = Burnout Measure, dotazník Míry vyhoření

BQ = celkové skóre dotazníku BM (index míry vyhoření)

IPSS = Inventář pracovního stresu v modifikaci pro povolání policisty (přizpůsobený charakteru služby kriminální policie a vyšetřování)

SVF 78 = dotazník zachycující strategie zvládání stresu

SVF NEG = celková hodnota negativních strategií dotazníku SVF 78

SVF POZ = celková hodnota pozitivních strategií dotazníku SVF 78

SVF POZ 1 = hodnota strategií podhodnocení a devalvace viny dotazníku SVF 78

SVF POZ 2 = hodnota strategií odklonu dotazníku SVF 78

SVF POZ 3 = hodnota strategií kontroly dotazníku SVF 78

VS = výběrový soubor

N = rozsah výběrového souboru

StVz = standardizační vzorek (u dotazníku SVF 78)

HS = hrubý skór

\sum **HS** = celkový hrubý skór

SD = směrodatná odchylka

ChD = četnost chybějících hodnot

AM = aritmetický průměr

H1 – H5 = hypotéza 1 – hypotéza 5

PČR = Policie České republiky

SKPV = služba kriminální policie a vyšetřování

OHK = odbor hospodářské kriminality služby kriminální policie a vyšetřování

8 Popis souboru, organizace šetření

8.1 Základní soubor

Základním souborem provedeného výzkumu jsou příslušníci Policie ČR ve služebním poměru, zařazení u služby kriminální policie a vyšetřování (SKPV); jejich hlavním úkolem v rámci policie je odhalování skutečností nasvědčujících tomu, že byl spáchán trestný čin. Příslušníci SKPV vykonávají službu na Policejním prezidiu ČR, na útvarech s celostátní působností a na útvarech s teritoriální působností (krajská ředitelství policie, městská ředitelství policie, obvodní ředitelství policie a územní odbory). Podle údajů Policejního prezidia ČR činil v dubnu 2016, tedy měsíc před provedením dotazníkového šetření, počet příslušníků SKPV celkem 11.277 osob.

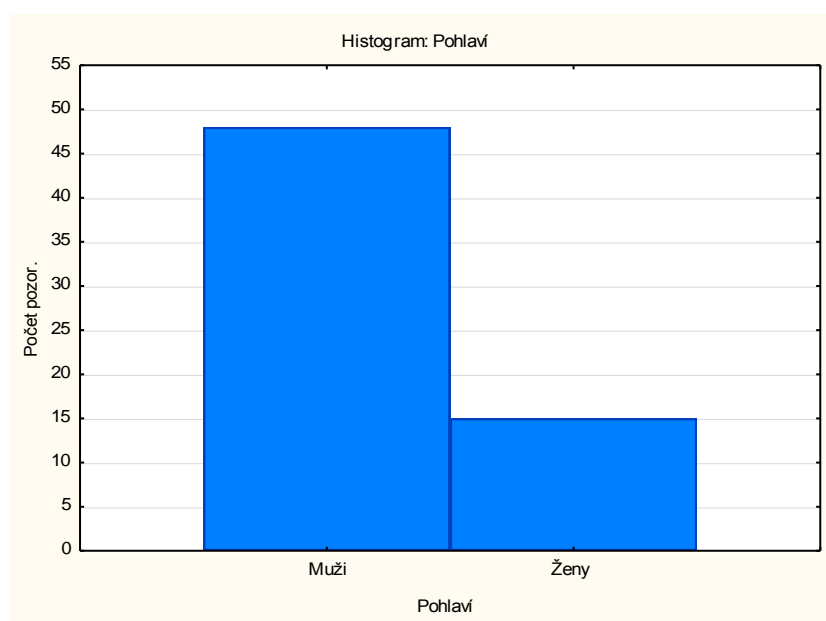
8.2 Výběrový soubor

Probandi byli do výzkumu vybráni prostřednictvím nepravděpodobnostní metody výběru, přičemž byl zvolen záměrný (účelový) výběr přes instituci. Výběrový soubor tvoří celkem 63 příslušníků SKPV, kteří byli v době sběru dat (květen – červen 2016) zařazení u jednoho z krajských policejních ředitelství na odboru hospodářské kriminality, výzkumu se zúčastnili dobrovolně a k účasti na něm udělili ústní informovaný souhlas; z důvodu zachování anonymity souboru není uváděno konkrétní krajské ředitelství. Na úrovni krajských ředitelství jsou šetřeny, prověřovány a vyšetřovány trestné činy, které v prvním stupni spadají do příslušnosti krajských soudů (tzn. trestné činy, za něž zákon stanoví trest odnětí svobody, jehož dolní hranice činí nejméně pět let nebo za něž lze uložit výjimečný trest, a některé další trestné činy, vyjmenované v trestním řádu), jedná se tedy o šetření, prověřování a vyšetřování závažné trestné činnosti.

Z hlediska pohlaví se výzkumu zúčastnilo 15 žen a 48 mužů, procentuálním vyjádřením bylo žen přibližně 23,8 % a mužů 76,2 %.

Pohlaví	Četnost	Kumulativní četnost	Rel.četnost	Kumulativní rel.četnost
Muži	48	48	76,19	76,19
Ženy	15	63	23,81	100,00
ChD	0	63	0,00	100,00

Tab. 1: Rozložení souboru dle pohlaví



Graf 1: Histogram rozložení souboru dle pohlaví

Podle údajů Policejního prezidia ČR tvořily ženy v roce 2016 zhruba 15 % z celkového počtu příslušníků Policie ČR ve služebním poměru. Na odborech (resp. odděleních a ve skupinách) zaměřených na hospodářskou kriminalitu je však procentuální zastoupení žen vyšší než u jiných policejních útvarů, což se projevilo i u našeho výběrového souboru.

Co se týče nejvyššího dosaženého vzdělání účastníků výzkumu, zjištěné skutečnosti odpovídají provedení výzkumu v rámci krajského policejního ředitelství, kde je drtivá část policistů ve služební hodnosti vrchní komisař, pro niž je požadováno minimálně vysokoškolské vzdělání v bakalářském studijním programu; vysokoškolského vzdělání dosáhlo 93,7 % respondentů, vyššího odborného vzdělání a středoškolského vzdělání s maturitou dosáhla shodně 3,2 % probandů.

Vzdělání	Četnost	Kumulativní četnost	Rel.četnost	Kumulativní rel.četnost
VŠ	59	59	93,65	93,65
VOŠ	2	61	3,17	96,83
SŠ	2	63	3,17	100,00
ChD	0	63	0,00	100,00

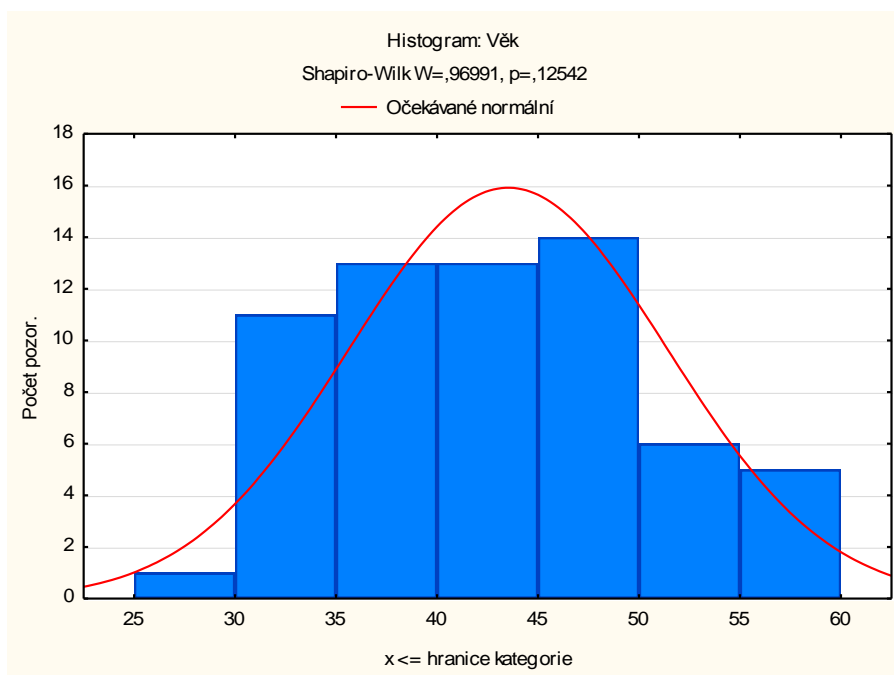
Tab. 2: Rozložení souboru dle dosaženého vzdělání

Věkové složení výběrového souboru je v rozsahu od 29 let do 59 let, průměrný věk všech respondentů činí 43,5 let. Délka praxe u Policie ČR se v případě výzkumného souboru pohybuje od 6 let do 39 let s průměrnou délkou 19 let, délka praxe u odboru hospodářské kriminality je od 2 let do 30 let s průměrnou délkou praxe 13,5 roku.

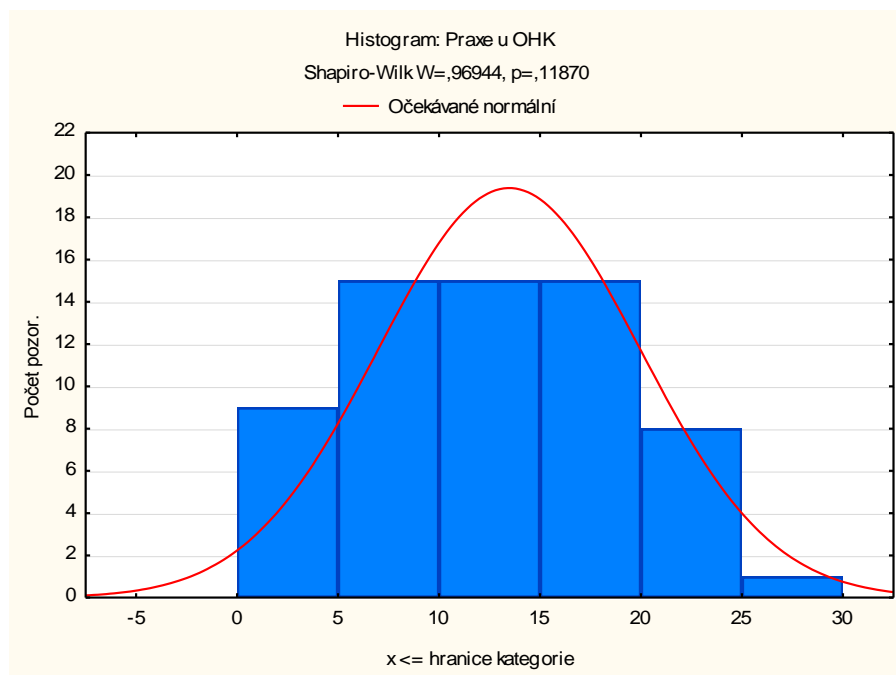
Proměnná	N platných	Průměr	Medián	Minimum	Maximum	SD
Věk	63	43,52	43,00	29,00	59,00	7,90
Praxe u PČR	63	19,03	20,00	6,00	39,00	7,57
Praxe u OHK	63	13,48	13,00	2,00	30,00	6,48

Tab. 3: Rozložení proměnných věk, praxe u PČR a praxe u OHK

Normalita rozložení u proměnných věk a praxe u OHK byla testována pomocí Shapiro – Wilkova W testu, v obou případech bylo zjištěno očekávané normální rozložení proměnných, jak je zachyceno v následujících dvou grafech.



Graf 2: Histogram rozložení proměnné věk

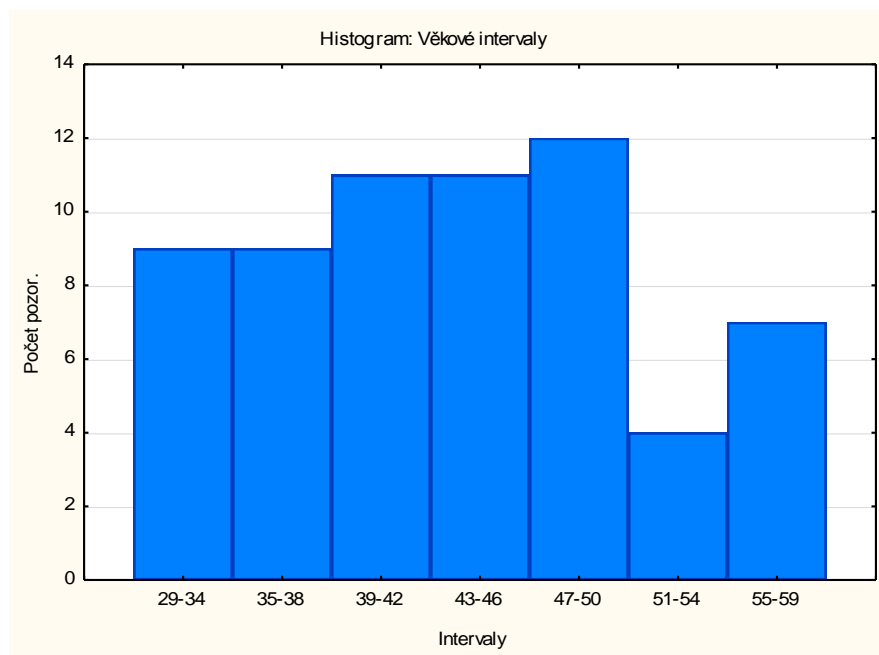


Graf 3: Histogram rozložení proměnné délka praxe u OHK

Proměnná věk byla u výzkumného souboru rozdělena pro lepší přehlednost do sedmi intervalů; nejpočetněji zastoupenou skupinou jsou policisté ve věku 47 – 50 let (19,1 %), následují skupiny 43 – 46 let a 39 – 42 let (obě shodně 17,5 %). Nejméně početnou skupinu tvoří probandi ve věku od 51 do 54 let (6,4 %).

Věkové intervaly	Četnost	Kumulativní četnost	Rel.četnost	Kumulativní rel.četnost
29-34	9	9	14,29	14,29
35-38	9	18	14,29	28,57
39-42	11	29	17,46	46,03
43-46	11	40	17,46	63,49
47-50	12	52	19,05	82,54
51-54	4	56	6,35	88,89
55-59	7	63	11,11	100,00
ChD	0	63	0,00	100,00

Tab. 4: Rozložení souboru dle věkových intervalů

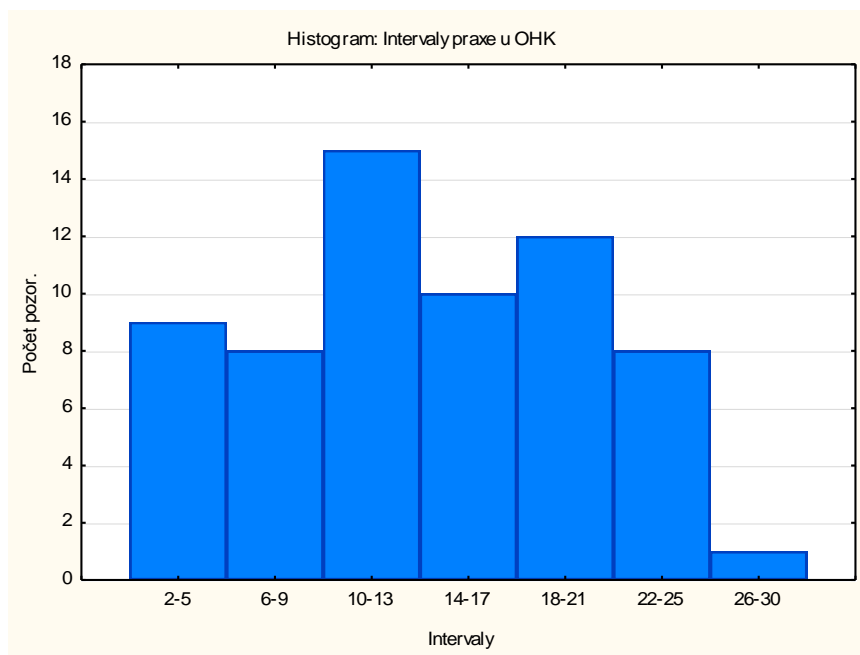


Graf 4: Histogram rozložení souboru dle věkových intervalů

Do intervalů byla rozdělena i proměnná délka praxe u OHK, přičemž bylo zjištěno, že nejpočetnější skupinou jsou u výběrového souboru policisté s praxí 10 – 13 let (23,8 %), následují policisté s praxí 18 – 21 let (19,1 %) a s praxí 14 – 17 let (15,9 %). Nejméně zastoupeným intervalem je praxe u OHK v délce 26 – 30 let, které dosáhl pouze jediný respondent (1,6 %).

Intervaly praxe u OHK	Četnost	Kumulativní četnost	Rel.četnost	Kumulativní rel.četnost
2-5	9	9	14,29	14,29
6-9	8	17	12,70	26,98
10-13	15	32	23,81	50,79
14-17	10	42	15,87	66,67
18-21	12	54	19,05	85,71
22-25	8	62	12,70	98,41
26-30	1	63	1,59	100,00
ChD	0	63	0,00	100,00

Tab. 5: Rozložení souboru dle intervalů délky praxe u OHK



Graf 5: Histogram rozložení souboru dle intervalů délky praxe u OHK

8.3 Organizace a průběh šetření

Dotazníky IPSS, BM a SVF 78 byly pro potřeby předmětného výzkumu spojeny do jedné složky, jejíž první list tvořil průvodní dopis, který obsahoval veškeré potřebné informace (vysvětlení důvodu a účelu výzkumu, informace o dobrovolnosti, anonymitě a možnosti odstoupit z výzkumu, uvedení přibližného času potřebného k vyplnění všech dotazníků, informace o časovém období, ve kterém je možné vyplněné dotazníky odevzdat, a o způsobu odevzdání dotazníků, poděkování za účast a kontakty na výzkumníka; zájemci o individuální výsledky měli označit svou složku vlastním kódem ve formátu: první čtyři pozice libovolná čísla, poslední dvě pozice písmena – iniciály jména a příjmení matky). Na druhém listu složky, na němž se nacházel dotazník IPSS, byly nad samotným dotazníkem v levé horní části předepsány kolonky pro označení pohlaví, uvedení věku, označení nejvyššího dosaženého vzdělání, uvedení délky praxe u Policie ČR a délky praxe u odboru hospodářské kriminality.

Výběr probandů a sběr dat byl proveden záměrným (účelovým) výběrem prostřednictvím instituce – po předchozím projednání s vedením odboru hospodářské kriminality byly složky s dotazníky na počátku května 2016 předány vedoucím jednotlivých oddělení odboru hospodářské kriminality, kteří byli ústně seznámeni s bližšími informacemi týkajícími se výzkumu a následně byli požádáni o distribuci dotazníků mezi své podřízené. Odevzdání vyplněných dotazníků bylo možné v průběhu května a června 2016 do

zapečetěných krabic umístěných u administrativních pracovníků na sekretariátech odboru hospodářské kriminality, kam každý policista v rámci výkonu své služby běžně chodí s korespondencí; krabice byly umístěny ve všech budovách, v nichž se nachází jednotlivá oddělení OHK (jednalo se celkem o tři místa). Distribuováno bylo celkem 130 dotazníků (podle aktuálního počtu pracovníků OHK ve služebním poměru), zpět se vrátilo 64 dotazníků; jeden dotazník byl vyplněný neúplně, tudíž byl vyřazen (chyběly veškeré údaje k probandovi – pohlaví, věk, vzdělání, praxe, a v dotaznících IPSS a SVF 78 se nacházely nevyplněné položky). Většina probandů odevzdala vyplněné dotazníky do určených krabic, část respondentů předala dotazníky tazatelce osobně; návratnost dotazníků činila 49,2 %. Po shromáždění všech dotazníků byla každá složka označena pořadovým číslem, pod nímž byly dotazníky následně zpracovány. Vyhodnocení dotazníků probíhalo částečně manuálně, částečně s pomocí programu Microsoft Excel 2013.

8.4 Etika výzkumu

V rámci realizace výzkumu bylo pamatováno na dodržování etických zásad a principů – účastníci výzkumu byli na počátku seznámeni s důvodem a účelem výzkumu, s principem dobrovolné účasti, s právem odstoupit z výzkumu, a byli informováni o tom, že výzkum je zcela anonymní (vzhledem k tomu, že na zásadu anonymity bylo důsledně dbáno po celou dobu výzkumu, nemusela být přijímána žádná opatření k ochraně soukromí a osobních údajů účastníků výzkumu). Probandi byli rovněž informováni o tom, že výstupy dotazníků budou použity pouze pro potřeby dané diplomové práce. Jelikož výzkumu se účastnily jen osoby starší 18 let, nemusel být zajišťován písemný souhlas zákonných zástupců; účastníci výzkumu udělili informovaný souhlas svou dobrovolnou účastí na výzkumu. S ohledem na charakter výzkumu, tedy dotazníkové šetření, nevzniklo žádné riziko poškození nebo újmy probandů; vzhledem k formě a předmětu výzkumu zároveň předpokládáme, že účastníkům nebyly v souvislosti s výzkumem způsobeny žádné psychické následky.

9 Výsledky výzkumného šetření

Data získaná z dotazníků IPSS, BM a SVF 78 byla statisticky zpracována a vyhodnocena, výstupy výzkumu byly zachyceny v podobě grafů a tabulek. U dotazníku IPSS jsou uvedeny nejen hodnoty celého výběrového souboru, ale i četnosti vztahující se k jednotlivým položkám dotazníku, a dále je uvedeno i rozložení míry zjištěného stresu; u dotazníku BM jsou popsány hodnoty celého výběrového souboru a rovněž četnosti vztahující se k intervalům určeným dle rozdělení Křivohlavého (1998); v případě dotazníku SVF 78 jsou zpracovány jak výstupy v hrubých skórech, tak i výstupy převedené do T-skórů, dále byly porovnány výsledky výzkumného souboru s výsledky standardizačního vzorku a byl zpracován testový profil obou skupin (VS, StVz). Následně byly korelovány vybrané dimenze dotazníků IPSS, BM a SVF 78 a vybrané sociodemografické proměnné.

9.1 Základní výstupy dotazníku IPSS

Dotazník IPSS (v modifikaci pro povolání policisty) je určen ke zjišťování významných zdrojů stresu v práci policisty. Námi použitý dotazník IPSS s 26-ti položkami (upravený s ohledem na charakter práce u SKPV) může nabývat hodnot v rozsahu od 26 do 234 bodů, střední hodnota činí 130 bodů. Ve výzkumném souboru bylo dosahováno hodnot od 45 do 206 bodů s průměrem 125,7.

Proměnná	N platných	Průměr	Medián	Minimum	Maximum	SD
IPSS	63	125,70	124,00	45,00	206,00	30,41

Tab. 6: Hodnoty výstupů dotazníku IPSS u celého VS

Z výsledků celého výzkumného souboru vyplývá, že k největším zdrojům stresu v práci respondentů patří položka 5 – Nadměrná administrativa policistů (průměr 6,6), položka 13 – Přetíženost ve službě (průměr 5,4), položka 14 – Nedokonalá legislativa ve výkonu služby, 25 – Výsledek práce neodpovídá vynaloženému úsilí, 3 – Neodpovídající služební příjem (všechny s průměrem 5,3), dále položka 16 – Nedostačující počet policistů ve službě pro odpovídající zvládnutí úkolů (průměr 5,2) a položka 15 – Neobjektivní posuzování vykonané práce (průměr 5,1). Jako nejméně stresující byly označovány položky 23 – Pocit ohrožení zdraví či života ve výkonu služby a 7 – Snížené možnosti funkčního postupu (obě s průměrem 3,9) a rovněž položka 24 – Vyšetřování událostí s devastujícími či tragickými důsledky (průměr 4,1).

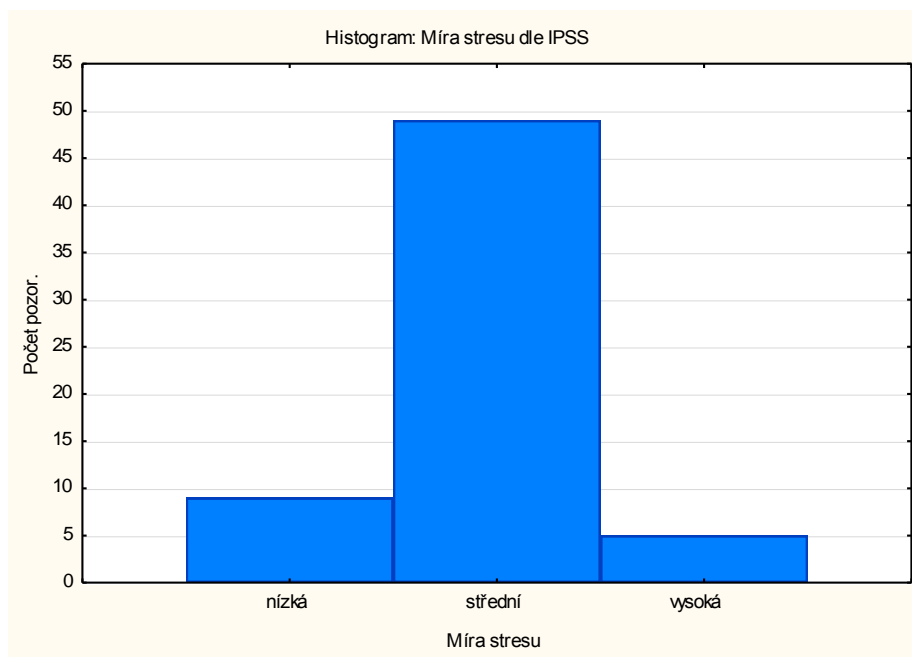
IPSS	N platných	Průměr	Medián	Min.	Max.	SD
1	63	4,63	5	2	9	1,42
2	63	4,76	4	2	9	1,93
3	63	5,27	5	2	9	2,12
4	63	5,05	5	1	9	2,09
5	63	6,63	7	3	9	1,78
6	63	4,92	5	1	9	2,03
7	63	3,87	3	1	9	1,65
8	63	4,62	5	1	9	2,02
9	63	4,76	5	1	9	1,72
10	63	4,68	4	1	9	1,99
11	63	4,56	5	1	9	2,00
12	63	4,79	5	1	9	2,07
13	63	5,38	5	2	9	1,90
14	63	5,30	5	1	9	2,10
15	63	5,14	5	1	9	1,95
16	63	5,17	5	1	9	1,95
17	63	4,95	5	1	9	1,83
18	63	4,90	5	1	9	1,75
19	63	4,59	5	1	8	1,70
20	63	4,62	5	1	9	1,98
21	63	4,57	4	1	9	1,82
22	63	4,70	5	1	9	2,07
23	63	3,86	4	1	9	1,71
24	63	4,11	4	1	9	2,19
25	63	5,30	5	1	9	1,86
26	63	4,54	5	1	9	1,92

Tab. 7: Hodnoty jednotlivých položek dotazníku IPSS

Co se týče míry stresu, které výběrový soubor dosáhl, nejpočetnější skupinu tvoří respondenti, kteří se pohybují ve středním pásmu míry stresu (77,8 %), následuje skupina spadající do úrovně nízké míry stresu (14,3 %), a nejméně zastoupenou skupinou jsou respondenti, jejichž výsledky ukazují na vysokou míru stresu (7,9 %).

IPSS	Četnost	Kumulativní četnost	Rel.četnost	Kumulativní rel.četnost
Nízká míra stresu	9	9	14,29	14,29
Střední míra stresu	49	58	77,78	92,06
Vysoká míra stresu	5	63	7,94	100,00
ChD	0	63	0,00	100,00

Tab. 8: Četnosti jednotlivých úrovní míry stresu



Graf 6: Histogram četností jednotlivých úrovní míry stresu

Při porovnání výsledků mužů a žen byly zjištěny rozdíly v rozložení míry stresu – obě skupiny mají sice shodně nejpočetnější zastoupení v úrovni střední míry stresu (ženy 73,3 %, muži 79,2 %), avšak zatímco ženy vykazují ve zbývajících úrovních míry stresu stejné zastoupení (13,3 %), muži dosáhli vyššího zastoupení v nízké míře stresu (14,6 %) a výrazně nižšího zastoupení v úrovni vysoké míry stresu (6,3 %).

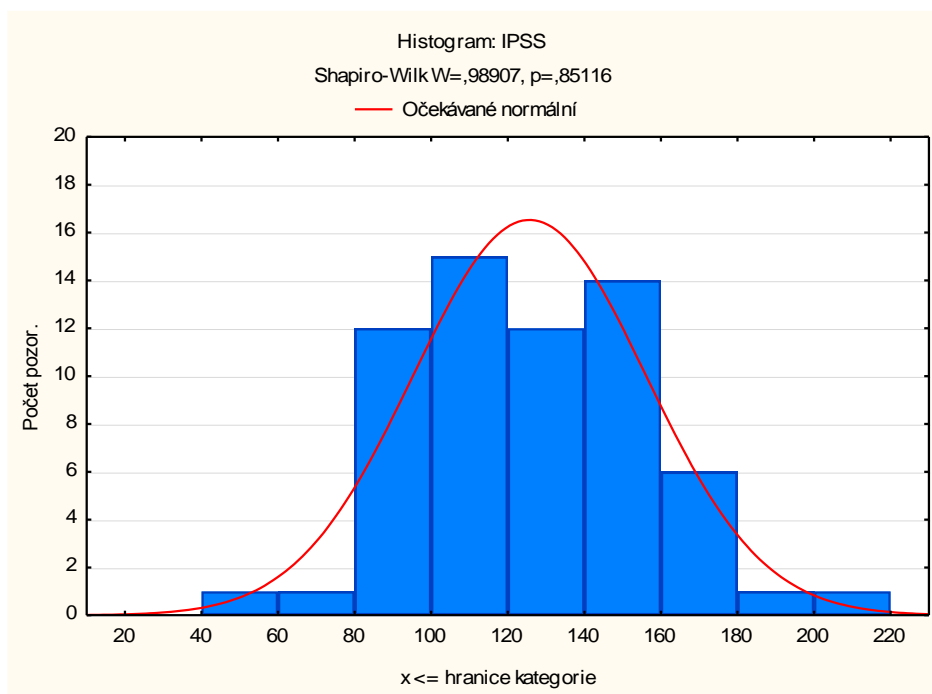
IPSS ženy	Četnost	Kumulativní četnost	Rel.četnost	Kumulativní rel.četnost
Nízká míra stresu	2	2	13,33	13,33
Střední míra stresu	11	13	73,33	86,67
Vysoká míra stresu	2	15	13,33	100,00
ChD	0	15	0,00	100,00

Tab. 9: Četnosti jednotlivých úrovní míry stresu u VS žen

IPSS muži	Četnost	Kumulativní četnost	Rel.četnost	Kumulativní rel.četnost
Nízká míra stresu	7	7	14,58	14,58
Střední míra stresu	38	45	79,17	93,75
Vysoká míra stresu	3	48	6,25	100,00
ChD	0	48	0,00	100,00

Tab. 10: Četnosti jednotlivých úrovní míry stresu u VS mužů

Pro potřeby dalšího statistického zpracování byly výstupy dotazníku IPSS testovány Shapiro – Wilkovým W testem z hlediska normality, přičemž bylo zjištěno, že daná proměnná odpovídá očekávanému normálnímu rozložení.



Graf 7: Histogram rozložení výsledků dotazníku IPSS

9.2 Základní výstupy dotazníku BM

Dotazník BM (the Burnout Measure) slouží ke zjišťování míry vyhoření a jeho celkové skóre (BQ) může nabývat hodnot od 1 (nejpříznivější výsledek) do 7 (nejméně příznivý výsledek). Výzkumný soubor dosáhl průměrné hodnoty BQ 2,7, což dle dělení Křivohlavého (1998) značí uspokojivý výsledek; nejnižší hodnoty dosáhl respondent s BQ 1,33 (z hlediska psychologie zdraví se jedná o dobrý výsledek), nejvyšší hodnota BQ v rámci VS činí 5,8 – tato hodnota spadá do nejméně příznivé kategorie, kdy se jedná o havarijní signál s potřebou terapeutické pomoci.

Proměnná	N platných	Průměr	Medián	Minimum	Maximum	SD
BQ	63	2,69	2,57	1,33	5,81	0,78

Tab. 11: Hodnoty BQ z dotazníku BM u celého VS

Výsledné hodnoty BQ naměřené u výzkumného souboru byly rozděleny do následujících intervalů (dle Křivohlavého, 1998):

Hodnota BQ	Interpretace dosažené hodnoty
1 – 2	dobrý výsledek z hlediska psychologie zdraví
2 – 3	uspokojivý výsledek
3 – 4	potenciální ohrožení
4 – 5	prokázaná přítomnost syndromu psychického vyčerpání
5 – 6	havarijní signál, je nutná terapeutická pomoc

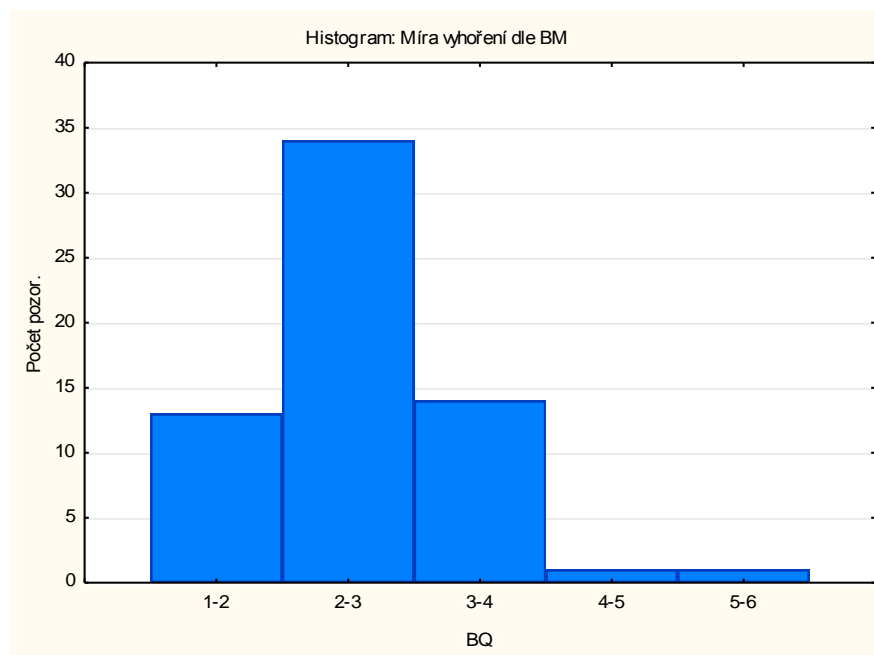
Tab. 12: Interpretace hodnot BQ z dotazníku BM dle Křivohlavého (1998)

Aby se při řazení výsledků probandů k jednotlivým intervalům tyto intervaly nekryly, byly výsledné hodnoty BQ zařazovány do kategorií podle desetinných míst (k hodnotě BQ 1 – 2 byly řazeny výsledky v rozpětí 1,0 – 2,0; k hodnotě BQ 2 – 3 byly řazeny výsledky v rozpětí 2,1 – 3,0; k hodnotě BQ 3 – 4 byly řazeny výsledky v rozpětí 3,1 – 4,0; k hodnotě BQ 4 – 5 byly řazeny výsledky v rozpětí 4,1 – 5,0; k hodnotě BQ 5 – 6 byly řazeny výsledky v rozpětí 5,1 – 6,0).

Z hlediska výše uvedeného rozdělení výsledných hodnot dotazníku BM dosáhlo 54 % respondentů uspokojivého výsledku, následuje skupina s výsledkem značícím potenciální ohrožení – 22,2 % respondentů, a dále probandi pohybující se v oblasti dobrého výsledku – 20,6 %. U jediného respondenta (tj. 1,6 %) byla prokázána přítomnost syndromu psychického vyčerpání, stejně tak jediný respondent (1,6 %) se nachází se svým výsledkem v úrovni havarijního stavu.

BQ	Četnost	Kumulativní četnost	Rel.četnost	Kumulativní rel.četnost
1-2	13	13	20,63	20,63
2-3	34	47	53,97	74,60
3-4	14	61	22,22	96,83
4-5	1	62	1,59	98,41
5-6	1	63	1,59	100,00
ChD	0	63	0,00	100,00

Tab. 13: Četnosti výsledných hodnot BQ dotazníku BM



Graf 8: Histogram četností výsledných hodnot BQ dotazníku BM

Ze srovnání výsledných hodnot BQ mužů a žen vyplývá, že u obou skupin se více než polovina respondentů pohybuje v pásmu uspokojivého výsledku (ženy 60 %, muži 52,1 %). Ženy však dosahují celkově příznivějšího výsledku, když celkem 33,3 % respondentek dosáhlo dobrého výsledku a pouze u 6,7 % respondentek bylo zjištěno potenciální ohrožení; žádná žena se nepohybuje v oblasti prokázané přítomnosti vyhoření ani v oblasti havarijního stavu; průměrná hodnota BQ u souboru žen činí 2,3. Naproti tomu ve skupině mužů dosáhlo dobrého výsledku pouze 16,7 % probandů, zatímco 27 % respondentů se již nachází v pásmu potenciálního ohrožení; u jednoho muže (2 %) byla prokázána přítomnost syndromu psychického vyčerpání, a stejně tak i havarijního stavu dosáhl pouze respondent mužského pohlaví (2 %); průměrná hodnota BQ u souboru mužů je 2,8.

Ženy	N platných	Průměr	Medián	Minimum	Maximum	SD
BQ	15	2,31	2,52	1,33	3,14	0,49

Tab. 14: Hodnoty BQ z dotazníku BM u VS žen

BQ ženy	Četnost	Kumulativní četnost	Rel.četnost	Kumulativní rel.četnost
1-2	5	5	33,33	33,33
2-3	9	14	60,00	93,33
3-4	1	15	6,67	100,00
ChD	0	15	0,00	100,00

Tab. 15: Četnosti výsledných hodnot BQ dotazníku BM u VS žen

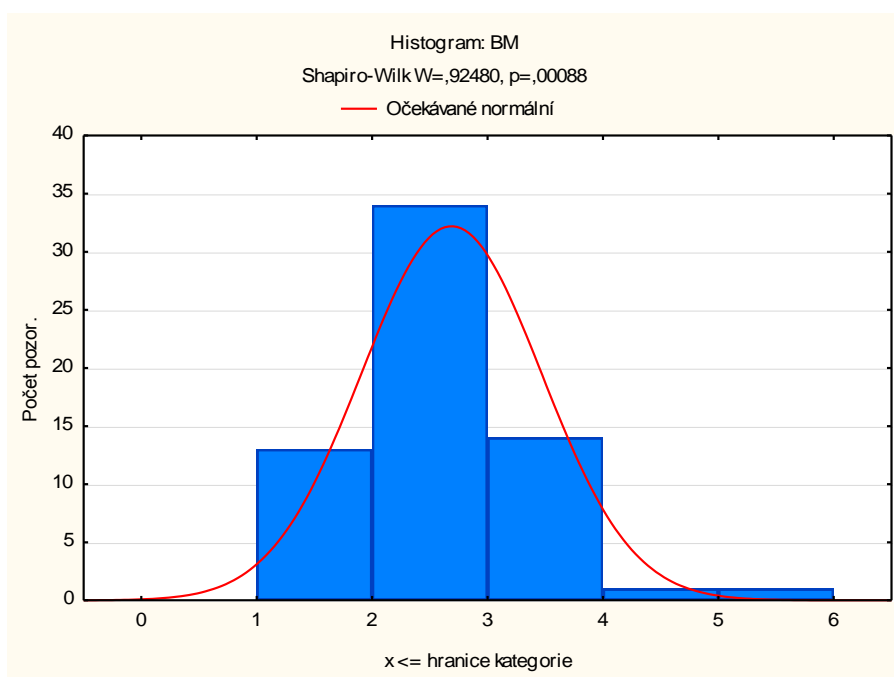
Muži	N platných	Průměr	Medián	Minimum	Maximum	SD
BQ	48	2,80	2,64	1,62	5,81	0,82

Tab. 16: Hodnoty BQ z dotazníku BM u VS mužů

BQ muži	Četnost	Kumulativní četnost	Rel.četnost	Kumulativní rel.četnost
1-2	8	8	16,67	16,67
2-3	25	33	52,08	68,75
3-4	13	46	27,08	95,83
4-5	1	47	2,08	97,92
5-6	1	48	2,08	100,00
ChD	0	48	0,00	100,00

Tab. 17: Četnosti výsledných hodnot BQ dotazníku BM u VS mužů

Za účelem zjištění, zda výsledky výběrového souboru u dotazníku BM odpovídají očekávanému normálnímu rozložení, byly získané výstupy testovány Shapiro – Wilkovým W testem, přičemž v tomto případě bylo zjištěno, že data nemají normální rozložení (a je proto nutné použít neparametrickou metodu).



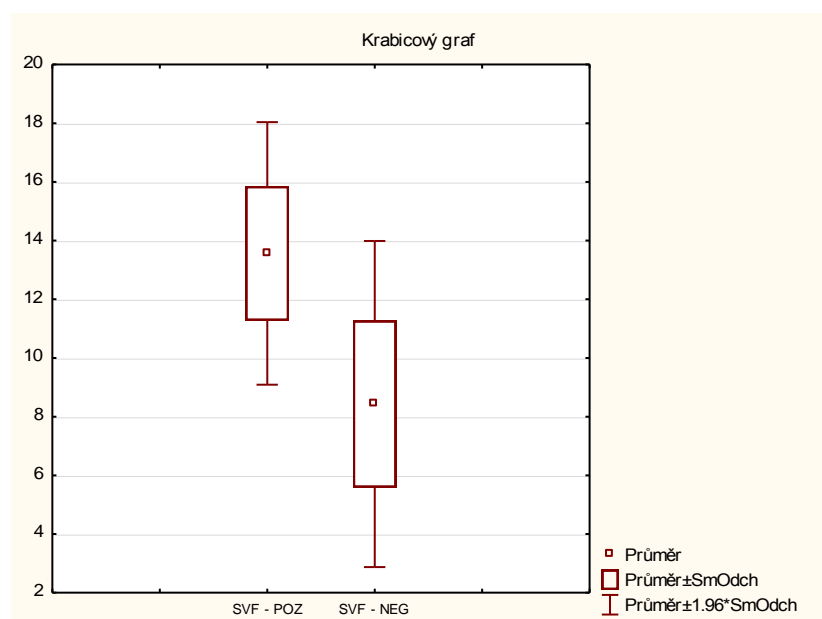
Graf 9: Histogram rozložení výsledků dotazníku BM

9.3 Základní výstupy dotazníku SVF 78

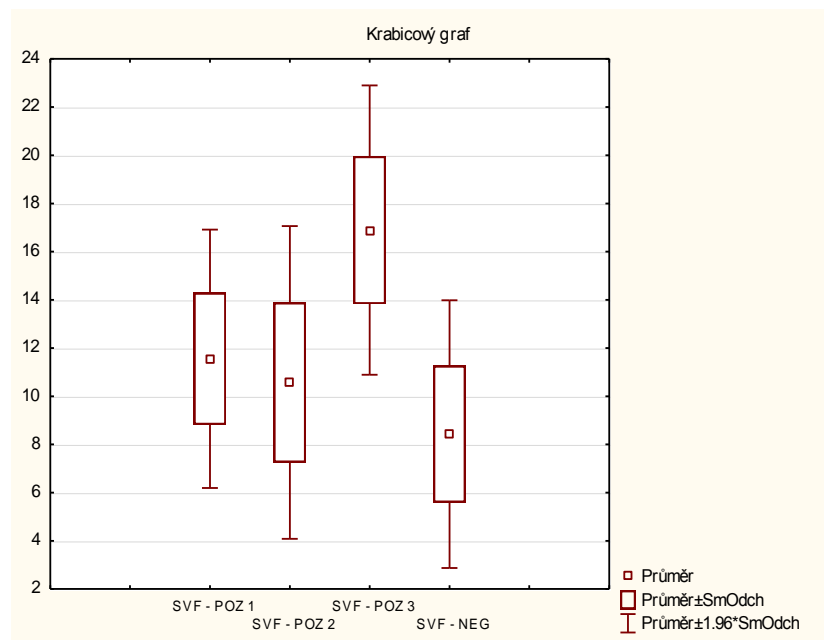
Dotazník SVF 78 je určen k zachycení individuálních tendencí pro nasazení různých způsobů reagování na stres v zátěžových situacích. Z provedeného šetření vyplývá, že účastníci výzkumu využívají ve větší míře pozitivní strategie zvládnání stresu (průměrná hodnota hrubých skóreů z dosažených výsledků 13,6) oproti negativním strategiím (průměrná hodnota 8,4), přičemž převažuje užívání Strategie kontroly (POZ 3 – 16,9), jež ukazuje na konstruktivní snahu po zvládnání resp. kontrole a kompetenci, následuje Strategie přehodnocení a strategie devalvace (POZ 1 – 11,6), vyznačující se snahou přehodnotit (často snižovat) závažnost stresoru, prožívání stresu nebo stresovou reakci, a z pozitivních strategií nejméně využívaná je Strategie odklonu (POZ 2 – 10,6) zahrnující tendence jednání orientovaného na odklon od stresující události anebo příklon k alternativním situacím, příp. aktivitám.

Proměnná	N platných	Průměr	Medián	Minimum	Maximum	SD
SVF - POZ	63	13,56	13,43	8,00	18,14	2,28
SVF - POZ 1	63	11,56	11,00	5,50	18,50	2,73
SVF - POZ 2	63	10,57	10,00	2,50	20,00	3,31
SVF - POZ 3	63	16,89	16,67	9,33	23,67	3,06
SVF - NEG	63	8,43	8,25	0,25	16,50	2,84

Tab. 18: Hodnoty jednotlivých strategií dotazníku SVF 78 u celého VS (hrubé skóre)



Graf 10: Krabicový graf rozložení celkových pozitivních a negativních strategií u VS



Graf 11: Krabicový graf rozložení jednotlivých pozitivních strategií a negativních strategií u VS

Co se týče jednotlivých subtestů dotazníku SVF 78, podle výsledných hrubých skóre respondenti nejvíce inklinují k užívání strategie Kontrola situace (průměrný HS 17,8), která se vyznačuje aktivním přístupem ke stresové situaci a je považována za zvlášť konstruktivní formu zvládnání stresu, dále k užívání strategie Kontrola reakcí (průměrný HS 16,6), jež zahrnuje snahu o zachování klidu a snahu čelit vzniklému vzrušení, a strategie Pozitivní sebeinstrukce (průměrný HS 16,3) směřující k zaujetí kladného postoje a myšlenek zvyšujících sebedůvěru (tzv. subjektivní kompetence) a rovněž k apelování na sebe sama vydržet a nevzdat se; všechny tři uvedené subtesty spadají do strategií POZ 3 – Strategie kontroly. Mezi nejméně užívanými strategiemi se nacházejí subtesty Rezignace (průměrný HS 5,5), která představuje subjektivní nedostatek možností zvládat zátěžové situace, Úniková tendence (průměrný HS 8), jež naznačuje jednak potřebu vyváznout ze situace a jednak sníženou pohotovost nebo schopnost zátěžové situaci čelit, Sebeobviňování (průměrný HS 8,1) vyjadřující sklon ke sklíčenosti a přisuzování chyb vlastnímu jednání, a Náhradní uspokojení (průměrný HS 8,6), které směřuje k jednání zaměřenému na kladné city, které nejsou kompatibilní se stresem a vedou k sebezpečením vnějšími odměnami.

Proměnná	N platných	Průměr	Medián	Minimum	Maximum	SD
SVF - POZ	63	13,56	13,43	8,00	18,14	2,28
SVF - POZ 1	63	11,56	11,00	5,50	18,50	2,73
SVF - POZ 2	63	10,57	10,00	2,50	20,00	3,31
SVF - POZ 3	63	16,89	16,67	9,33	23,67	3,06
SVF - NEG	63	8,43	8,25	0,25	16,50	2,84
Podhodnocení	63	12,10	12,00	4,00	21,00	3,56
Odmítání viny	63	11,02	10,00	2,00	17,00	3,15
Odklon	63	12,51	12,00	4,00	22,00	3,75
Náhradní uspokojení	63	8,63	8,00	1,00	18,00	3,77
Kontrola situace	63	17,81	17,00	11,00	24,00	3,26
Kontrola reakcí	63	16,56	17,00	7,00	23,00	3,41
Pozitivní sebeinstrukce	63	16,32	16,00	8,00	24,00	3,75
Potřeba sociální opory	63	13,11	13,00	5,00	21,00	3,83
Vyhýbání se	63	13,75	14,00	5,00	24,00	4,15
Úniková tendence	63	7,98	8,00	0,00	15,00	2,77
Perseverace	63	12,13	12,00	0,00	22,00	5,33
Rezignace	63	5,54	6,00	0,00	14,00	3,08
Sebeobviňování	63	8,06	8,00	0,00	17,00	3,60

Tab. 19: Hodnoty strategií dotazníku SVF 78 a jednotlivých subtestů u celého VS (hrubé skóry)

Pro srovnání dosažených hodnot mezi skupinou mužů a žen byly v souladu s příručkou dotazníku SVF 78 výsledné hrubé skóry u všech probandů převedeny dle příslušných tabulek (odlišných podle pohlaví) na T-skóry. Převedením došlo v rámci celého VS ke změně v pořadí užívaných strategií a jako nejvíce užívané vycházejí subtesty Podhodnocení (AM 53,8), Kontrola situace (AM 53,1), Vyhýbání se (AM 52,4), Potřeba sociální opory (AM 52,3), Kontrola reakcí (AM 52,1) a Odmítání viny (AM 51,1). Na opačné straně – jako nejméně užívané – se nacházejí Sebeobviňování (AM 43,7), Rezignace (AM 45,2), Perseverace (AM 46,2) a Náhradní uspokojení (AM 47,7).

Proměnná	N platných	Průměr	Medián	Minimum	Maximum	SD
SVF - POZ	63	51,54	50,00	29,00	69,00	9,26
SVF - NEG	63	46,62	47,00	0,00	70,00	11,31
Podhodnocení	63	53,79	54,00	31,00	69,00	8,00
Odmítání viny	63	51,06	49,00	25,00	66,00	9,46
Odklon	63	49,56	49,00	29,00	70,00	8,87
Náhradní uspokojení	63	47,67	46,00	29,00	69,00	8,35
Kontrola situace	63	53,10	51,00	36,00	75,00	8,69
Kontrola reakcí	63	52,10	52,00	29,00	71,00	8,98
Pozitivní sebeinstrukce	63	48,37	47,00	31,00	69,00	9,69
Potřeba soc. opory	63	52,27	52,00	36,00	71,00	8,01
Vyhýbání se	63	52,40	53,00	33,00	73,00	7,77
Úniková tendence	63	49,71	51,00	23,00	66,00	7,31
Perseverace	63	46,19	49,00	0,00	63,00	12,67
Rezignace	63	45,16	46,00	25,00	65,00	8,51
Sebeobviňování	63	43,70	44,00	0,00	67,00	10,47

Tab. 20: Hodnoty celkových strategií dotazníku SVF 78 a jednotlivých subtestů u celého VS (T-skóry)

Změnu v pořadí subtestů podle výsledných hrubých skóreů a podle T-skóreů lze vysvětlit tím, že převodní tabulky přisuzují hrubým skóreům jednotlivých subtestů různou váhu a liší se i podle pohlaví – pro ukázkou uvedme např. hodnoty T-skóreů při dosažení HS 10 (podle Švancary, 2003):

Subtest	Pro ženy	Pro muže
Podhodnocení	54	48
Odmítání viny	49	48
Odklon	43	44
Náhradní uspokojení	50	52
Kontrola situace	31	34
Kontrola reakcí	37	36
Pozitivní sebeinstrukce	31	34
Potřeba sociální opory	40	48
Vyhýbání se	45	47
Úniková tendence	54	56
Perseverace	39	45
Rezignace	53	58
Sebeobviňování	46	50

Ze srovnání T-skóreů dosažených skupinou mužů a skupinou žen je patrné, že strategie zvládání stresu se u výběrového souboru v rámci pohlaví poněkud liší. Ženy dosáhly nejvyšších průměrných hodnot u subtestů Podhodnocení (AM 57,6), Kontrola situace (AM 55,9), Vyhýbání se (AM 54,1), Odklon (AM 53,9) a Kontrola reakcí (AM 52,5), naopak k nejméně používaným strategiím patří Sebeobviňování (AM 39,7), Rezignace (AM 40,2), Perseverace (AM 40,4) a Úniková tendence (AM 46,9). Muži dosáhli nejvyšších průměrných hodnot u subtestů Potřeba sociální opory (AM 53,5), Podhodnocení (AM 52,6), Kontrola situace (AM 52,2), Kontrola reakcí (AM 52) a Vyhýbání se (AM 51,9), nejnižších průměrných hodnot dosáhli u subtestů Sebeobviňování (AM 44,9), Rezignace (AM 46,7), Náhradní uspokojení (AM 47,1) a Pozitivní sebeinstrukce (AM 47,3). Zajímavý je zejména rozdíl ve strategii Potřeba sociální opory – zatímco u mužů se nachází na prvním místě s průměrnou hodnotou 53,5, u výběrového souboru žen je tato strategie až na devátém místě s průměrnou hodnotou 48,3.

Proměnná (T-skóry ženy)	N platných	Průměr	Medián	Minimum	Maximum	SD
SVF - POZ	15	55,60	58,00	38,00	67,00	8,49
SVF - NEG	15	40,13	39,00	0,00	56,00	13,13
Podhodnocení	15	57,60	58,00	42,00	69,00	7,15
Odmítání viny	15	49,80	49,00	28,00	64,00	8,13
Odklon	15	53,87	55,00	40,00	63,00	7,47
Náhradní uspokojení	15	49,47	48,00	36,00	62,00	6,78
Kontrola situace	15	55,93	54,00	37,00	75,00	10,50
Kontrola reakcí	15	52,47	53,00	39,00	62,00	7,57
Pozitivní sebeinstrukce	15	51,87	53,00	32,00	65,00	11,94
Potřeba soc. opory	15	48,27	46,00	36,00	60,00	7,91
Vyhýbání se	15	54,07	53,00	41,00	73,00	9,04
Úniková tendence	15	46,93	49,00	37,00	54,00	5,59
Pers everace	15	40,40	39,00	0,00	63,00	15,16
Rezignace	15	40,20	38,00	25,00	50,00	7,55
Sebeobviňování	15	39,73	39,00	23,00	54,00	8,47

Tab. 21: Hodnoty celkových strategií dotazníku SVF 78 a jednotlivých subtestů u VS žen (T-skóry)

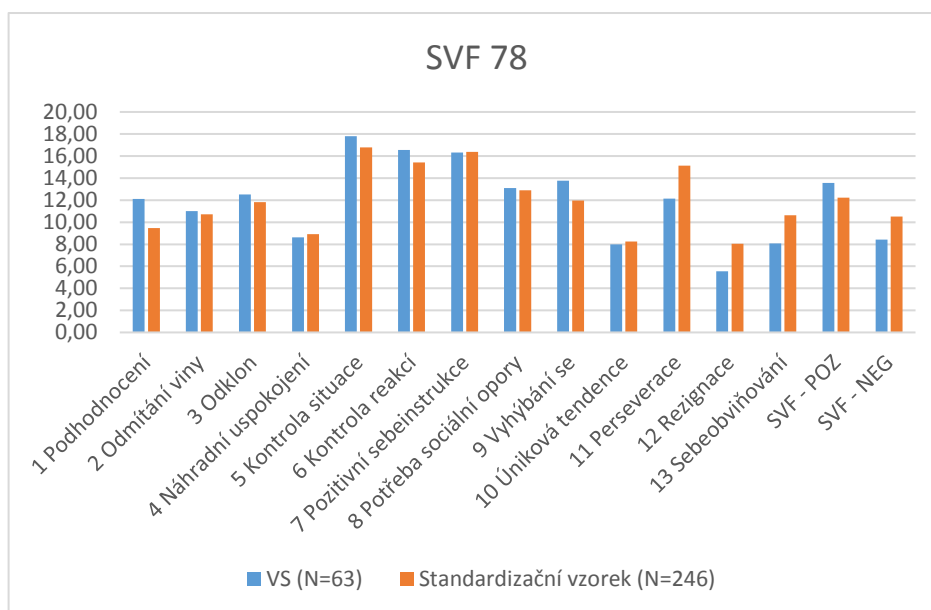
Proměnná (T-skóry muži)	N platných	Průměr	Medián	Minimum	Maximum	SD
SVF - POZ	48	50,27	50,00	29,00	69,00	9,21
SVF - NEG	48	48,65	51,00	0,00	70,00	9,99
Podhodnocení	48	52,60	54,00	31,00	69,00	7,94
Odmítání viny	48	51,46	51,00	25,00	66,00	9,88
Odklon	48	48,21	47,00	29,00	70,00	8,91
Náhradní uspokojení	48	47,10	45,00	29,00	69,00	8,77
Kontrola situace	48	52,21	50,00	36,00	72,00	7,96
Kontrola reakcí	48	51,98	50,00	29,00	71,00	9,45
Pozitivní sebeinstrukce	48	47,27	46,00	31,00	69,00	8,73
Potřeba soc. opory	48	53,52	52,00	36,00	71,00	7,70
Vyhýbání se	48	51,88	52,00	33,00	70,00	7,36
Úniková tendence	48	50,58	51,00	23,00	66,00	7,62
Pers everace	48	48,00	50,00	0,00	63,00	11,37
Rezignace	48	46,71	48,00	32,00	65,00	8,27
Sebeobviňování	48	44,94	44,00	0,00	67,00	10,79

Tab. 22: Hodnoty celkových strategií dotazníku SVF 78 a jednotlivých subtestů u VS mužů (T-skóry)

Srovnáním hrubých skóre výsledků výběrového souboru a standardizačního vzorku (hodnoty StVz dle Švancary, 2003) bylo zjištěno, že u obou skupin převažuje užívání pozitivních strategií před negativními a obdobný je i profil užívaných strategií – na nejvyšších příčkách se shodně (i když v jiném pořadí) nacházejí strategie Kontrola situace, Kontrola reakcí a Pozitivní sebeinstrukce, na opačné straně můžeme nalézt položky Rezignace, Úniková tendence a Náhradní uspokojení.

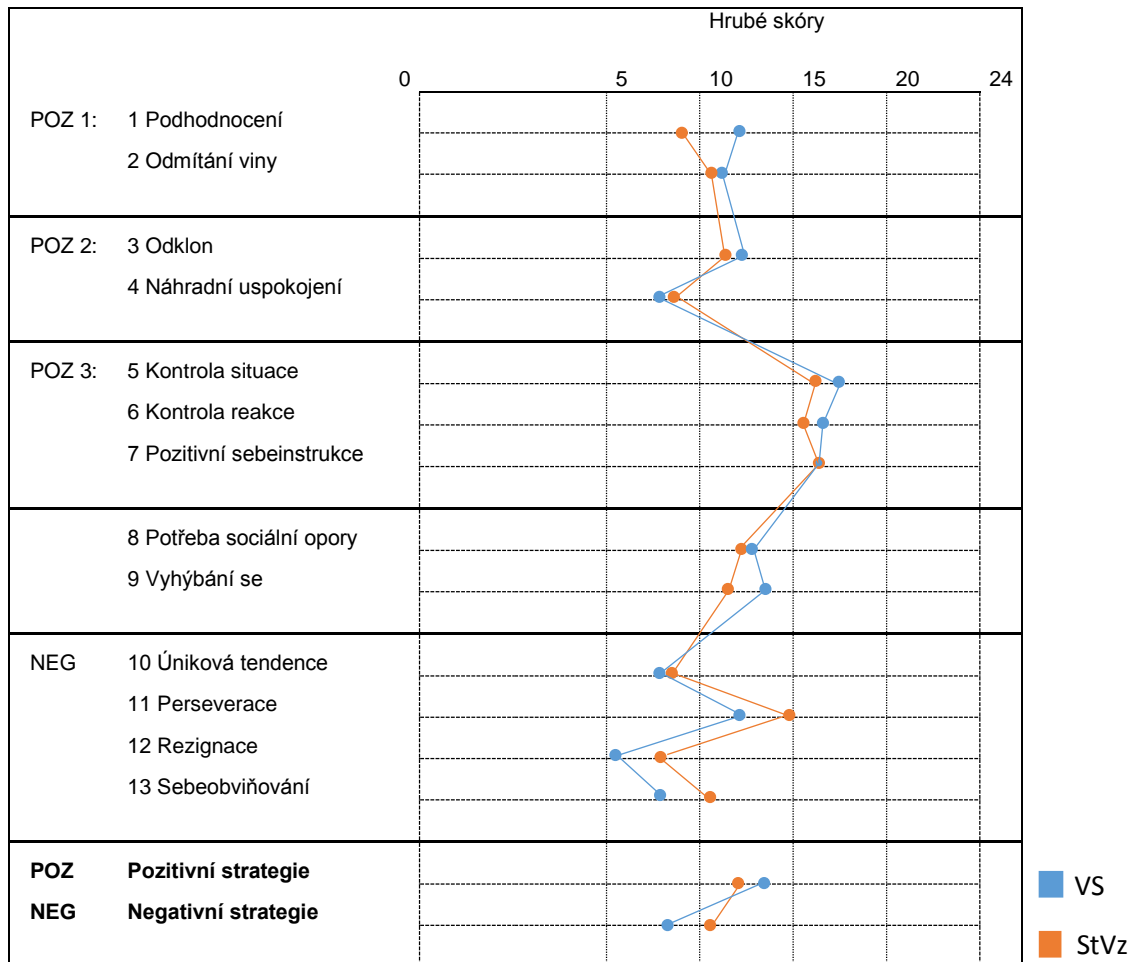
Proměnná	VS (N=63): průměr	StVz (N=246): průměr	VS (N=63): SD	StVz (N=246): SD
SVF - POZ	13,56	12,22	2,28	2,32
SVF - POZ 1	11,56	10,09	2,73	3,47
SVF - POZ 2	10,57	10,37	3,31	3,59
SVF - POZ 3	16,89	16,19	3,06	3,24
SVF - NEG	8,43	10,52	2,84	3,86
Podhodnocení	12,10	9,48	3,56	4,44
Odmítání viny	11,02	10,71	3,15	3,74
Odklon	12,51	11,83	3,75	3,66
Náhradní uspokojení	8,63	8,91	3,77	4,69
Kontrola situace	17,81	16,78	3,26	3,73
Kontrola reakcí	16,56	15,41	3,41	4,00
Pozitivní sebeinstrukce	16,32	16,37	3,75	3,97
Potřeba sociální opory	13,11	12,89	3,83	5,22
Vyhýbání se	13,75	11,97	4,15	4,71
Úniková tendence	7,98	8,24	2,77	4,70
Perseverace	12,13	15,13	5,33	5,67
Rezignace	5,54	8,04	3,08	4,36
Sebeobviňování	8,06	10,64	3,60	4,19

Tab. 23: Srovnání dosažených hodnot v dotazníku SVF 78 mezi VS a StVz (hrubé skóry)



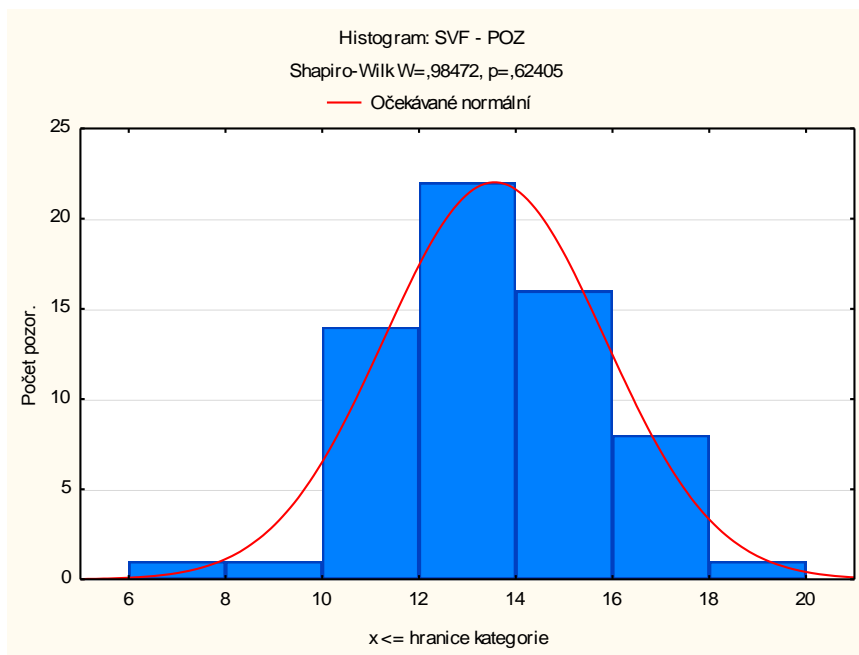
Graf 12: Sloupcový graf dosažených hodnot v dotazníku SVF 78 u VS a StVz (hrubé skóry)

Výsledné hrubé skóry výběrového souboru a hrubé skóry dosažené standardizačním vzorkem byly zaznamenány pro lepší porovnání do testového profilu, z něhož zřetelně vyplývá obdobná skladba v užívaných strategiích u obou srovnávaných skupin.

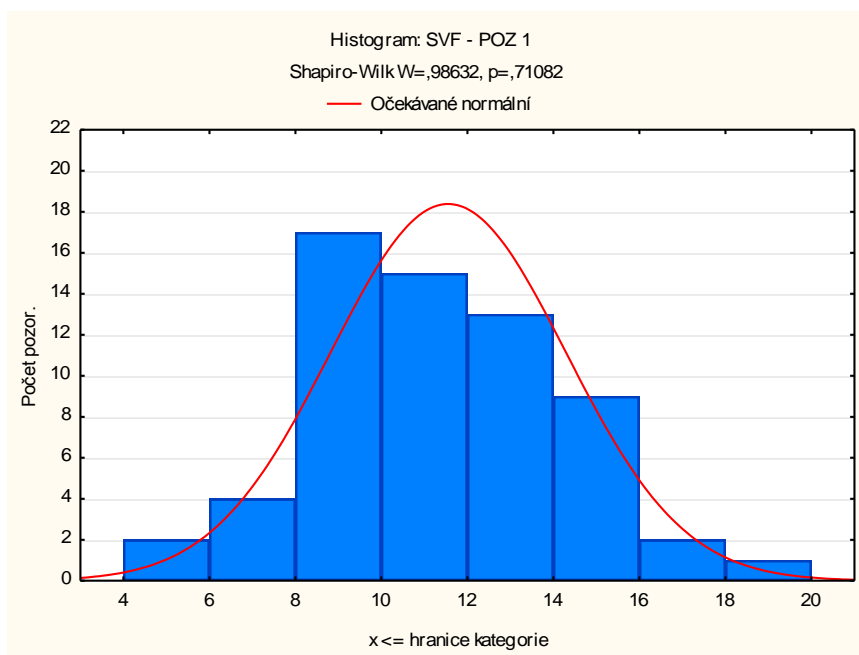


Testový profil – hrubé skóry dotazníku SVF 78 dosažené výběrovým souborem a standardizačním vzorkem

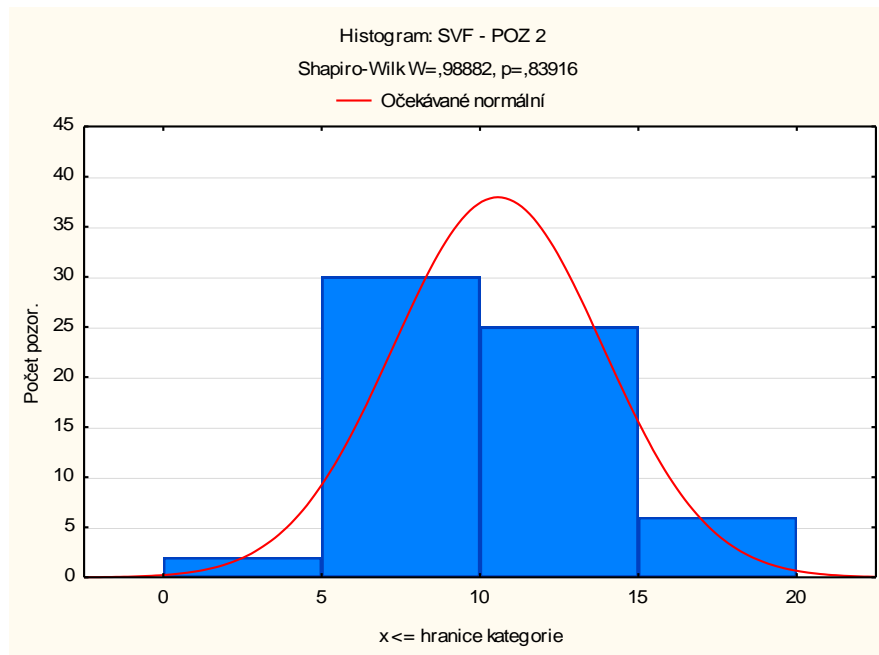
Jednotlivé strategie dotazníku SVF 78 včetně celkové pozitivní a celkové negativní strategie byly otestovány Shapiro – Wilkovým W testem, přičemž bylo zjištěno, že rozložení dat odpovídá očekávanému normálnímu rozložení, a proto mohou být k dalšímu statistickému vyhodnocení užity parametrické metody.



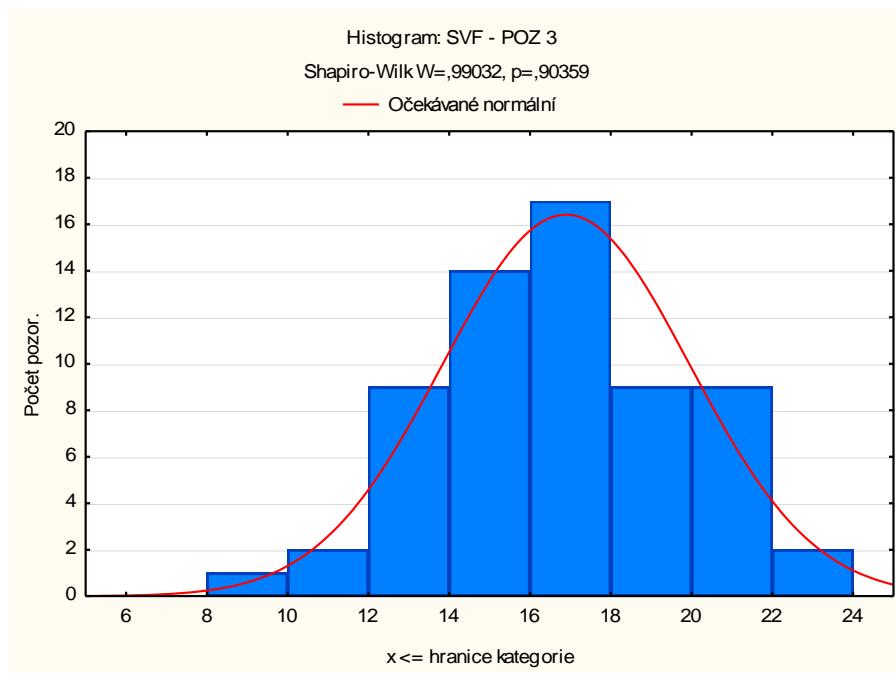
Graf 13: Histogram rozložení výsledků dotazníku SVF 78 – Pozitivní strategie



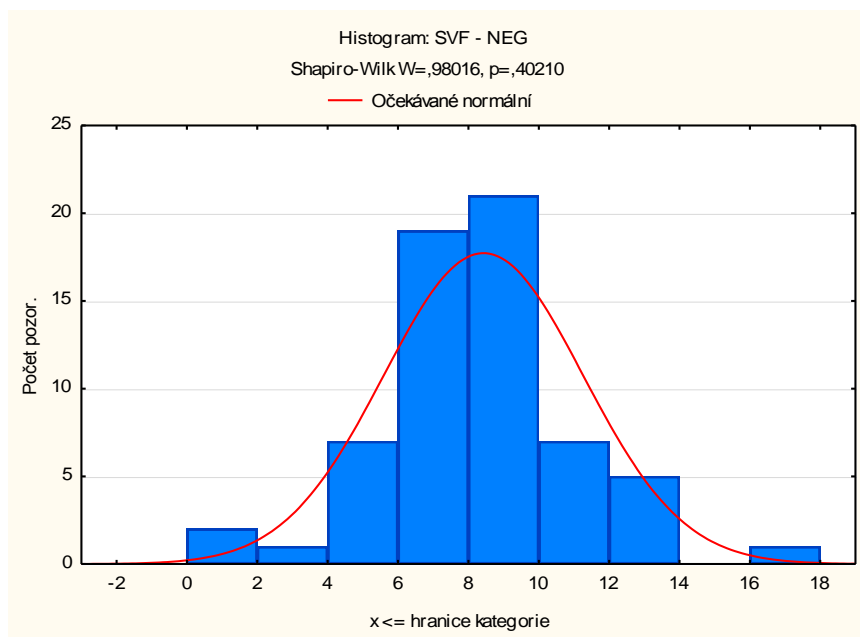
Graf 14: Histogram rozložení výsledků dotazníku SVF 78 – POZ 1



Graf 15: Histogram rozložení výsledků dotazníku SVF 78 – POZ 2



Graf 16: Histogram rozložení výsledků dotazníku SVF 78 – POZ 3



Graf 17: Histogram rozložení výsledků dotazníku SVF 78 – Negativní strategie

9.4 Vybrané koreláty

Ke zjištění vzájemného vztahu vybraných proměnných, které mají očekávané normální rozložení, byla použita parametrická metoda – Pearsonův korelační koeficient, přičemž výsledný korelační koeficient r byl porovnáván s kritickou hodnotou pro výběrový soubor $N = 63$. Vzájemný vztah byl nejprve posuzován na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ a v případě, že na této hladině významnosti byl korelační koeficient signifikantní, byl následně posuzován i pro hladinu významnosti $\alpha = 0,01$ a případně i $\alpha = 0,001$.

Pearsonovým korelačním koeficientem byly korelovány:

- průměrné skóre pozitivních strategií dotazníku SVF 78 s celkovým průměrným skórem dotazníku IPSS a
- proměnná věk s průměrným skórem dotazníku IPSS.

Pro korelace proměnných, jež nemají očekávané normální rozložení, byla použita neparametrická metoda – Spearmanův korelační koeficient r_s , jenž byl rovněž porovnáván s kritickou hodnotou pro výběrový soubor $N = 63$. Stejně jako u Pearsonova korelačního koeficientu byl vzájemný vztah nejprve posuzován na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ a v případě signifikantnosti byl posouzen i pro hladinu významnosti $\alpha = 0,01$ (resp. i $\alpha = 0,001$).

Spearmanovým korelačním koeficientem byly korelovány:

- průměrné skóre dotazníku BM s celkovým průměrným skórem dotazníku IPSS,

- průměrné skóre negativních strategií dotazníku SVF 78 s průměrným skórem dotazníku BM a
- proměnná délka praxe u OHK s průměrným skórem dotazníku BM.

Pro korelace byly v obou případech použity výsledné hrubé skóry dotazníků a případné signifikantní výsledky jsou v příslušných tabulkách označeny červenou barvou.

Pozitivní strategie dotazníku SVF 78 a celkový skór dotazníku IPSS

Při korelaci celkových skóre pozitivních strategií dotazníku SVF 78 s celkovými skóry dotazníku IPSS pro celý VS byl na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ zjištěn korelační koeficient $r = 0,02$, z čehož vyplývá, že mezi užívanými pozitivními strategiemi zvládnání stresu podle dotazníku SVF 78 a mírou vnímaného stresu podle dotazníku IPSS neexistuje u výběrového souboru signifikantní vztah ($p > 0,05$). Z výsledku tedy lze usuzovat, že užívání pozitivních strategií zvládnání stresu nemá u výběrového souboru souvislost s vnímanou mírou stresu.

Hladina významnosti: $p < 0,05$ N=63				
Proměnná	Průměry	SD	IPSS	SVF - POZ
IPSS	125,70	30,41	1,00	0,02
SVF - POZ	13,56	2,28	0,02	1,00

Tab. 24: Korelace mezi SVF – POZ a IPSS

Věk a celkový skór dotazníku IPSS

Hodnota korelačního koeficientu při korelaci proměnné věk s celkovými skóry dotazníku IPSS pro celý VS činí $r = 0,10$ a na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ není tedy vztah těchto proměnných signifikantní ($p > 0,05$) – u výběrového souboru tudíž nebyla prokázána souvislost mezi věkem a celkovou mírou vnímaného stresu.

Hladina významnosti: $p < 0,05$ N=63				
Proměnná	Průměry	SD	Věk	IPSS
Věk	43,52	7,90	1,00	0,10
IPSS	125,70	30,41	0,10	1,00

Tab. 25: Korelace mezi věkem a IPSS

Index míry vyhoření a celkový skór dotazníku IPSS

Korelací mezi indexem míry vyhoření – BQ a celkovým skórem dotazníku IPSS byl u výběrového souboru na hladině významnosti $\alpha = 0,001$ zjištěn korelační koeficient $r_s = 0,42$ ($p < 0,001$), mezi uvedenými proměnnými tak existuje velmi vysoce signifikantní vztah a byla tedy prokázána pozitivní souvislost mezi mírou vyhoření a mírou vnímaného stresu – čím větší je míra vyhoření jedince, tím větší je i jedincem vnímaná celková míra stresu.

Dvojice proměnných	Hladina významnosti: $p < 0,001$			
	N plat.	Spearman R	t(N-2)	p-hodn.
IPSS & BM	63	0,42	3,59	0,00

Tab. 26: Korelace mezi BM a IPSS

Negativní strategie dotazníku SVF 78 a index míry vyhoření

Vztah mezi celkovým skórem negativních strategií dotazníku SVF 78 a mírou vyhoření jedince se na hladině významnosti $\alpha = 0,001$ ukázal rovněž jako velmi vysoce signifikantní ($p < 0,001$), když korelační koeficient činí $r_s = 0,5$. Z výsledku lze učinit závěr, že mezi negativními strategiemi a mírou vyhoření existuje pozitivní souvislost – čím více užívá jedinec ke zvládnání stresu negativní strategie, tím vyšší je celková míra jeho psychického vyčerpání.

Dvojice proměnných	Hladina významnosti: $p < 0,001$			
	N plat.	Spearman R	t(N-2)	p-hodn.
SVF - NEG & BM	63	0,50	4,50	0,00

Tab. 27: Korelace mezi SVF - NEG a BM

Délka praxe u OHK a index míry vyhoření

Korelací proměnné délka praxe u OHK a indexu míry vyhoření byl na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ odhalen korelační koeficient $r_s = 0,19$ a mezi proměnnými tedy nebyl zjištěn signifikantní vztah ($p > 0,05$); ze závěrů lze proto usuzovat, že mezi délkou praxe u OHK a celkovou mírou vyhoření BQ neexistuje souvislost.

Dvojice proměnných	Hladina významnosti: $p < 0,05$			
	N plat.	Spearman R	t(N-2)	p-hodn.
Praxe OHK & BM	63	0,19	1,52	0,13

Tab. 28: Korelace mezi délkou praxe u OHK a BM

9.5 Ostatní koreláty

Kromě vybraných korelátů k ověření platnosti hypotéz byly za účelem odhalení dalších signifikantních vztahů ve výběrovém souboru vzájemně korelovány i další proměnné, přičemž byl rovněž použit Pearsonův korelační koeficient a Spearmanův korelační koeficient.

Koreláty pozitivních strategií dotazníku SVF 78

Korelační koeficient při korelaci pozitivních strategií dotazníku SVF 78 a délky praxe u OHK má na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ hodnotu $r = -0,01$ ($p > 0,05$), tudíž mezi uvedenými proměnnými neexistuje signifikantní vztah a nebyla tak prokázána jejich vzájemná souvislost.

Proměnná	Hladina významnosti: $p < 0,05$ N=63			
	Průměry	SD	SVF - POZ	Praxe OHK
SVF - POZ	13,56	2,28	1,00	-0,01
Praxe OHK	13,48	6,48	-0,01	1,00

Tab. 29: Korelace mezi SVF – POZ a délkou praxe u OHK

Korelací pozitivních strategií dotazníku SVF 78 a proměnné věk byl zjištěn signifikantní vztah na hladině významnosti $\alpha = 0,05$, když korelační koeficient má hodnotu $r = 0,25$ ($p < 0,05$) – z výsledků lze usuzovat na pozitivní souvislost mezi užíváním pozitivních strategií zvládnání stresu a věkem účastníků výzkumu; čím vyšší je věk respondentů, tím spíše používají ke zvládnání stresu pozitivní strategie.

Proměnná	Hladina významnosti: $p < 0,05$ N=63			
	Průměry	SD	SVF - POZ	Věk
SVF - POZ	13,56	2,28	1,00	0,25
Věk	43,52	7,90	0,25	1,00

Tab. 30: Korelace mezi SVF – POZ a věkem

Při korelaci pozitivních strategií dotazníku SVF 78 a indexu míry psychického vyčerpání byl na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ zjištěn korelační koeficient $r_s = -0,11$, takže lze učinit závěr, že mezi danými proměnnými neexistuje vzájemný vztah ($p > 0,05$).

Dvojice proměnných	Hladina významnosti: $p < 0,05$			
	N plat.	Spearman R	t(N-2)	p-hodn.
SVF - POZ & BM	63	-0,11	-0,89	0,38

Tab. 31: Korelace mezi SVF – POZ a BM

Koreláty negativních strategií dotazníku SVF 78

Hodnota korelačního koeficientu při korelaci proměnných negativní strategie dotazníku SVF 78 a délka praxe u OHK na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ činí $r = 0,16$ a vztah těchto proměnných tedy není signifikantní ($p > 0,05$) – mezi užíváním negativních strategií zvládání stresových situací a délkou praxe u OHK není souvislost.

Proměnná	Hladina významnosti: $p < 0,05$ N=63			
	Průměry	SD	SVF - NEG	Praxe OHK
SVF - NEG	8,43	2,84	1,00	0,16
Praxe OHK	13,48	6,48	0,16	1,00

Tab. 32: Korelace mezi SVF – NEG a délkou praxe u OHK

Vzájemná souvislost nebyla nalezena ani mezi negativními strategiemi dotazníku SVF 78 a proměnnou věk, když korelační koeficient na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ má hodnotu $r = 0,24$ ($p > 0,05$).

Proměnná	Hladina významnosti: $p < 0,05$ N=63			
	Průměry	SD	SVF - NEG	Věk
SVF - NEG	8,43	2,84	1,00	0,24
Věk	43,52	7,90	0,24	1,00

Tab. 33: Korelace mezi SVF – NEG a věkem

Korelací negativních strategií dotazníku SVF 78 s celkovým skórem dotazníku IPSS byl nalezen signifikantní vztah na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ ($p < 0,05$). Hodnota korelačního koeficientu je $r = 0,27$ a jedná se tedy o pozitivní souvislost – čím vyšší je

užívání negativních strategií při zvládnání stresu, tím vyšší je i celková míra jedincem vnímaného stresu.

Hladina významnosti: $p < 0,05$ N=63				
Proměnná	Průměry	SD	SVF - NEG	IPSS
SVF - NEG	8,43	2,84	1,00	0,27
IPSS	125,70	30,41	0,27	1,00

Tab. 34: Korelace mezi SVF – NEG a IPSS

Délka praxe u OHK a celkový skór dotazníku IPSS

Korelační koeficient při korelaci proměnné délka praxe u OHK a celkového skóru dotazníku IPSS má na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ hodnotu $r = -0,12$; nebyla tak prokázána vzájemná souvislost uvedených proměnných ($p > 0,05$).

Hladina významnosti: $p < 0,05$ N=63				
Proměnná	Průměry	SD	Praxe OHK	IPSS
Praxe OHK	13,48	6,48	1,00	-0,12
IPSS	125,70	30,41	-0,12	1,00

Tab. 35: Korelace mezi délkou praxe u OHK a IPSS

Věk a index míry vyhoření

Při korelaci proměnné věk s indexem míry vyhoření BQ byl na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ zjištěn korelační koeficient s hodnotou $r_s = 0,23$, ani v tomto případě tedy nebyl odhalen signifikantní vztah daných proměnných ($p > 0,05$).

Hladina významnosti: $p < 0,05$				
Dvojice proměnných	N plat.	Spearman R	t(N-2)	p-hodn.
Věk & BM	63	0,23	1,86	0,07

Tab. 36: Korelace mezi věkem a BM

9.6 K platnosti hypotéz

Na základě výzkumem zjištěných výstupů lze ke stanoveným hypotézám uvést následující závěry:

H1: U celého výběrového souboru příslušníků SKPV existuje pozitivní korelace mezi celkovým průměrným skórem dotazníku BM a celkovým průměrným skórem dotazníku IPSS. Korelační koeficient při korelaci indexu míry vyhoření BQ a celkového skóru dotazníku IPSS u celého VS má hodnotu $r_s = 0,42$. Na hladině významnosti $\alpha = 0,001$ byl odhalen velmi vysoce signifikantní pozitivní vztah ($p < 0,001$) – čím větší je míra vyhoření jedince, tím větší je i jedincem vnímaná celková míra stresu.

Hypotézu H1 přijímáme.

H2: Průměrné skóre pozitivních strategií dotazníku SVF 78 u celého výběrového souboru příslušníků SKPV negativně koreluje s celkovým průměrným skórem dotazníku IPSS.

Korelací celkových skóre pozitivních strategií dotazníku SVF 78 s celkovými skóry dotazníku IPSS pro celý VS byl na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ zjištěn korelační koeficient $r = 0,02$. Mezi danými proměnnými neexistuje u výběrového souboru signifikantní vztah ($p > 0,05$) – vyšší užívání pozitivních strategií při zvládnání stresu nemá u výběrového souboru souvislost s vnímanou mírou stresu.

Hypotézu H2 zamítáme.

H3: Průměrné skóre negativních strategií dotazníku SVF 78 u celého výběrového souboru příslušníků SKPV pozitivně koreluje s celkovým průměrným skórem dotazníku BM.

Při korelaci celkového skóru negativních strategií dotazníku SVF 78 a míry vyhoření výběrového souboru byl na hladině významnosti $\alpha = 0,001$ odhalen velmi vysoce signifikantní pozitivní vztah, když korelační koeficient činí $r_s = 0,5$ ($p < 0,001$) – čím více užívá jedinec ke zvládnání stresu negativní strategie, tím vyšší je i celková míra jeho psychického vyčerpání.

Hypotézu H3 přijímáme.

H4: Průměrné skóre proměnné „délka praxe na OHK“ u celého výběrového souboru příslušníků SKPV pozitivně koreluje s celkovým průměrným skórem dotazníku BM.

Korelací proměnné délka praxe u OHK a indexu míry vyhoření byl u celého VS na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ zjištěn korelační koeficient $r_s = 0,19$. Mezi uvedenými proměnnými neexistuje signifikantní vztah ($p > 0,05$) – délka praxe na OHK nemá souvislost s celkovou mírou vyhoření.

Hypotézu H4 zamítáme.

H5: Průměrné skóre proměnné „věk“ u celého výběrového souboru příslušníků SKPV pozitivně koreluje s celkovým průměrným skórem dotazníku IPSS.

Korelační koeficient při korelaci proměnné věk s celkovými skóry dotazníku IPSS pro celý VS má hodnotu $r = 0,10$. Na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ nebyl odhalen signifikantní vztah těchto proměnných ($p > 0,05$) – u výběrového souboru nebyla prokázána souvislost mezi věkem a celkovou mírou vnímaného stresu.

Hypotézu H5 zamítáme.

10 Diskuze

Diplomová práce se zaměřuje na problematiku stresu a syndromu vyhoření u příslušníků Policie ČR, konkrétně u policistů sloužících u služby kriminální policie a vyšetřování. Jejím záměrem je prostřednictvím dotazníkového šetření odhalit profil stresorů u výběrového souboru (dotazníkem IPSS), zjistit míru vyhoření respondentů (dotazníkem BM), popsat jejich strategie zvládání stresu (zjištěné dotazníkem SVF 78) a nalézt významné koreláty mezi proměnnými. S ohledem na teoretické poznatky, empirická zjištění i vlastní předpoklady bylo na základě stanovených cílů zformulováno celkem pět hypotéz, které byly následně testovány.

Výběrový soubor našeho výzkumu tvořilo celkem 63 respondentů (15 žen a 48 mužů), věk účastníků se pohybuje v rozmezí od 29 do 59 let (průměrný věk je 43,5 let, medián je 43 let), přičemž nejpočetněji zastoupenou skupinou jsou policisté ve věkovém intervalu 47 – 50 let (19,1 %). Z hlediska délky praxe u odboru hospodářské kriminality byli ve výzkumném souboru zastoupeni respondenti s praxí od 2 do 30 let (průměrná praxe u OHK činí 13,5 let, medián je 13 let), nejpočetnější skupinou jsou policisté s praxí v intervalu 10 – 13 let (23,8 %).

Z výsledků dotazníku IPSS byl zjištěn profil stresorů, které respondenti vnímají ve svém povolání, a bylo odhaleno rozdělení souboru z hlediska pocíťované míry stresu, přičemž 77,8 % respondentů se nachází v úrovni střední míry stresu, 14,3 % respondentů se nachází v úrovni nízké míry stresu a pouze 8 % respondentů pocíťuje vysokou míru stresu; ve vztahu k procentu policistů, kteří se nacházejí v pásmu střední míry stresu, je nutno podotknout, že daný výsledek může být ovlivněn tendencí respondentů ke středovým odpovědím. Mezi největší zdroje stresu patří Nadměrná administrativa (průměr 6,6), Přetíženost ve službě (průměr 5,4), Nedokonalá legislativa ve výkonu služby, Výsledek práce neodpovídající vynaloženému úsilí a Neodpovídající služební příjem (vše s průměrem 5,3). Nejméně stresující jsou pro respondenty Pocit ohrožení zdraví či života při výkonu služby (průměr 3,9), Snížené možnosti funkčního postupu (průměr 3,9) a Vyšetřování událostí s devastujícími či tragickými důsledky (průměr 4,1). Zjištěné skutečnosti nejsou vzhledem ke složení výběrového souboru překvapující a naprosto korespondují s charakterem práce na OHK – prověřování a vyšetřování hospodářských trestných činů s sebou nese velké množství „papírové“ práce, je nutné zajišťovat a vyhodnocovat velké

množství listinných důkazů a spisový materiál je často velice obsáhlý. K tomu se v posledních letech přidává požadavek na vedení spisů v elektronické podobě, což obnáší převod veškerých listin do elektronické formy, a přibývají další nutné administrativní úkony související nejen se samotným vedením trestního řízení. Stále se (oproti letům minulým) zvyšuje nápad hospodářské trestné činnosti a tedy i zatíženost jednotlivých policistů, přičemž nedokonalosti v zákonech napomáhají tomu, že významná část prošetřovaných podezření z trestné činnosti musí být i navzdory obsáhlému prověřování pro nedostatek důkazů odložena. Položka Neodpovídající služební příjem je pak nepochybně důsledkem všeobecně známé úrovně platů ve státní sféře. K rozložení míry stresu ve výběrovém souboru je třeba podotknout, že procentuální zastoupení respondentů v úrovni vysoké míry stresu bylo s ohledem na charakteristiky služby u OHK očekáváno vyšší a je tedy příjemným překvapením, že pouze 8 % respondentů vnímá ve svém povolání vysokou zátěž – výsledek však může být zkreslen neúčastí jedinců, kteří se cítí být pod velkým tlakem a na vyplnění dotazníků si tak nenašli prostor.

Nadměrná administrativa se objevila mezi nejvýznamnějšími stresory i v jiných výzkumech, v nichž byl použit dotazník IPSS – například ve výzkumu provedeném Jaruškem (2013) a v šetření Adamové a Vtípila (2012); v tomto výzkumu byl jako další významný stresor ve shodě s naším výzkumem označen také Neodpovídající služební příjem. Odlišnosti byly zjištěny v případě nejmenších zdrojů stresu, když z šetření Jaruška (2013) vyplynuly položky Narušené mezilidské vztahy mezi policisty, Odborné chybování nadřízených, Nedostačující materiálně technické zabezpečení výkonu služby a Nezáměr nadřízených podílet se na řešení problému, a ve výzkumu Adamové a Vtípila (2012) se jedná o položku Nepříznivé pracovní prostředí. Rozdílnost výsledků lze pravděpodobně spatřovat ve složení výběrových souborů zmíněných výzkumů a v náplni jejich pracovní činnosti.

Co se týče míry vyhoření měřené dotazníkem BM, výběrový soubor dosáhl celkového průměrného skóre 2,7 (medián je 2,6), výsledná hodnota se tedy pohybuje v pásmu uspokojivého výsledku, přičemž uspokojivého výsledku dosáhlo nejvíce probandů (celkem 54 %). Druhou nejpočetnější skupinu tvoří respondenti, kteří jsou syndromem vyhoření potenciálně ohroženi (22,2 %), pětina respondentů (20,6 %) dosáhla dobrého výsledku a nejvyšší mírou vyhoření (prokázanou přítomností syndromu psychického vyčerpání a havarijním stavem) je u obou úrovní shodně postiženo 1,6 % respondentů. Přestože výsledky se zdají být pozitivní (do dvou nejvyšších kategorií spadají pouze dva respondenti a tři čtvrtiny účastníků dosáhly úrovně uspokojivého a dobrého výsledku), mělo

by být varující, že více než pětina dotázaných je syndromem vyhoření potenciálně ohrožena. Ženy mají v případě míry vyhoření příznivější výsledek – dosáhly průměrné hodnoty 2,3 (medián 2,5), průměrná hodnota u respondentů – mužů je 2,8 (medián 2,6); kromě toho vyšší procento žen se nachází v pásmu dobrého výsledku (33,3 % oproti 16,7 % u mužů), nižší procento žen se nachází v pásmu potenciálního ohrožení (6,7 % oproti 27,1 % u mužů) a žádná z respondentek nespadá do dvou nejzávažnějších oblastí – prokázané přítomnosti syndromu psychického vyčerpání a havarijního stavu (na rozdíl od skupiny mužů, v níž dosáhlo hodnot v kategoriích prokázaná přítomnost syndromu vyhoření a havarijní stav po jednom respondentovi). Uvedené výsledky mohou být sice do značné míry zkresleny nízkým početním zastoupením žen v našem výběrovém souboru, korespondují však se zjištěními Diblíkové (2013), která ve svém výzkumu odhalila, že syndromem vyhoření jsou více ohroženi muži než ženy.

Dotazník BM použil ve svém šetření i Mareček (2013), jenž mezi policisty SKPV věnujícími se obecné a hospodářské kriminalitě zjistil, že nízká míra vyhoření (BQ 0-3) se týká 49 % respondentů, střední míry vyhoření (BQ 3-4) dosáhlo 21 % respondentů a vysoké míry vyhoření (BQ 4 a více) dosáhlo 30 % respondentů; z uvedeného vyplývá, že prokázaná přítomnost syndromu psychického vyčerpání a havarijní stav se týkaly téměř třetiny účastníků předmětného výzkumu – v našem výzkumu se v pásmu BQ 4 a více nacházejí pouze 3,2 % probandů a mnohem větší zastoupení bylo zjištěno v pásmu BQ 0-3 (téměř 75 % respondentů). Rozdíly mohou vyplývat ze sídelního umístění útvarů, na nichž se výzkumy uskutečnily, ze složení výběrových souborů, z počtu respondentů, případně i z konkrétní problematiky, kterou se účastníci jednotlivých výzkumů při výkonu služby zabývají, nicméně přesto jsou překvapující, jelikož oba výzkumy byly zaměřeny na policisty sloužící u SKPV (neznáme však poměr policistů věnujících se obecné kriminalitě a policistů orientovaných na hospodářskou kriminalitu v Marečkově výzkumu). S dotazníkem BM pracoval i Kovář (2015), jehož výsledky mnohem více korespondují s našimi zjištěními (přestože šetření bylo provedeno u odlišné složky – u uniformované policie na obvodních odděleních). Kovář neprokázal hodnotu BQ nad 5 u žádného respondenta, hodnoty BQ 4-5 dosáhl jediný proband (z celkového počtu 94 respondentů), hodnota BQ 3-4 byla odhalena u 39 % dotázaných, v rozmezí 2-3 se pohybovalo 54 % respondentů a hodnoty pod 2 dosáhlo 6 % účastníků.

Z konečných výsledků dotazníku SVF 78 vyplývá, že výběrový soubor užívá více pozitivní strategie zvládání stresových situací (průměrná hodnota HS 13,6) před negativními

(průměrná hodnota HS 8,4), přičemž v pozitivních strategiích převažují Strategie kontroly (průměr 16,9), následují Strategie přehodnocení a devalvace (průměr 11,6) a Strategie odklonu (průměr 10,6). Ze subtestů dotazníku jsou dle výsledných hrubých skóre nejvíce používány strategie Kontrola situace (AM 17,8), Kontrola reakcí (AM 16,6) a Pozitivní sebeinstrukce (AM 16,3), nejméně užívané jsou strategie Rezignace (AM 5,5), Úniková tendence (AM 8), Sebeobviňování (AM 8,1) a Náhradní uspokojení (AM 8,6). Překvapivé jsou výsledky při rozdělení souboru na skupinu mužů a skupinu žen (za účelem srovnání byly hrubé skóre převedeny na T-skóre) – ženy mají nejvyšší průměrné hodnoty u subtestů Podhodnocení (AM 57,6), Kontrola situace (AM 55,9) a Vyhýbání se (AM 54,1), naopak k nejméně používaným strategiím patří Sebeobviňování (AM 39,7), Rezignace (AM 40,2) a Perseverace (AM 40,4); muži dosáhli nejvyšších průměrných hodnot u subtestů Potřeba sociální opory (AM 53,5), Podhodnocení (AM 52,6) a Kontrola situace (AM 52,2), nejnižších průměrných hodnot dosáhli u subtestů Sebeobviňování (AM 44,9), Rezignace (AM 46,7), Náhradní uspokojení (AM 47,1) a Pozitivní sebeinstrukce (AM 47,3). Neočekávaný je především výsledek v užívání strategie Potřeba sociální opory, která se u mužů nachází na prvním místě s průměrnou hodnotou 53,5 a u žen až na devátém místě s průměrnou hodnotou 48,3 – čekali bychom, že s ohledem na obecně známé charakteristiky ženského a mužského pohlaví bude strategie Potřeba sociální opory více užívána spíše ženami, což náš výzkum nepotvrdil. Vysvětlení můžeme spatřovat ve skutečnosti, že u policie (jako represivní složky státu s převažujícím mužským zastoupením) pracují pravděpodobně spíše ženy s osobnostními charakteristikami odlišnými od charakteristik žen v běžné populaci.

Ze srovnání hrubých skóre našeho výběrového souboru se standardizačním vzorkem vyplynulo, že u obou skupin existuje obdobná skladba užívaných strategií (u policistů je oproti standardizačnímu vzorku výraznější užívání pozitivních strategií před negativními).

Výsledky našeho výzkumu se do značné míry shodují i s výzkumem Chrobákové (2013), která zkoumala policisty z útvarů obecné kriminality a policisty sloužící na obvodních odděleních, a ke svému výzkumu rovněž použila dotazník SVF 78; mezi třemi nejčastěji používanými strategiemi se i v jejím výzkumu objevily Kontrola situace, Pozitivní sebeinstrukce a Kontrola reakcí, a mezi třemi nejméně používanými strategiemi Rezignace, Úniková tendence a Sebeobviňování.

Z pěti formulovaných hypotéz jsme dvě hypotézy přijali a tři zamítli:

- Byla přijata hypotéza č. 1, když na hladině významnosti $\alpha = 0,001$ byl odhalen velmi vysoce signifikantní pozitivní vztah mezi indexem míry vyhoření BQ a celkovým skórem dotazníku IPSS (korelační koeficient $r_s = 0,42$), což znamená, že čím větší je míra vyhoření jedince, tím větší je i jedincem vnímaná celková míra stresu. Tato hypotéza byla stanovena na základě teoretického rámce syndromu vyhoření, jelikož za jeden z nejvýznamnějších iniciujících faktorů syndromu vyhoření je považováno působení chronického stresu (viz např. Kebza, Šolcová, 1998). Dále byla přijata hypotéza č. 3, jelikož korelací celkového skóru negativních strategií dotazníku SVF 78 a míry vyhoření výběrového souboru byl na hladině významnosti $\alpha = 0,001$ odhalen velmi vysoce signifikantní pozitivní vztah (korelační koeficient $r_s = 0,5$), z čehož vyplývá, že čím více užívá jedinec ke zvládnání stresu negativní strategie, tím vyšší je i celková míra jeho psychického vyčerpání. Formulace hypotézy byla i v tomto případě odvozena z teoretických poznatků – k faktorům vedoucím k vyhoření se podle Kebzy a Šolcové (1998) řadí např. nízká asertivita, neschopnost relaxace, depresivní ladění, úzkostné rysy, externí lokalizace kontroly, nízké sebepojetí a sebehodnocení, přičemž u osob s těmito charakteristikami jsme předpokládali užívání spíše negativních strategií.

- Zamítli jsme hypotézu č. 2, protože jsme na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ neodhalili signifikantní negativní vztah mezi celkovými skóry pozitivních strategií dotazníku SVF 78 a celkovými skóry dotazníku IPSS (korelační koeficient $r = 0,02$) – u výběrového souboru jsme neprokázali, že vyšší užívání pozitivních strategií při zvládnání stresu má souvislost s vnímanou nižší mírou stresu (hypotéza byla zformulována na základě našeho předpokladu, že pokud jedinec užívá spíše pozitivní – a tedy efektivnější – strategie zvládnání stresu, dokáže zdrojům stresu lépe čelit a tím pádem pociťuje stres v menší míře). Rovněž jsme zamítli hypotézu č. 4, když na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ nebyl odhalen signifikantní pozitivní vztah mezi proměnnou délka praxe u OHK a indexem míry vyhoření (korelační koeficient $r_s = 0,19$), tudíž délka praxe u OHK nemá souvislost s celkovou mírou vyhoření. Stanovení této hypotézy sice odporuje některým teoretickým poznatkům, jelikož jak uvádí Pešek a Praško (2016), demografické charakteristiky (mezi nimi i délka praxe v oboru) jsou z hlediska rozvoje vyhoření neutrálními faktory, nicméně v našem výzkumu jsme při její formulaci přihlédlí k předpokladu, že delší působení faktorů spouštějících vyhoření může přinést i vyšší riziko syndromu vyhoření [souvislost seniority a syndromu vyhoření neprokázal výzkum Marečka (2013), naproti tomu Kovář (2015) zjistil, že hodnota vyhoření se zvyšuje se vzrůstající délkou služby – nejvyšších hodnot dosahovali policisté sloužící od 15 do 19 let, avšak u policistů sloužících nad 20 let se míra vyhoření začala opět snižovat].

Zamítnuta byla i poslední, pátá hypotéza, když na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ nebyl odhalen signifikantní vztah mezi proměnnou věk a celkovými skóry dotazníku IPSS (korelační koeficient $r = 0,10$) – neprokázali jsme tak souvislost mezi věkem a celkovou mírou vnímaného stresu (také tato hypotéza byla zformulována spíše na základě předpokladu výzkumníka a vycházela z očekávaného postupného hromadění stresových událostí).

Kromě stanovených hypotéz byly za účelem nalezení dalších signifikantních vztahů vzájemně testovány i další proměnné. Na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ (korelační koeficient $r = 0,25$) byl odhalen signifikantní vztah mezi užíváním pozitivních strategií dotazníku SVF 78 a proměnnou věk (čím vyšší je věk respondentů, tím spíše používají ke zvládnání stresu pozitivní strategie) – zjištěnou souvislost můžeme vysvětlit tím, že se lidé postupně učí, jak efektivněji čelit stresu, kterému jsou vystaveni [jak uvádí Kryl (2004), strategie zvládnání stresu vycházejí z individuálních předpokladů pro odolnost vůči stresu, které jsou částečně vrozené a částečně naučené]. Dále byla na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ odhalena pozitivní souvislost mezi negativními strategiemi dotazníku SVF 78 a celkovým skórem dotazníku IPSS (korelační koeficient $r = 0,27$). Je tedy možné učinit závěr, že čím vyšší je užívání negativních strategií při zvládnání stresu, tím vyšší je i celková míra jedincem vnímaného stresu (toto zjištění odpovídá neefektivnosti negativních strategií a z toho plynoucí snížené schopnosti působícímu stresu čelit). Ostatní vztahy (pozitivní strategie dotazníku SVF 78 a délka praxe u OHK, pozitivní strategie dotazníku SVF 78 a index míry psychického vyčerpání, negativní strategie dotazníku SVF 78 a délka praxe u OHK, negativní strategie dotazníku SVF 78 a věk, délka praxe u OHK a celkový skóre dotazníku IPSS, věk a index míry vyhoření BQ) se ukázaly jako nesignifikantní.

Přestože provedeným výzkumem bylo získáno množství statisticky cenných dat, výzkumné šetření má i určitá omezení a limity, které je třeba zmínit. V první řadě musíme uvést nereprezentativní výběr účastníků výzkumu, kdy byl s ohledem na časové a ekonomické důvody zvolen záměrný (účelový) výběr prostřednictvím instituce; do výzkumu tak byli zahrnuti pouze příslušníci jediného odboru hospodářské kriminality v rámci jediného krajského policejního ředitelství, a proto zjištěné výsledky lze vztahovat na jiné součásti SKPV v rámci ostatních krajských policejních ředitelství jen velice opatrně. Limitující je rovněž uskutečnění výzkumu jen ve skupině policistů zaměřených na problematiku hospodářské trestné činnosti, která je pouze dílčí a vysoce specifickou částí výkonu služby u SKPV. Výstupy šetření je tedy možné uplatnit na další specializace SKPV

(na policisty orientované na obecnou kriminalitu – např. mravnostní a násilné trestné činy, na informační kriminalitu, na kriminalistickou techniku a expertizy atd.) velmi obtížně. Zkreslení dat může být dále důsledkem skutečnosti, že výběrový soubor je tvořen pouhým 0,56 procentním zastoupením základního souboru. Jistá omezení má rovněž zvolená kvantitativní metoda – dotazníkové šetření. Nemůžeme vyloučit, že dotazníky byly některými respondenty pouze bezmyšlenkovitě a nahodile „vykřížkovány“ (byť vizuálně nebyly žádné stereotypně vyplněné dotazníky odhaleny), případně že mnozí probandi své odpovědi zkreslovali ať už z důvodu vyvolání příznivějšího dojmu nebo z obavy o nezachování anonymity (v průběhu výzkumného šetření jsme se setkali s názory, že pokud respondent uvede pohlaví, věk a délku praxe u OHK, je jednoduché dopátrat, o koho se jedná). Je také možné, že některé položky použitých dotazníků mohly být jednotlivými účastníky pochopeny odlišně (např. jeden z respondentů se k dotazníku SVF 78 zmínil v tom smyslu, že přemýšlet nad neúspěchem nemusí vždy znamenat trápit se jím, což z jeho pohledu nebylo v dotazníku zcela jasně rozlišeno). Co se týče procentuální návratnosti distribuovaných dotazníků, tato byla sice v mezích průměrné návratnosti uváděné Chráskou (2007, in Průcha, 2014), přesto nejsou z hlediska mortality vyloučena určitá zkreslení získaných dat; máme na mysli zejména skutečnost, že jedinci, kteří se nacházejí v pokročilém stupni vyhoření, se daného výzkumu nemuseli vůbec zúčastnit, jelikož vyplnění dotazníků pro ně mohlo znamenat další zcela zbytečnou zátěž (stejně tak osoby, které pociťují velký stres), a ochotu a zájem o vyplnění dotazníků tak mohli projevit spíše ti, kteří se cítí být „v pohodě“ (jednou policistkou bylo sděleno, že dotazníky radši nebude vyplňovat, protože by „... byla příliš negativní“). K návratnosti dotazníků je třeba dále podotknout, že mnoho jedinců mohlo být „odrazeno“ rozsahem dotazníkové baterie (zejména dotazníkem SVF 78, jelikož dotazníky IPSS a BM jsou vizuálně krátké). U odevzdaných dotazníků se – poněkud překvapivě – nenacházely žádné opomenuté položky (s výjimkou dotazníku, který byl vyplněn natolik neúplně, že byl vyřazen), je však třeba zmínit námitky účastníků k dotazníku SVF 78 – grafické zpracování je poněkud nepřehledné, tudíž hrozí, že respondent omylem přeskočí s odpovědí o položku níže.

S ohledem na zjištěné skutečnosti se domníváme, že i přes uvedené limity se provedeným výzkumem podařilo naplnit cíle, které byly stanoveny. Pro ověření zjištěných výsledků by bylo vhodné podobný výzkum v budoucnu zopakovat, mělo by však být omezeno možné zkreslení dat (zejména zajištěním reprezentativnosti výběrového souboru), jelikož naše výstupy lze bez omezení vztáhnout pouze na policisty sloužící u odboru

hospodářské kriminality, na němž byl výzkum uskutečněn. Zajímavé by bylo v dané oblasti i podrobnější zkoumání rozdílů mezi muži a ženami sloužícími u Policie ČR a rovněž srovnání různých specializací v rámci SKPV – policistů zabývajících se obecnou kriminalitou, hospodářskou kriminalitou, počítačovou kriminalitou, policistů věnujících se některému z odvětví kriminalistické techniky a expertiz apod., případně i srovnání útvarů SKPV různých úrovní (územní odbory, krajská ředitelství, celorepublikové útvary).

Ve výzkumném šetření byl zmapován profil stresorů účastníků výzkumu, míra jejich vyhoření a strategie, které používají ke zvládnání stresujících událostí. Zjistili jsme, že více než tři čtvrtiny respondentů se nacházejí v pásmu střední míry stresu a více než pětina účastníků je potenciálně ohrožena syndromem vyhoření. Co se týče zdrojů stresu, které respondenti vnímají jako nejvíce zatěžující (Nadměrná administrativa, Přetíženost ve službě, Nedokonalá legislativa ve výkonu služby, Výsledek práce neodpovídající vynaloženému úsilí a Neodpovídající služební příjem), je vzhledem k charakteru a podmínkám policejní práce nereálné očekávat, že by mohla být přijata plošná opatření, která by tyto zdroje stresu napříč policií eliminovala. A jelikož není tedy možné odstranit příčiny stresu a případně i syndromu vyhoření, měla by být přijata taková opatření, která budou směřovat k odstranění následků a ke zkvalitnění prevence na úrovni jednotlivců. Na základě výsledků výzkumu by tak bylo vhodné zvýšit osvětu mezi policisty zaměřenou právě na stres a syndrom vyhoření, seznámit je s možnostmi, jak efektivně předcházet stresu a jak ho zvládat, informovat je o vývoji syndromu vyhoření, o jeho příznacích a důsledcích i o způsobech, jak se vyhoření vyvarovat, jak rozpoznat počínající signály a jak proti nim bojovat. Zároveň by tato diplomová práce mohla být podnětem pro personální pracoviště Policie ČR, resp. pro vedoucí pracovníky k průběžnému mapování nejzásadnějších stresorů, míry stresu a míry vyhoření u policistů, aby mohlo být na zjištěné výsledky včas reagováno a aby následně mohla být zlepšována kvalita profesního života policistů.

11 Závěry

Na základě výsledků provedeného výzkumného šetření lze konstatovat, že mezi příslušníky SKPV zabývajícími se hospodářskou kriminalitou se v oblasti stresu, strategií jeho zvládání a v oblasti vyhoření neobjevují vybočující zjištění.

- Z hlediska pocíťované míry stresu se více než tři čtvrtiny respondentů nacházejí v úrovni střední míry stresu, 14,3 % respondentů se nachází v úrovni nízké míry stresu a 8 % respondentů pocíťuje vysokou míru stresu. Nejvýraznějšími zdroji stresu jsou Nadměrná administrativa, Přetíženost ve službě, Nedokonalá legislativa ve výkonu služby, Výsledek práce neodpovídající vynaloženému úsilí a Neodpovídající služební příjem; nejméně stresujícími zdroji jsou Pocit ohrožení zdraví či života při výkonu služby, Snížené možnosti funkčního postupu a Vyšetřování událostí s devastujícími či tragickými důsledky. Profil stresorů odpovídá charakteristikám výkonu služby na odboru hospodářské kriminality.
- Průměrná hodnota míry vyhoření se u celého výběrového souboru pohybuje v pásmu uspokojivého výsledku; u tří čtvrtin účastníků nebyla zjištěna přítomnost syndromu vyhoření, více než pětina respondentů je syndromem vyhoření potenciálně ohrožena, u jednoho respondenta byla prokázána přítomnost syndromu psychického vyčerpání a jeden účastník se nachází v úrovni havarijního stavu. Ženy dosáhly příznivějšího výsledku než muži – u žádné nebyla prokázána přítomnost syndromu psychického vyčerpání ani havarijní stav a oproti mužům mají vyšší procentuální zastoupení v oblasti dobrého výsledku a nižší procentuální zastoupení v pásmu potenciálního ohrožení.
- Co se týče strategií zvládání stresu, výběrový soubor užívá více pozitivní strategie před negativními; nejužívanějšími jsou Strategie kontroly (Kontrola situace, Kontrola reakcí a Pozitivní sebeinstrukce), nejméně užívané jsou strategie Rezignace, Úniková tendence, Sebeobviňování a Náhradní uspokojení. Ve skupině mužů byla jako nejvíce užívaná strategie zjištěna Potřeba sociální opory, která se ve skupině žen nachází až na devátém místě. U účastníků výzkumu existuje obdobná skladba užívaných strategií jako u standardizačního vzorku.
- U výběrového souboru byla zjištěna souvislost mezi mírou vyhoření a pocíťovanou mírou stresu, souvislost mezi užíváním negativních strategií dotazníku SVF 78 a mírou vyhoření (v obou případech se jedná o pozitivní vztah na hladině významnosti $\alpha = 0,001$) a dále byla zjištěna souvislost mezi užíváním pozitivních strategií

dotazníku SVF 78 a proměnnou věk a souvislost mezi užíváním negativních strategií dotazníku SVF 78 a pociťovanou mírou stresu (v obou případech se jedná o pozitivní vztah na hladině významnosti $\alpha = 0,05$).

- Neprokázali jsme souvislost mezi užíváním pozitivních strategií dotazníku SVF 78 a pociťovanou mírou stresu, mezi senioritou (délkou praxe u OHK) a mírou vyhoření, ani mezi věkem a pociťovanou mírou stresu.

Výsledky týkající se testování ostatních vztahů mezi zjištěnými proměnnými se v diplomové práci nacházejí na stranách 79 – 81.

12 Souhrn

Diplomová práce se věnuje problematice stresu a syndromu vyhoření u příslušníků služby kriminální policie a vyšetřování jako složky se specifickou pracovní zátěží v rámci Policie ČR. Jejím cílem je odhalení profilu stresorů souboru, zjištění míry vyhoření souboru, prozkoumání struktury dimenzí zvládání stresu ve vztahu k normě a nalezení vztahů mezi zjištěnými proměnnými. Úvodní kapitoly se zaměřují na teoretická východiska uvedené problematiky, navazující výzkumná část usiluje o dosažení stanovených cílů.

Nejprve je krátce představena Policie ČR, její hierarchie, úkoly, aspekty policejní práce a povolání policisty, a rovněž charakteristika služby kriminální policie a vyšetřování a požadavky na příslušníky SKPV, kteří v rámci výkonu své služby plní úkoly související s odhalováním a vyšetřováním trestných činů. Následující kapitoly jsou zaměřeny na teoretické zakotvení problematiky stresu a syndromu vyhoření.

Machačová (1997) vymezuje stres jako situace, které v člověku zanechávají nepříjemné napětí, únavu a podrážděnost, vedou ke snížení výkonnosti, a k vyrovnání se s nimi je třeba mobilizace všech sil. Křivohlavý (2001) zmiňuje, že stres vzniká tehdy, když je intenzita stresogenní situace vyšší než schopnosti jedince tuto situaci zvládnout. Úkolem stresové reakce je aktivace organismu ke zvládnutí fyzické události, která ohrožuje život (je tedy nezbytná pro přežití). Negativní vliv na organismus má podle Joshiho (2007) psychologický a sociální stres, který spouští stejnou fyziologickou reakci a udržuje ji spuštěnou po dlouhou dobu, což vede k poškození organismu. Stresová reakce se dělí do tří fází – poplachové reakce, stadia rezistence a stadia vyčerpání, a její příčinou je kromě vnějšího stresoru i jeho význam pro daného jedince (Kryl, 2004). K pracovnímu stresu vede podle Křivohlavého (2001) zejména vysoká míra požadavků kladených na člověka v kombinaci s malými kompetencemi. Strategie zvládání zátěží se označují slovem coping; mají biologickou, fyziologickou, psychologickou a naučenou komponentu. Pozitivní zvládání stresových situací dokáže minimalizovat nebo odvrátit škodlivé vlivy, negativní zvládání může podle Prokopové a Ježové (2013) přispět k rozvoji deprese, úzkostných poruch a dalších onemocnění.

Pojem syndrom vyhoření byl poprvé použit v souvislosti s pomáhajícími obory; později bylo zjištěno, že vyhoření se může týkat jakékoliv profese. Kebza a Šolcová (1998) vymezují vyhoření jako stav celkového, především však psychického vyčerpání, projevující se v oblasti kognice, motivace i emocí, jenž má vliv na postoje, názory, výkonnost a

postupně na celé vzorce zejména profesionálního chování a jednání. Na příčiny vzniku vyhoření neexistuje jednotný názor, většina autorů jej považuje za důsledek souhry rizikových faktorů, které jsou součástí osobnosti, náležejí do pracovní sféry i do mimopracovního života (Pešek, Praško, 2016). Proces vývoje vyhoření sestává z pěti fází – z idealistického nadšení, stagnace, frustrace, apatie a vlastního syndromu vyhoření. Podle Stocka (2010) má vyhoření tři základní skupiny příznaků: vyčerpání, odcizení a pokles výkonnosti. Mezi stresem a vyhořením existuje úzký vztah. Pokud se jedinci podaří soustavněji předcházet stresu, podle Jeklové a Reitmayerové (2006) tím zároveň i velkou měrou předejde vzniku a vývoji syndromu vyhoření.

Diplomová práce se dále věnuje stresu a vyhoření v policejní práci – policejní stres je Čírtkovou (2004) vymezován jako situace, které jsou většinou policistů vnímány jako zátěžové a spojené s emocionálním nebo i fyzickým vyčerpáním. Na konci kapitoly jsou zmíněny i zdroje stresu charakteristické pro SKPV a možnosti zvládání stresových situací v rámci Policie ČR.

Závěr teoretické části diplomové práce je věnován výsledkům předchozích výzkumů, které se týkají oblasti stresu a vyhoření u příslušníků Policie ČR.

Výzkumná část diplomové práce se zaměřuje na odhalení profilu stresorů, na zjištění míry vyhoření, na prozkoumání struktury dimenzí zvládání stresu ve vztahu k normě a na nalezení signifikantních korelátů u souboru příslušníků SKPV.

Výzkumný soubor je tvořen 63 policisty SKPV, odboru hospodářské kriminality, u nichž byly sledovány sociodemografické proměnné pohlaví, věk, nejvyšší dosažené vzdělání, délka praxe u OHK a délka praxe u PČR. Výběr účastníků byl proveden záměrným (účelovým) výběrem prostřednictvím instituce. Soubor se skládá z 15 žen a 48 mužů s průměrným věkem 43,5 let a s průměrnou délkou praxe u OHK 13,5 roku. K dosažení stanovených cílů byl zvolen kvantitativní přístup (dotazníkové šetření), přičemž ke zjištění profilu stresorů byl použit dotazník IPSS, ke zjištění míry vyhoření respondentů dotazník BM a ke zjištění strategií zvládání stresu dotazník SVF 78.

Výsledky dotazníku IPSS odhalily rozdělení souboru z hlediska pocíťované míry stresu – 77,8 % respondentů se nachází v úrovni střední míry stresu, 14,3 % respondentů v úrovni nízké míry stresu a 8 % respondentů pocíťuje vysokou míru stresu. Dále byl zjištěn profil stresorů – mezi největší zdroje stresu patří Nadměrná administrativa, Přetíženost ve službě, Nedokonalá legislativa ve výkonu služby, Výsledek práce neodpovídající vynaloženému úsilí a Neodpovídající služební příjem. Nejméně stresující jsou Pocit

ohrožení zdraví či života při výkonu služby, Snížené možnosti funkčního postupu a Vyšetřování událostí s devastujícími či tragickými důsledky.

Průměrná hodnota míry vyhoření měřená dotazníkem BM se u VS pohybuje v pásmu uspokojivého výsledku. Uspokojivého výsledku dosáhlo celkem 54 % respondentů, vyhořením je potenciálně ohroženo 22,2 % respondentů, 20,6 % účastníků dosáhlo dobrého výsledku a prokázanou přítomností syndromu psychického vyčerpání a havarijním stavem je u obou úrovní shodně postiženo 1,6 % respondentů. Ženy dosáhly příznivějšího výsledku než muži.

Z výstupů dotazníku SVF 78 bylo zjištěno, že výběrový soubor užívá spíše pozitivní strategie zvládání stresových situací před negativními. Nejvíce používanými jsou strategie Kontrola situace, Kontrola reakcí a Pozitivní sebeinstrukce, nejméně užívané jsou strategie Rezignace, Úniková tendence a Sebeobviňování. Byly odhaleny rozdíly mezi muži a ženami v nejužívanějších strategiích – skupina žen dosáhla nejvyšších hodnot u subtestů Podhodnocení, Kontrola situace a Vyhýbání se, skupina mužů u subtestů Potřeba sociální opory, Podhodnocení a Kontrola situace. Výběrový soubor užívá obdobnou skladbu strategií zvládání stresu jako standardizační vzorek.

V rámci výzkumu bylo stanoveno pět hypotéz, které byly testovány s využitím Pearsonova a Spearmanova korelačního koeficientu. Přijali jsme hypotézu, která předpokládala pozitivní vztah mezi mírou vyhoření a mírou pociťovaného stresu (čím větší je míra vyhoření jedince, tím větší je i jedincem vnímaná celková míra stresu), a dále jsme přijali hypotézu předpokládající pozitivní vztah mezi užíváním negativních strategií dotazníku SVF 78 a mírou vyhoření (čím více užívá jedinec ke zvládání stresu negativní strategie, tím vyšší je i celková míra jeho psychického vyčerpání). Ostatní hypotézy byly zamítnuty – neprokázali jsme, že vyšší užívání pozitivních strategií při zvládání stresu má souvislost s vnímanou nižší mírou stresu, že délka praxe u OHK má souvislost s celkovou mírou vyhoření, ani jsme neprokázali souvislost mezi věkem a celkovou mírou vnímaného stresu.

Kromě testování hypotéz byly vzájemně korelovány i další proměnné. Byl tak odhalen pozitivní vztah mezi věkem a užíváním pozitivních strategií dotazníku SVF 78 a dále pozitivní vztah mezi užíváním negativních strategií dotazníku SVF 78 a pociťovanou mírou stresu. Vztahy mezi ostatními proměnnými se ukázaly jako nesignifikantní.

Některá zjištění korespondují se závěry jiných výzkumů v dané oblasti (Nadměrná administrativa jako nejvýznamnější stresor, menší ohrožení žen syndromem vyhoření oproti

mužům, skladba nejvíce a nejméně užívaných strategií zvládnání stresu, neprokázání souvislosti mezi senioritou a syndromem vyhoření).

Závěry našeho výzkumu mají i určitá omezení. Jedná se především o nereprezentativní výběr účastníků výzkumu, tudíž výstupy lze bez omezení vztáhnout pouze na policisty sloužící u odboru hospodářské kriminality, na němž byl výzkum uskutečněn. Dále je třeba zmínit nízké procentuální zastoupení základního souboru našim výběrovým souborem, a určité limity přináší i zvolená metoda – dotazníkové šetření. I přes tato omezení je však možné využít zjištěné výsledky v praxi a na úrovni vedoucích pracovníků přijmout určitá opatření, na základě kterých by mohla být zlepšena kvalita profesního života policistů.

Seznam použitých zdrojů a literatury

Monografie

1. Armstrong, M., Taylor, S. (2015). *Řízení lidských zdrojů*. Praha: Grada Publishing.
2. Budíková, M., Králová, M., Maroš, B. (2010). *Průvodce základními statistickými metodami*. Praha: Grada Publishing.
3. Čírtková, L. (2004). *Policejní psychologie*. Praha: Portál.
4. Diblíková, P. (2013). *Syndrom vyhoření u policistů*. (Diplomová práce). Zlín: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně.
5. Ferjenčík, J. (2010). *Úvod do metodologie psychologického výzkumu*. Praha: Portál.
6. Fontana, D. (2016). *Stres v práci a v životě: Jak ho pochopit a zvládat*. Praha: Portál.
7. Hendl, J. (2015). *Přehled statistických metod: analýza a metaanalýza dat*. Praha: Portál.
8. Hodurová, D. (2012). *Zdroje stresu u policistů*. (Diplomová práce). Brno: Masarykova univerzita.
9. Honzák, R. (2015). *Jak žít a vyhnout se syndromu vyhoření*. Praha: Vyšehrad.
10. Chrobáková, M. (2013). *Vztah vnímaného pracovního stresu a copingových strategií k prožívání konfliktu práce a rodiny u příslušníků Policie ČR*. (Diplomová práce). Brno: Masarykova univerzita.
11. Jarošová, E., Noskievičová, D. (2015). *Pokročilejší metody statistické regulace procesu*. Praha: Grada Publishing.
12. Jarušek, K. (2013). *Pracovní spokojenost a stres u policistů*. (Diplomová práce). Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
13. Joshi, V. (2007). *Stres a zdraví*. Praha: Portál.
14. Kovář, J. (2015). *Syndrom vyhoření u příslušníků Policie ČR*. (Diplomová práce). Zlín: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně.
15. Křivohlavý, J. (1998). *Jak neztratit nadšení*. Praha: Grada Publishing.
16. Křivohlavý, J. (2001). *Psychologie zdraví*. Praha: Portál.
17. Křivohlavý, J. (2010). *Sestra a stres*. Praha: Grada Publishing.
18. Mareček, I. (2013). *Výskyt syndromu vyhoření u příslušníků Služby kriminální policie a vyšetřování Krajského ředitelství Policie ČR kraje Vysočina*. (Diplomová práce). Zlín: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně.

19. Mareš, J. (2012). *Posttraumatický rozvoj člověka*. Praha: Grada Publishing.
20. Maroon, I. (2012). *Syndrom vyhoření u sociálních pracovníků*. Praha: Portál.
21. Niemcová, M. (2010). *Vliv typu zaměstnání na vnímání stresu*. (Diplomová práce). České Budějovice: Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích.
22. Očenášková, N. (2007). *Syndrom vyhoření u příslušníků Policie ČR*. (Rigorózní práce). Praha: Univerzita Karlova v Praze.
23. Orel, M., et al. (2014). *Somatopatologie*. Praha: Grada Publishing.
24. Pešek, R., Praško, J. (2016). *Syndrom vyhoření – jak se prací a pomáháním druhým nezničit*. Praha: Pasparta Publishing.
25. Prieß, M. (2015). *Jak zvládnout syndrom vyhoření*. Praha: Grada Publishing.
26. Průcha, J. (2014). *Andragogický výzkum*. Praha: Grada Publishing.
27. Punch, K., F. (2008). *Základy kvantitativního šetření*. Praha: Portál.
28. Reiterová, E. (2004). *Statistické metody pro studenty kombinovaného studia psychologie*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
29. Rush, M. D. (2003). *Syndrom vyhoření*. Praha: Návrat domů.
30. Selye, H. (2016). *Stres života*. Praha: Pragma.
31. Simon, R. (2012). *Stresové faktory v práci policie*. (Diplomová práce). Zlín: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně.
32. Stock, Ch. (2010). *Syndrom vyhoření a jak jej zvládnout*. Praha: Grada Publishing.
33. Švancara, J. (2003). *Strategie zvládnání stresu*. Praha: Testcentrum.
34. Vágnerová, M. (2014). *Současná psychopatologie pro pomáhající profese*. Praha: Portál.
35. Venglářová, M., et al. (2011). *Sestry v nouzi*. Praha: Grada Publishing.
36. Vobořilová, J. (2015). *Duševní hygiena a stres*. Praha: Česká technika – nakladatelství ČVUT.
37. Vosečková, A., Hrstka, Z. (2010). *Kapitoly z psychologie zdraví. 4. díl. Syndrom vyhoření*. Hradec Králové: Univerzita Obrany.
38. Zich, F. (2009). *Úvod do sociologického výzkumu*. Praha: EUPRESS.

Časopisy

1. Havrdová, Z., Šolcová, I., Hradcová, D., Rohanová, E. (2010). Kultura organizace a syndrom vyhoření. *Československá psychologie*, 54(3), 235-248.
2. Kebza, V., Šolcová, I. (1998). Burnout syndrom: Teoretická východiska, diagnostické a intervenční možnosti. *Československá psychologie*, 42(5), 429-448.
3. Kebza, V., Šolcová, I. (2008). Syndrom vyhoření – rekapitulace současného stavu poznání a perspektivy do budoucna. *Československá psychologie*, 52(4), 351-365.
4. Kebza, V., Šolcová, I. (2010). Syndrom vyhoření, vybrané psychologické proměnné a rizikové faktory kardiovaskulárních onemocnění. *Československá psychologie*, 54(1), 1-16.
5. Kebza, V., Šolcová, I. (2013). Současné sociální změny, jejich důsledky a syndrom vyhoření. *Československá psychologie*, 57(4), 329-341.
6. Macháčová, H. (1997). Stres, rekuperace a kontrola stresu. *Československá psychologie*, 41(2), 139-146.
7. Nový, M. (2003). Psychologická pomoc po krizové události. *Psychologie dnes*, 9(11), 28-30.

Internetové zdroje

1. Adamová, I., Vtípil, Z. (2012). *Stres v policejní praxi*. Získáno 28. ledna 2017 z http://psychkont.osu.cz/fulltext/2012/Adamova,Vtipil_2012_1.pdf
2. Burke, R., J., Mikkelsen, A. (2006). Burnout among Norwegian Police Officers: Potential Antecedents and Consequences. *International Journal of Stress Management*, 13(1), 64-83. doi: 10.1037/1072-5245.13.1.64
3. Catano, V., Francis, L., Halnes, T., Kirpalani, H., Shannon, H., Stringer, B., Lozanski, L. (2010). Occupational Stress in Canadian Universities: A National Survey. *International Journal of Stress Management*, 17(3), 232-258. doi: 10.1037/a0018582
4. Jeklová, M., Reitmayerová, E. (2006). Syndrom vyhoření. *Vzdělávací institut ochrany dětí*. Získáno 26. listopadu 2016 z <http://www.viod.cz/editor/assets/download/publikace/vyhoreni.pdf>
5. Kakiashvili, T., Leszek, J., Rutkowski, K. (2013). The Medical Perspective on Burnout. *International Journal of Occupational Medicine and Environmental Health*, 26(3), 401-412. doi: 10.2478/s13382-013-0093-3
6. Kaschka, W., P., Korczak, D., Broich, K. (2011). Burnout: a Fashionable Diagnosis. *Deutsches Ärzteblatt International*, 108(46), 781-787. doi: 10.3238/arztebl.2011.0781

7. Kebza, V., Šolcová, I. (2003). Syndrom vyhoření. *Státní zdravotní ústav*. Získáno 18. září 2016 z http://www.szu.cz/uploads/documents/czsp/edice/plne_znani/brozury/syndrom_20vyhoreni.pdf
8. Keller, A., Litzelman, K., Wisk, L., Maddox, T., Cheng, E., Creswell, P., Witt, W. (2011). Does the Perception That Stress Affects Health Matter? The Association With Health and Mortality. *Health Psychology*, 31(5), 677-684. doi: 10.1037/a0026743
9. Kolařík, M., Dolejš, M., Dostál, D., Charvát, M., Pechová, O., Seitlová, K., ... Vtípil, Z. (2015). *Manuál pro psaní diplomových prací na katedře psychologie FF UP v Olomouci*. Získáno 10. září 2016 z http://psych.upol.cz/wp-content/uploads/2015/10/Aktualizovan%C3%BD_Manual-pro-psani-BP-a-DP_2015.final_.pdf
10. Kryl, M. (2004). Poruchy vyvolané stresem. *Psychiatrie pro praxi*, 1, 38-40. Získáno 19. listopadu 2016 z <http://www.psychiatriepropraxi.cz/pdfs/psy/2004/01/12.pdf>
11. Malach-Pines, A., Keinan, G. (2006). Stress and Burnout in Israeli Border Police. *International Journal of Stress Management*, 13(4), 519-540. doi: 10.1037/1072-5245.13.4.519
12. Prokopová, B., Ježová, D. (2013). Stres a možnosti jeho farmakologického ovplyvnenia – vieme merať stresovú záťaž? *Psychiatrie pro praxi*, 14(4), 150-154. Získáno 18. prosince 2016 z <http://www.psychiatriepropraxi.cz/pdfs/psy/2013/04/03.pdf>
13. Rzeszutek, M., Schier, K. (2014). Temperament Traits, Social Support, and Burnout Symptoms in a Sample of Therapists. *Psychotherapy*, 51(4), 574-579. doi: 10.1037/a0036020
14. Thompson, B., M., Kirk, A., Brown, D. (2006). Sources of Stress in Policewomen: A Three-Factor Model. *International Journal of Stress Management*, 13(3), 309-328. doi: 10.1037/1072-5245.13.3.309
15. Vagg, P., R., Spielberger, Ch., D. (1998). Occupational Stress: Measuring Job Pressure and Organizational Support in the Workplace. *Journal of Occupational Health Psychology*, 3(4), 294-305. 1076-8998/98/\$3.00. Získáno 23. února 2017 z <http://eds.b.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=2&sid=81e2bdf9-78ba-4255-99d4-b2f14df4e25f%40sessionmgr102&hid=121>
16. Večeřová – Procházková, A., Honzák, R. (2008). Stres, eustres a distres. *Interní medicína pro praxi*, 10(4), 188-192. Získáno 19. listopadu 2016 z <http://www.internimedicina.cz/pdfs/int/2008/04/09.pdf>
17. Vokuš, J. (2010). *Policie České republiky*. Praha: Policejní prezidium České republiky. Získáno 30. ledna 2017 z <http://www.policie.cz/clanek/o-nas-policie-ceske-republiky-policie-ceske-republiky.aspx>

18. Wirtz, P., Ehlert, U., Kottwitz, M., La Marca, R., Semmer, N. (2013). Occupational Role Stress is Associated With Higher Cortisol Reactivity to Acute Stress. *Journal of Occupational Health Psychology*, 18(2), 121-131. doi: 10.1037/a0031802
19. Evropská agentura pro bezpečnost a ochranu zdraví při práci. *Psychosociální rizika a stres při práci*. Získáno 18. prosince 2016 z <https://osha.europa.eu/cs/themes/psychosocial-risks-and-stress>
20. *Mezinárodní statistická klasifikace nemocí a přidružených zdravotních problémů* (2012). Získáno 30. října 2016 z <http://www.uzis.cz/cz/mkn/index.html>
21. Národní soustava povolání. *Komisař služby kriminální policie a vyšetřování*. Získáno 25. února 2017 z http://katalog.nsp.cz/karta_tp.aspx?id_jp=103241&kod_sm1=3
22. *Policie ČR* – oficiální stránky. Získáno z <http://www.policie.cz>
23. *Velký lékařský slovník* (2000). Získáno 19. listopadu 2016 z <http://lekarske.slovníky.cz/lexikon-pojem/sympaticky-nervovy-system-sympatikus-5>

Právní předpisy

1. *Zákon č. 273/2008 Sb.*, o Policii České republiky, ve znění pozdějších předpisů
2. *Zákon č. 361/2003 Sb.*, o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů, ve znění pozdějších předpisů
3. *Závazný pokyn policejního prezidenta č. 100/2012*, kterým se provádí některá ustanovení zákona č. 361/2003 Sb., o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů

Intranetové zdroje

1. Webové stránky Krajského ředitelství policie hl. m. Prahy, oddělení psychologických služeb

Seznam příloh

Příloha č. 1: Formulář zadání diplomové práce

Příloha č. 2: Abstrakt diplomové práce v českém a anglickém jazyce

Příloha č. 3: Výstupy dotazníků IPSS, BM, SVF 78

Příloha č. 1: Formulář zadání diplomové práce

Univerzita Palackého v Olomouci
Filozofická fakulta
Akademický rok: 2015/2016

Studijní program: Psychologie
Forma: Kombinovaná
Obor/komb.: Psychologie (PSYN)

Podklad pro zadání DIPLOMOVÉ práce studenta

PŘEDKLÁDÁ:	ADRESA	OSOBNÍ ČÍSLO
Mgr. SÝKOROVÁ Lenka	Sedlčanská 1327, Praha - Michle	F150742

TÉMA ČESKY:

Stres a vyhoření u příslušníků Služby kriminální policie a vyšetřování

TÉMA ANGLICKY:

Stress and burnout among members of the Criminal Police and Investigation Service

VEDOUCÍ PRÁCE:

doc. PhDr. Zdeněk Vtípil, CSc. - PCH

ZÁSADY PRO VYPRACOVÁNÍ:

Zvl. zaměření: K některým sociálním, ekonomickým a psychologickým problémům pracovníků Služby kriminální policie a vyšetřování; Kvalifikační požadavky na komisaře, profilující psychologické nároky; Stres, pojetí, determinanty; Zvládání stresu, podmínky, možnosti; Syndrom vyhoření, základní pojetí, příčiny; Stres, zvládání stresu a vyhoření u komisařů.

Cíle: a) Profil souboru z hlediska míry vyhoření; b) Struktura dimenzí zvládání stresu ve vztahu k normě; c) Profil stresorů; d) Koreláty hlavních dimenzí IPSS, BM a SVF 78; e) Koreláty hlavních dimenzí IPSS, BM, SVF a vybraných sociodemografických proměnných.

Metodika: SVF 78, BM - Křivohlavý, IPSS - Spielberg (Vtípil).

Zkoumaný soubor: Cca 50-60 respondentů.

Formální parametry práce: Kolařík, M. et al. (2015).

Poznámka: Zachovat anonymitu souboru z hlediska jeho sídelní a organizační identifikace.

SEZNAM DOPORUČENÉ LITERATURY:

- Kolařík, M. et al. (2015). Manuál pro psaní diplomových prací na Katedře psychologie FF UP Olomouc. Olomouc: FF UP.
Adamová, I. (2012). Stres u policie. (Nepublikovaná rigorózní práce). Olomouc: FF UP.
Jarušek, K. (2013). Pracovní spokojenost a stres u policistů. (Nepublikovaná diplomová práce). Olomouc: FF UP.
Buchta, M. (2009). Průzkum faktorů zvládání krizových a zátěžových situací u příslušníků speciálních jednotek PČR. Brno: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, Fakulta humanitních studií, Institut mezioborových studií Brno.
Steiner, J. (2010). Stresové faktory v práci příslušníků Zásahové jednotky. (Nepublikovaná diplomová práce). Brno: Fakulta sportovních studií MU.
Výrost, J., Slaměník, I. (2014). Sociální psychologie. Praha: Grada.
Arnold, J., Silvester, J. et al. (2007). Psychologie práce pro manažery a personalisty. Brno: Computer Press.
Cejthamr, V., Dědina, J. (2010). Management a organizační chování. Praha: Grada.
Vodáček, L., Vodáčková, O. (2009). Moderní management v teorii a praxi. Praha: Management Press.
Čírtková, L. (2006). Policejní psychologie. Plzeň: Aleš Čeněk.
Matoušková, I. (2014). Aplikovaná forenzní psychologie. Praha: Grada.
Paulík, K. (2013). Psychologie lidské odolnosti. Praha: Grada.
Gruhl, M., Korbacher, H. (2015). Psychická odolnost v každodenním životě. Praha: Portál.
Vágnarová, M. (2009). Psychopatologie pro pomáhající profese. Praha: Portál.
Čírtková, L. (1997). Zdůvodnění projektu Policejní stres. Praha: PĀ, s. 2-3.
Nový, M. (2003). Stresory v policejní práci. Psychologie dnes. Roč. 5, č. 11, s. 28.
Kocianová, R. (2011). Personální činnosti a metody personální práce. Praha: Grada.
Koubek, J. (2000). ABC praktické personalistiky. Praha: LINDE.
Wagnerová, I. et al. (2014). Psychologie práce a organizace. Praha: Grada.
Jeklová, M., Reitmayerová, E. (2006). Syndrom vyhoření. Praha: Vzdělávací institut ochrany dětí.
Kallwass, A. (2007). Syndrom vyhoření v práci a v osobním životě. Praha: Portál.
Křivohlavý, J. (2012). Hořet, ale nevyhořet. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství.
Stock, Ch. (2010). Syndrom vyhoření a jak jej zvládnout. Praha: Grada.
Křivohlavý, J. (1994). Jak zvládat stres. Praha: Grada - Avicenum.
Křivohlavý, J. (2003). Psychologie zdraví. Praha: Portál.

Podpis studenta: Lenka Yimí

Datum: 5.11.2015

Podpis vedoucího práce: Jana Václav

Datum: 6.11.2015

Příloha č. 2: Abstrakt diplomové práce v českém a anglickém jazyce

ABSTRAKT DIPLOMOVÉ PRÁCE

Název práce: Stres a vyhoření u příslušníků služby kriminální policie a vyšetřování

Autor práce: Mgr. Lenka Sýkorová

Vedoucí práce: doc. PhDr. Zdeněk Vtípil, CSc.

Počet stran a znaků: 102/193292

Počet příloh: 3

Počet titulů použité literatury: 72

Abstrakt: Diplomová práce se zaměřuje na stres a vyhoření u příslušníků služby kriminální policie a vyšetřování. Úvodní část obsahuje kontextovou kapitolu o Policii ČR a o službě kriminální policie a vyšetřování. Poté se věnuje teoretickým východiskům problematiky stresu a syndromu vyhoření. Seznamuje s historií stresu, s jeho projevy a důsledky, s oblastí pracovního stresu a se zvládáním stresu. Představuje faktory vedoucí k vyhoření, jeho příznaky a důsledky i možnosti, jak mu předcházet. Zabývá se i stresem a vyhořením v policejní práci. V navazující výzkumné části si klade za cíl odhalit profil stresorů, zjistit míru vyhoření, prozkoumat strukturu dimenzí zvládání stresu ve vztahu k normě a nalézt vztahy mezi proměnnými u souboru získaného záměrným (účelovým) výběrem, který tvoří 63 příslušníků kriminální policie. Profil stresorů byl zjišťován dotazníkem IPSS, míra vyhoření dotazníkem BM a strategie zvládání stresu dotazníkem SVF 78. K vyhodnocení dat a testování hypotéz byly užity metody popisné statistiky, Pearsonův korelační koeficient a Spearmanův korelační koeficient. Při interpretaci výsledků bylo přihlédnuto k charakteristikám práce u služby kriminální policie a vyšetřování.

Klíčová slova: stres, vyhoření, policie, IPSS, BM, SVF 78

ABSTRACT OF THESIS

Title: Stress and Burnout among Members of the Criminal Police and Investigation Service

Author: Mgr. Lenka Sýkorová

Supervisor: doc. PhDr. Zdeněk Vtípil, CSc.

Number of pages and characters: 102/193292

Number of appendixes: 3

Number of references: 72

Abstract: The aim of the master thesis is to present the prevalence of stress and burnout among police officers from the Criminal Police and Investigation Service. The introductory part of the master thesis provides a brief integrated summary of the Police of the Czech Republic, the Criminal Police and Investigation Service, as well as theories concerning stress and burnout including their historical developments, their effects, implications, occurrence in the workplace, and finally, methods of stress management. The Master thesis presents factors leading to origin of burnout, its symptoms, consequences and preventative strategies. Additionally, the Master thesis focuses on stress and burnout in policing. The aim of the following part of the master thesis is to detect a profile of stressors, identify the extent of burnout, and examine the structures and mechanisms of stress management in relation to its standards; consequently to find relationships between variables in an experimental group of sixty-three police officers from the Criminal Police and Investigation Service. The profile of stressors was identified by the completion of questionnaire IPSS, extent of burnout was determined by questionnaire BM and strategy of stress management was established by questionnaire SVF 78. The data evaluation and testing hypothesis were conducted by using statistical methods, Pearson correlation coefficient and Spearman correlation coefficient. The nature of policing was taken into account as far as the interpretation of the research results of the master thesis is concerned.

Key words: stress, burnout, police, IPSS, BM, SVF 78

Příloha č. 3: Výstupy dotazníků IPSS, BM, SVF 78

Sociodemografické údaje VS a celkové výsledky dotazníků IPSS, BM, SVF 78 (proband 1 – 21)

č.	Pohlaví	Věk	Vzdělání	Praxe u PČR	Praxe OHK	IPSS	BM	SVF - POZ	SVF - POZ T-skóry	SVF - POZ 1	SVF - POZ 2	SVF - POZ 3	SVF - NEG	SVF - NEG T-skóry
1	muž	51	VŠ	25	22	148	3,381	13,286	50	12,000	8,000	17,667	8,250	47
2	muž	47	VŠ	23	19	162	3,810	15,857	60	15,500	15,500	16,333	7,750	47
3	žena	50	VŠ	24	18	166	2,524	13,286	51	10,000	13,500	15,333	8,750	45
4	muž	41	VŠ	15	10	90	1,857	13,571	53	12,500	8,000	18,000	5,000	36
5	žena	46	VOŠ	28	20	147	2,190	16,571	67	13,500	15,000	19,667	10,750	52
6	žena	43	VŠ	20	20	124	1,619	15,857	62	13,500	13,000	19,333	1,250	0
7	muž	49	VŠ	30	8	148	2,952	17,143	64	16,500	9,500	22,667	8,000	47
8	muž	48	VŠ	21	14	135	2,286	17,857	69	15,000	16,500	20,667	7,000	44
9	žena	59	VŠ	30	23	116	2,571	12,000	47	5,500	7,000	19,667	5,750	37
10	muž	41	VŠ	18	10	116	2,714	12,000	46	12,000	7,500	15,000	9,250	51
11	muž	35	VŠ	11	10	111	1,810	12,143	46	10,500	7,000	16,667	10,250	53
12	muž	47	VŠ	23	20	106	2,762	13,571	53	11,000	11,500	16,667	11,000	55
13	muž	31	VŠ	6	6	135	2,190	13,714	53	11,000	11,000	17,333	5,750	41
14	žena	34	VŠ	10	10	104	2,524	15,000	58	12,000	14,000	17,667	4,500	36
15	žena	49	VŠ	19	12	166	2,762	15,429	58	9,000	16,000	19,333	13,000	56
16	muž	36	VŠ	14	10	116	2,476	8,000	29	5,500	2,500	13,333	9,750	53
17	muž	50	VŠ	26	22	147	3,905	13,286	50	13,000	10,000	15,667	12,000	58
18	muž	43	SŠ	24	18	89	2,190	14,571	57	13,500	10,500	18,000	7,250	44
19	muž	39	VŠ	17	17	173	3,714	10,286	38	7,500	6,000	15,000	7,750	47
20	muž	29	VŠ	9	5	138	3,476	13,429	50	13,000	13,000	14,000	12,750	60
21	muž	50	VŠ	30	23	65	2,762	10,286	38	8,000	7,500	13,667	9,500	53

Sociodemografické údaje VS a celkové výsledky dotazníků IPSS, BM, SVF 78 (proband 22 – 42)

č.	Pohlaví	Věk	Vzdělání	Praxe u PČR	Praxe OHK	IPSS	BM	SVF - POZ	SVF - POZ T-skóry	SVF - POZ 1	SVF - POZ 2	SVF - POZ 3	SVF - NEG	SVF - NEG T-skóry
22	muž	58	VŠ	22	22	138	2,905	13,000	50	13,000	10,000	15,000	12,250	58
23	muž	45	VŠ	15	15	91	2,619	18,143	69	10,500	20,000	22,000	8,750	51
24	muž	59	VŠ	39	30	91	3,000	13,429	50	14,000	11,500	14,333	9,500	53
25	muž	31	VŠ	7	7	45	2,476	17,429	64	13,500	17,000	20,333	8,250	47
26	žena	34	VŠ	11	9	125	2,571	13,143	51	11,000	9,500	17,000	9,000	45
27	muž	36	VŠ	16	11	154	1,905	14,143	53	11,000	10,500	18,667	10,000	53
28	muž	49	VŠ	17	15	130	3,048	12,429	46	10,000	8,500	16,667	8,750	51
29	muž	52	VŠ	33	11	151	3,905	16,714	64	14,500	11,000	22,000	9,250	51
30	muž	44	VŠ	21	13	81	1,667	16,857	64	18,500	5,000	23,667	6,750	44
31	muž	34	VŠ	7	7	154	2,286	10,429	38	10,000	7,000	13,000	5,000	36
32	žena	55	VOŠ	25	22	83	1,857	14,143	55	9,500	13,500	17,667	4,000	34
33	muž	39	VŠ	8	8	188	3,571	14,857	57	11,000	8,500	21,667	13,250	60
34	muž	40	VŠ	18	18	92	2,571	12,286	46	12,500	8,500	14,667	9,750	53
35	muž	45	VŠ	20	16	109	2,190	14,286	53	14,500	14,000	14,333	6,500	44
36	žena	40	VŠ	21	16	116	2,524	16,429	62	15,000	15,500	18,000	6,750	39
37	muž	35	VŠ	10	4	126	2,476	12,429	46	9,500	11,000	15,333	7,000	44
38	muž	57	VŠ	24	20	147	2,667	11,429	41	7,000	5,500	18,333	7,500	47
39	muž	40	VŠ	20	13	96	3,429	11,286	41	9,500	10,000	13,333	7,750	47
40	muž	55	VŠ	19	14	112	2,857	15,286	57	14,500	13,000	17,333	8,750	51
41	žena	54	VŠ	23	4	206	2,810	15,857	62	11,500	13,000	20,667	12,000	54
42	muž	43	VŠ	22	18	149	2,048	12,000	46	8,500	9,500	16,000	6,250	41

Sociodemografické údaje VS a celkové výsledky dotazníků IPSS, BM, SVF 78 (proband 43 – 63)

č.	Pohlaví	Věk	Vzdělání	Praxe u PČR	Praxe OHK	IPSS	BM	SVF - POZ	SVF - POZ T-skóry	SVF - POZ 1	SVF - POZ 2	SVF - POZ 3	SVF - NEG	SVF - NEG T-skóry
43	muž	33	VŠ	10	5	95	2,190	12,857	50	9,500	7,000	19,000	6,250	41
44	muž	37	VŠ	10	10	122	1,952	10,429	38	7,500	6,000	15,333	10,000	53
45	žena	43	VŠ	20	20	102	1,952	12,000	47	10,500	13,000	12,333	6,250	37
46	muž	38	VŠ	17	15	155	2,714	12,714	50	10,500	9,500	16,333	8,000	47
47	muž	40	VŠ	20	11	144	3,333	8,714	33	8,500	8,000	9,333	8,000	47
48	žena	45	VŠ	13	4	153	1,952	16,714	67	15,000	11,500	21,333	7,000	39
49	muž	39	VŠ	17	7	155	4,000	15,571	60	15,500	11,500	18,333	10,000	53
50	muž	36	VŠ	14	5	90	2,381	13,000	50	10,000	9,500	17,333	9,000	51
51	muž	41	VŠ	17	12	98	2,476	10,429	38	10,000	7,500	12,667	6,250	41
52	muž	50	VŠ	15	15	161	5,810	14,714	57	9,500	14,000	18,667	16,500	70
53	muž	36	VŠ	14	10	124	2,476	11,143	41	9,500	10,000	13,000	8,500	51
54	muž	42	VŠ	20	15	128	1,905	15,429	57	14,000	8,500	21,000	5,750	41
55	žena	51	VŠ	21	11	101	1,333	15,857	62	13,000	10,000	21,667	8,250	42
56	muž	59	SŠ	34	20	116	3,524	13,429	50	11,000	14,000	14,667	10,000	53
57	muž	49	VŠ	30	18	100	1,762	13,857	53	14,500	11,500	15,000	13,500	63
58	muž	44	VŠ	25	2	117	1,619	15,143	57	17,000	12,500	15,667	6,000	41
59	muž	31	VŠ	11	2	147	2,619	10,286	38	11,500	6,500	12,000	0,250	0
60	muž	46	VŠ	26	22	114	3,857	13,286	50	10,000	12,000	16,333	11,500	58
61	muž	50	VŠ	30	24	169	4,095	13,286	50	13,000	8,000	17,000	12,000	58
62	žena	35	VŠ	8	6	119	2,381	12,143	47	10,000	11,500	14,000	6,250	37
63	žena	34	VŠ	6	5	123	3,143	10,286	38	9,000	9,500	11,667	9,500	49

Hodnoty jednotlivých položek dotazníků IPSS (proband 1 – 21)

č.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	Celkem	Průměr	
1	6	6	5	5	8	4	5	3	3	3	2	5	7	7	8	7	7	8	7	6	4	6	5	7	8	6	148	5,692	
2	6	6	4	8	9	6	3	8	6	5	9	9	6	6	8	6	7	7	7	5	6	8	3	1	6	7	162	6,231	
3	5	3	5	6	5	5	6	6	8	8	7	8	7	8	7	6	6	7	5	6	7	8	7	8	5	7	166	6,385	
4	2	2	2	5	8	5	2	2	5	5	2	2	2	8	3	5	2	2	3	2	5	5	2	2	5	2	90	3,462	
5	5	5	6	5	7	8	5	6	6	7	5	5	5	5	5	4	6	5	7	8	6	5	5	5	6	5	147	5,654	
6	5	9	4	5	9	7	4	5	5	4	3	3	7	8	3	7	5	5	3	2	5	6	2	1	3	4	124	4,769	
7	2	6	7	9	9	8	3	3	8	8	3	3	8	9	5	9	2	2	5	8	8	2	4	4	4	7	6	148	5,692
8	7	3	5	4	6	7	5	4	7	8	4	6	4	3	5	5	7	5	4	4	6	4	3	8	4	7	135	5,192	
9	5	6	2	6	6	6	4	5	3	5	2	5	7	2	5	5	6	7	5	2	3	4	2	2	5	6	116	4,462	
10	5	3	4	4	4	3	4	6	4	4	3	4	4	5	5	4	5	5	5	5	4	5	6	5	5	5	116	4,462	
11	4	3	3	4	3	3	4	6	3	3	3	4	7	4	4	3	6	4	2	3	3	5	8	8	5	6	111	4,269	
12	3	4	4	5	4	6	3	6	3	4	5	6	3	5	6	3	3	3	3	3	3	6	3	5	3	4	106	4,077	
13	4	7	8	7	8	5	5	5	3	6	5	6	4	4	6	4	4	5	6	5	4	6	4	5	5	4	135	5,192	
14	5	6	3	5	5	3	6	5	3	3	5	4	5	3	7	7	4	5	3	1	1	5	1	1	6	2	104	4,000	
15	7	5	5	7	7	6	5	7	7	7	8	6	7	6	8	8	5	8	6	5	6	6	5	7	7	5	166	6,385	
16	5	3	5	4	7	3	3	7	3	4	6	7	5	4	7	5	4	3	4	4	3	7	3	3	4	3	116	4,462	
17	5	6	4	7	7	4	5	6	5	4	5	6	7	6	6	6	5	6	5	6	6	6	6	5	6	7	147	5,654	
18	4	2	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	2	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	89	3,423	
19	6	3	9	8	9	5	7	7	5	5	8	7	6	8	9	6	8	8	7	7	7	6	4	5	7	6	173	6,654	
20	6	8	8	7	8	3	4	5	4	4	6	5	4	4	6	5	4	5	4	6	4	7	4	4	8	5	138	5,308	
21	5	2	2	3	3	1	1	3	1	1	5	3	5	2	2	2	3	3	1	1	1	3	1	3	5	3	65	2,500	

Hodnoty jednotlivých položek dotazníků IPSS (proband 22 – 42)

č.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	Celkem	Průměr
22	4	3	4	3	6	5	2	6	6	6	6	7	7	6	7	7	6	7	6	4	4	5	4	8	4	5	138	5,308
23	3	3	2	2	6	4	1	1	5	2	2	1	7	2	2	5	7	6	2	2	7	7	5	2	2	3	91	3,500
24	5	6	3	7	7	4	2	5	5	2	4	6	5	2	3	1	3	3	1	3	3	3	3	1	1	3	91	3,500
25	2	2	3	2	3	1	3	1	1	1	1	1	3	2	1	1	1	1	3	3	1	1	3	1	1	2	45	1,731
26	3	3	7	2	7	8	3	2	6	7	4	2	5	8	3	5	7	4	6	5	8	2	2	2	8	6	125	4,808
27	6	6	7	5	7	8	3	3	4	8	7	5	6	8	5	5	7	4	7	6	3	5	6	7	8	8	154	5,923
28	5	5	9	3	9	9	3	3	5	5	3	3	6	8	3	3	9	5	3	6	8	3	3	3	3	5	130	5,000
29	5	7	7	7	7	7	5	5	5	3	5	5	7	5	7	5	7	7	3	7	5	5	5	7	6	7	151	5,808
30	3	3	3	2	4	3	3	2	5	3	2	2	3	5	3	3	3	3	2	3	6	3	2	3	4	3	81	3,115
31	5	8	9	6	9	6	6	5	7	5	3	5	6	8	5	5	5	4	7	8	7	3	5	6	6	5	154	5,923
32	4	4	3	3	5	3	3	4	4	3	3	2	4	3	3	3	2	2	4	5	3	3	3	3	3	1	83	3,192
33	9	9	9	9	9	9	9	5	9	9	5	5	9	9	5	7	9	5	7	9	5	1	9	9	7	1	188	7,231
34	3	3	4	1	6	3	3	2	3	3	4	2	6	4	4	5	4	4	3	5	3	3	4	4	4	2	92	3,538
35	5	3	4	3	6	3	3	3	5	5	3	5	4	5	6	6	3	6	2	4	3	3	3	6	7	3	109	4,192
36	4	3	6	5	6	4	3	7	4	6	5	5	3	5	6	6	3	4	3	3	4	5	4	5	4	3	116	4,462
37	4	4	6	8	5	3	5	7	4	4	3	7	4	5	6	4	4	6	4	6	4	7	3	6	3	4	126	4,846
38	4	5	5	5	7	7	2	6	6	7	8	8	7	8	5	5	7	5	2	5	3	6	4	6	7	7	147	5,654
39	4	3	3	4	4	5	3	4	4	3	5	4	3	4	4	4	4	5	4	3	4	5	2	2	3	3	96	3,692
40	3	5	3	3	7	5	3	4	5	5	5	3	3	5	3	3	6	3	6	5	6	3	5	4	6	3	112	4,308
41	5	7	5	5	7	9	5	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	5	5	9	9	9	9	9	9	206	7,923
42	5	7	8	3	8	8	5	4	4	8	6	4	8	4	7	6	4	5	7	8	5	4	5	4	6	6	149	5,731

Hodnoty jednotlivých položek dotazníků IPSS (proband 43 – 63)

č.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	Celkem	Průměr	
43	4	5	3	3	7	3	3	3	5	3	2	3	5	4	3	4	5	5	4	2	4	2	5	1	5	2	95	3,654	
44	5	6	5	7	7	4	1	7	5	5	1	6	5	6	5	7	3	5	6	1	1	8	2	6	3	5	122	4,692	
45	4	4	4	3	6	6	3	3	5	3	4	3	4	3	4	3	4	5	3	3	3	4	3	5	5	5	102	3,923	
46	7	3	8	8	7	7	4	3	6	3	6	3	8	9	7	8	7	7	6	6	7	4	4	3	7	7	155	5,962	
47	3	4	8	5	5	5	6	4	5	4	8	5	7	7	8	8	7	8	5	8	5	5	5	2	5	2	144	5,538	
48	5	8	8	5	9	3	9	9	5	7	5	7	8	6	9	7	2	5	5	5	5	8	1	3	7	2	153	5,885	
49	6	8	5	9	9	3	3	6	3	3	3	9	9	5	5	9	4	9	5	5	6	8	4	4	8	7	155	5,962	
50	3	4	2	2	6	3	2	2	4	3	6	3	2	4	3	3	5	5	4	2	4	3	2	2	7	4	90	3,462	
51	5	7	7	5	8	3	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	3	3	3	2	2	5	2	98	3,769	
52	8	4	7	7	9	6	5	5	6	7	6	4	7	8	6	9	6	5	8	6	6	5	4	3	8	6	161	6,192	
53	5	4	4	6	7	4	5	4	6	5	4	5	4	5	4	6	4	5	5	4	5	4	4	4	4	6	5	124	4,769
54	5	4	6	8	9	2	2	8	2	2	4	8	5	7	5	6	4	3	7	5	3	8	2	4	4	5	128	4,923	
55	3	3	3	3	4	3	6	6	3	3	8	7	3	1	3	5	5	3	5	3	3	2	5	5	3	3	101	3,885	
56	5	2	5	5	3	3	3	5	5	5	3	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	116	4,462	
57	4	3	6	2	7	6	3	2	5	6	2	3	5	5	5	5	3	3	3	3	4	2	3	2	4	4	100	3,846	
58	3	5	8	5	8	8	3	1	8	8	5	1	3	5	3	3	5	5	5	6	5	1	5	1	4	3	117	4,500	
59	2	7	7	8	8	5	5	8	3	3	5	7	8	3	8	5	5	5	5	4	4	8	4	4	8	8	147	5,654	
60	5	7	7	5	7	6	3	3	3	4	3	6	3	5	3	2	5	3	7	7	3	3	3	3	5	3	114	4,385	
61	6	7	5	8	8	7	5	7	7	5	8	8	7	7	7	7	6	5	5	5	7	8	5	5	7	7	169	6,500	
62	5	5	7	6	8	4	3	3	5	4	3	5	5	7	7	7	5	5	5	3	3	3	3	1	4	3	119	4,577	
63	6	3	9	3	5	3	3	3	4	3	5	3	6	4	6	6	6	5	4	8	5	3	3	3	8	6	123	4,731	

Hodnoty jednotlivých položek dotazníků BM (proband 1 – 32)

č.	A	B	C	D	BQ
1	53	14	18	71	3,381
2	59	11	21	80	3,810
3	44	23	9	53	2,524
4	26	19	13	39	1,857
5	33	19	13	46	2,190
6	24	22	10	34	1,619
7	45	15	17	62	2,952
8	34	18	14	48	2,286
9	36	14	18	54	2,571
10	41	16	16	57	2,714
11	30	24	8	38	1,810
12	39	13	19	58	2,762
13	31	17	15	46	2,190
14	41	20	12	53	2,524
15	47	21	11	58	2,762
16	36	16	16	52	2,476
17	64	14	18	82	3,905
18	35	21	11	46	2,190
19	58	12	20	78	3,714
20	56	15	17	73	3,476
21	41	15	17	58	2,762
22	45	16	16	61	2,905
23	38	15	17	55	2,619
24	47	16	16	63	3,000
25	37	17	15	52	2,476
26	41	19	13	54	2,571
27	28	20	12	40	1,905
28	52	20	12	64	3,048
29	61	11	21	82	3,905
30	26	23	9	35	1,667
31	35	19	13	48	2,286
32	25	18	14	39	1,857

Hodnoty jednotlivých položek dotazníků BM (proband 33 – 63)

č.	A	B	C	D	BQ
33	65	22	10	75	3,571
34	37	15	17	54	2,571
35	35	21	11	46	2,190
36	41	20	12	53	2,524
37	40	20	12	52	2,476
38	44	20	12	56	2,667
39	58	18	14	72	3,429
40	44	16	16	60	2,857
41	43	16	16	59	2,810
42	25	14	18	43	2,048
43	31	17	15	46	2,190
44	28	19	13	41	1,952
45	28	19	13	41	1,952
46	36	11	21	57	2,714
47	50	12	20	70	3,333
48	29	20	12	41	1,952
49	66	14	18	84	4,000
50	35	17	15	50	2,381
51	36	16	16	52	2,476
52	96	6	26	122	5,810
53	38	18	14	52	2,476
54	30	22	10	40	1,905
55	21	25	7	28	1,333
56	53	11	21	74	3,524
57	25	20	12	37	1,762
58	24	22	10	34	1,619
59	37	14	18	55	2,619
60	57	8	24	81	3,857
61	65	11	21	86	4,095
62	39	21	11	50	2,381
63	46	12	20	66	3,143

Hodnoty HS a T-skórů subtestů dotazníku SVF 78: podhodnocení, odmítání viny, odklon, náhradní uspokojení, kontrola situace, kontrola reakcí, pozitivní sebeinstrukce (proband 1 – 21)

č.	Podhodnocení	T-skór Podhodnocení	Odmítání viny	T-skór Odmítání viny	Odklon	T-skór Odklon	Náhradní uspokojení	T-skór Náhradní uspokojení	Kontrola situace	T-skór Kontrola situace	Kontrola reakcí	T-skór Kontrola reakcí	Pozitivní sebeinstrukce	T-skór Pozitivní sebeinstrukce
1	11	51	13	57	10	44	6	43	18	53	18	55	17	49
2	15	59	16	65	17	62	14	60	14	44	18	55	17	49
3	8	50	12	55	15	55	12	54	16	48	17	53	13	37
4	13	55	12	54	9	41	7	44	21	60	17	52	16	47
5	14	62	13	58	17	59	13	56	19	56	18	56	22	65
6	18	68	9	46	19	63	7	44	23	68	14	45	21	62
7	16	60	17	66	13	51	6	43	23	66	21	64	24	69
8	17	62	13	57	19	66	14	60	21	60	21	64	20	57
9	9	52	2	28	9	40	5	38	24	75	17	53	18	53
10	13	55	11	51	9	41	6	43	16	48	15	48	14	43
11	11	51	10	48	8	39	6	43	21	60	14	45	15	45
12	13	55	9	45	18	64	5	40	19	55	16	50	15	45
13	12	54	10	48	14	53	8	46	18	53	16	50	18	51
14	14	62	10	49	19	63	9	48	17	51	17	53	19	56
15	6	42	12	55	15	55	17	62	21	62	18	56	19	56
16	6	37	5	31	4	29	1	29	13	41	14	45	13	40
17	12	54	14	61	11	47	9	49	17	50	15	48	15	45
18	14	58	13	57	12	49	9	49	18	53	18	55	18	51
19	6	37	9	45	9	41	3	35	18	53	13	44	14	43
20	12	54	14	61	12	49	14	60	16	48	15	48	11	36
21	5	33	11	51	9	41	6	43	14	44	14	45	13	40

Hodnoty HS a T-skórů subtestů dotazníku SVF 78: potřeba sociální opory, vyhýbání se, úniková tendence, perseverace, rezignace, sebeobviňování (proband 1 – 21)

č.	Potřeba sociální opory	T-skór Potřeba soc. opory	Vyhýbání se	T-skór Vyhýbání se	Úniková tendence	T-skór Úniková tendence	Perseverace	T-skór Perseverace	Rezignace	T-skór Rezignace	Sebeobviňování	T-skór Sebeobviňování
1	13	54	12	49	6	45	10	45	6	48	11	52
2	14	55	11	48	7	48	10	45	8	54	6	38
3	15	50	14	53	9	51	10	39	8	48	8	42
4	13	54	11	48	9	54	5	33	3	39	3	30
5	13	46	22	68	9	51	12	43	9	50	13	54
6	10	40	9	43	4	38	1	0	0	25	0	23
7	12	52	11	48	4	40	16	55	4	42	8	44
8	21	71	12	49	9	54	8	41	4	42	7	41
9	15	50	18	59	5	40	16	49	1	31	1	29
10	14	55	13	51	9	54	14	52	8	54	6	38
11	6	39	22	68	8	51	18	59	6	48	9	47
12	17	62	16	56	9	54	18	59	7	51	10	50
13	12	52	14	53	9	54	6	36	3	39	5	36
14	11	42	11	47	3	37	6	31	3	37	6	39
15	19	57	15	54	10	54	22	63	8	48	12	52
16	8	44	8	42	9	54	19	61	3	39	8	44
17	12	52	15	54	9	54	14	52	13	63	12	55
18	12	52	14	53	8	51	9	43	5	45	7	41
19	9	46	14	53	6	45	14	52	2	35	9	47
20	15	58	14	53	11	56	18	59	12	62	10	50
21	18	66	11	48	8	51	13	51	7	51	10	50

Hodnoty HS a T-skórů subtestů dotazníku SVF 78: podhodnocení, odmítání viny, odklon, náhradní uspokojení, kontrola situace, kontrola reakcí, pozitivní sebeinstrukce (proband 22 – 42)

č.	Podhodnocení	T-skór Podhodnocení	Odmítání viny	T-skór Odmítání viny	Odklon	T-skór Odklon	Náhradní uspokojení	T-skór Náhradní uspokojení	Kontrola situace	T-skór Kontrola situace	Kontrola reakcí	T-skór Kontrola reakcí	Pozitivní sebeinstrukce	T-skór Pozitivní sebeinstrukce
22	11	51	15	63	13	51	7	44	14	44	17	52	14	43
23	10	48	11	51	22	70	18	69	24	72	21	64	21	60
24	14	58	14	61	13	51	10	52	12	38	18	55	13	40
25	17	62	10	48	19	66	15	62	17	50	22	68	22	63
26	12	58	10	49	15	55	4	36	18	54	16	50	17	50
27	9	46	13	57	14	53	7	44	19	55	17	52	20	57
28	11	51	9	45	10	44	7	44	16	48	18	55	16	47
29	14	58	15	63	9	41	13	58	23	66	23	71	20	57
30	21	69	16	65	8	39	2	32	24	72	23	71	24	69
31	13	55	7	39	11	47	3	35	15	47	13	44	11	36
32	9	52	10	49	14	52	13	56	17	51	18	56	18	53
33	11	51	11	51	12	49	5	40	22	63	23	71	20	57
34	12	54	13	57	11	47	6	43	17	50	13	44	14	43
35	16	60	13	57	16	59	12	56	14	44	15	48	14	43
36	15	63	15	64	19	63	12	54	16	48	20	61	18	53
37	11	51	8	41	12	49	10	52	15	47	16	50	15	45
38	7	42	7	39	6	33	5	40	22	63	16	50	17	49
39	9	46	10	48	12	49	8	46	14	44	14	45	12	38
40	14	58	15	63	18	64	8	46	15	47	20	61	17	49
41	13	60	10	49	17	59	9	48	20	59	21	62	21	62
42	12	54	5	31	11	47	8	46	19	55	15	48	14	43

Hodnoty HS a T-skórů subtestů dotazníku SVF 78: potřeba sociální opory, vyhýbání se, úniková tendence, perseverace, rezignace, sebeobviňování (proband 22 – 42)

č.	Potřeba sociální opory	T-skór Potřeba soc. opory	Vyhýbání se	T-skór Vyhýbání se	Úniková tendence	T-skór Úniková tendence	Perseverace	T-skór Perseverace	Rezignace	T-skór Rezignace	Sebeobviňování	T-skór Sebeobviňování
22	11	50	14	53	13	61	16	55	10	58	10	50
23	20	69	23	70	11	56	9	43	3	39	12	55
24	16	59	17	59	12	56	7	39	8	54	11	52
25	12	52	14	53	14	64	7	39	1	32	11	52
26	17	54	13	51	8	49	13	45	7	46	8	42
27	13	54	17	59	8	51	19	61	3	39	10	50
28	14	55	9	45	7	48	13	51	6	48	9	47
29	15	58	14	53	5	41	18	59	6	48	8	44
30	5	36	10	47	4	40	17	57	2	35	4	33
31	11	50	8	42	6	45	5	33	3	39	6	38
32	13	46	16	55	5	40	6	31	3	37	2	31
33	16	59	15	54	11	56	20	62	5	45	17	67
34	9	46	13	51	9	54	12	49	8	54	10	50
35	17	62	15	54	7	48	6	36	7	51	6	38
36	12	44	8	41	8	49	6	31	7	46	6	39
37	11	50	13	51	8	51	6	36	6	48	8	44
38	11	50	21	66	5	41	17	57	1	32	7	41
39	15	58	7	40	6	45	11	47	6	48	8	44
40	12	52	13	51	9	54	12	49	6	48	8	44
41	20	60	24	73	10	54	19	55	7	46	12	52
42	8	44	8	42	8	51	6	36	2	35	9	47

Hodnoty HS a T-skórů subtestů dotazníku SVF 78: podhodnocení, odmítání viny, odklon, náhradní uspokojení, kontrola situace, kontrola reakcí, pozitivní sebeinstrukce (proband 43 – 63)

č.	Podhodnocení	T-skór Podhodnocení	Odmítání viny	T-skór Odmítání viny	Odklon	T-skór Odklon	Náhradní uspokojení	T-skór Náhradní uspokojení	Kontrola situace	T-skór Kontrola situace	Kontrola reakcí	T-skór Kontrola reakcí	Pozitivní sebeinstrukce	T-skór Pozitivní sebeinstrukce
43	10	48	9	45	6	33	8	46	17	50	19	58	21	60
44	4	31	11	51	8	39	4	38	17	50	14	45	15	45
45	12	58	9	46	15	55	11	52	15	46	11	39	11	32
46	11	51	10	48	10	44	9	49	19	55	13	44	17	49
47	8	44	9	45	9	41	7	44	11	36	9	32	8	31
48	20	69	10	49	14	52	9	48	23	68	19	59	22	65
49	15	59	16	65	15	57	8	46	18	53	19	58	18	51
50	12	54	8	41	13	51	6	43	16	48	19	58	17	49
51	11	51	9	45	8	39	7	44	15	47	12	41	11	36
52	9	46	10	48	14	53	14	60	18	53	22	68	16	47
53	9	46	10	48	11	47	9	49	16	48	12	41	11	36
54	13	55	15	63	10	44	7	44	22	63	20	61	21	60
55	13	60	13	58	11	45	9	48	23	68	20	61	22	65
56	13	55	9	45	13	51	15	62	15	47	16	50	13	40
57	12	54	17	66	14	53	9	49	17	50	14	45	14	43
58	19	66	15	63	13	51	12	56	15	47	17	52	15	45
59	19	66	4	25	11	47	2	32	20	58	7	29	9	32
60	11	51	9	45	10	44	14	60	18	53	15	48	16	47
61	15	59	11	51	10	44	6	43	19	55	15	48	17	49
62	11	56	9	46	14	52	9	48	16	48	13	42	13	37
63	9	52	9	46	9	40	10	50	12	37	12	41	11	32

Hodnoty HS a T-skórů subtestů dotazníku SVF 78: potřeba sociální opory, vyhýbání se, úniková tendence, perseverace, rezignace, sebeobviňování (proband 43 – 63)

č.	Potřeba sociální opory	T-skór Potřeba soc. opory	Vyhýbání se	T-skór Vyhýbání se	Úniková tendence	T-skór Úniková tendence	Perseverace	T-skór Perseverace	Rezignace	T-skór Rezignace	Sebeobviňování	T-skór Sebeobviňování
43	12	52	23	70	3	39	8	41	4	42	10	50
44	17	62	16	56	7	48	21	63	4	42	8	44
45	19	57	13	51	8	49	8	35	3	37	6	39
46	18	66	13	51	8	51	12	49	6	48	6	38
47	8	44	8	42	10	56	8	41	6	48	8	44
48	20	60	19	61	9	51	8	35	4	38	7	41
49	15	58	18	61	11	56	17	57	6	48	6	38
50	7	42	12	49	6	45	19	61	5	45	6	38
51	7	42	9	45	6	45	6	36	6	48	7	41
52	12	52	15	54	15	66	20	62	14	65	17	67
53	10	48	11	48	9	54	13	51	6	48	6	38
54	17	62	13	51	6	45	9	43	4	42	4	33
55	7	36	19	61	7	47	20	57	1	31	5	37
56	15	58	15	54	10	56	13	51	8	54	9	47
57	12	52	14	53	14	64	12	49	14	65	14	60
58	11	50	14	53	5	41	7	39	7	51	5	36
59	8	44	5	33	0	23	0	0	1	32	0	0
60	17	62	17	59	10	56	15	54	6	48	15	62
61	16	59	11	48	10	56	16	55	7	51	15	62
62	12	44	10	45	7	47	10	39	3	37	5	37
63	9	38	12	49	7	47	18	53	7	46	6	39

Hodnoty položek 1 – 39 dotazníků SVF 78 (proband 1 – 21)

č.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39
1	1	3	2	1	1	1	1	3	2	2	2	2	4	1	2	3	3	1	2	3	4	2	1	2	1	3	2	0	3	2	2	2	1	3	2	1	2	3	1
2	3	3	3	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	3	3	3	3	1	1	4	2	1	1	1	2	3	2	1	3	3	1	2	1	1	3	2	1	3	2
3	3	3	2	2	3	2	1	3	1	2	3	2	4	2	2	0	1	2	1	3	2	2	2	2	1	2	3	1	2	2	1	3	3	2	2	1	2	2	1
4	1	3	2	0	1	0	0	3	1	1	1	3	4	2	2	1	1	2	0	2	4	1	1	0	0	2	2	1	3	2	1	1	1	2	2	1	1	2	0
5	3	3	3	2	2	2	2	3	1	4	3	3	4	3	2	1	2	1	2	4	3	4	1	2	3	4	2	1	3	3	2	2	4	2	2	2	2	4	2
6	3	1	4	0	0	0	0	3	0	4	0	4	4	3	2	0	0	0	0	4	4	0	0	0	1	3	1	0	4	4	0	3	0	1	1	1	0	4	0
7	1	2	2	1	3	3	2	3	0	4	2	2	4	2	2	1	3	1	1	4	2	2	1	1	2	4	2	0	4	3	4	2	1	3	2	2	1	4	0
8	4	3	4	1	2	2	1	4	1	4	2	2	4	3	4	2	2	1	1	4	3	1	0	1	3	3	3	0	3	3	1	3	3	3	2	3	1	3	0
9	0	0	2	0	0	3	0	4	0	4	3	2	4	3	2	0	4	0	0	4	1	2	0	0	2	0	3	0	4	2	1	2	3	3	0	0	0	4	1
10	1	3	2	2	1	3	1	3	1	3	2	3	3	1	2	1	2	1	1	2	3	2	2	1	1	2	2	1	3	3	2	1	2	3	1	1	1	3	1
11	1	3	1	1	2	3	1	3	1	3	4	2	4	1	1	1	3	1	1	2	1	4	1	2	1	2	1	1	4	2	3	1	4	1	2	1	1	2	1
12	3	4	2	2	1	2	3	4	1	3	2	2	3	3	3	0	4	2	2	3	2	2	1	1	1	2	3	0	3	3	2	2	3	1	1	2	0	2	2
13	1	3	2	1	1	1	1	3	1	3	2	2	3	3	2	1	1	2	1	3	2	2	1	1	2	3	2	1	3	3	1	2	2	1	2	1	1	3	0
14	3	2	1	0	0	1	2	2	0	4	2	3	3	3	2	1	2	1	0	2	3	1	1	1	1	4	2	0	4	3	1	2	2	3	2	2	1	2	1
15	1	3	3	3	2	4	4	3	1	2	3	1	3	2	2	3	3	1	2	3	2	2	1	0	3	4	3	0	3	0	4	3	2	3	2	1	2	3	1
16	0	1	1	0	0	4	1	3	2	3	1	1	3	1	2	0	3	1	2	1	2	1	1	2	0	2	1	2	2	1	3	1	1	4	0	0	2	2	2
17	2	2	2	2	3	2	3	3	1	2	2	2	3	2	2	2	2	1	1	2	3	2	2	2	1	2	2	1	3	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2
18	1	3	2	0	2	3	1	4	1	3	2	3	4	2	2	2	1	1	1	3	3	2	1	1	2	3	2	1	3	3	1	2	2	3	2	2	1	3	1
19	1	3	1	0	1	3	2	3	1	3	2	1	4	2	1	0	2	2	1	2	3	2	0	2	0	2	1	0	3	1	2	2	3	0	1	0	2	2	1
20	2	3	3	2	3	3	1	3	2	2	3	1	2	2	3	1	3	2	1	3	3	2	2	1	2	2	2	2	3	2	3	2	2	1	2	3	2	2	1
21	2	2	3	1	1	2	1	3	1	1	1	0	4	1	3	1	2	2	2	2	2	1	1	1	0	2	3	1	2	0	3	2	1	3	2	2	2	2	2

Hodnoty položek 40 – 78 dotazníků SVF 78 (proband 1 – 21)

č.	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78
1	2	1	2	2	2	3	2	1	3	1	3	2	2	0	1	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	0	1	2	3	1	2	3	0	2	2	1	3	3	0
2	3	1	2	2	3	4	2	1	4	1	4	1	3	2	1	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	1	2	1	3	3	2	2	3	1	2	2	1
3	3	2	2	1	1	2	2	2	3	1	2	1	1	2	1	2	2	3	4	2	2	3	3	1	2	3	3	1	3	2	2	2	3	1	2	1	3	2	1
4	2	1	2	3	2	4	2	0	4	0	1	1	2	1	1	3	1	2	3	3	2	4	4	2	3	1	1	1	3	1	2	3	2	3	3	1	4	3	1
5	4	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	1	1	3	2	2	3	2	2	3	4	2	4	3	3	3	2	2	2	3	1	2	3	1	3	4	1
6	3	3	1	4	2	3	3	0	3	0	4	0	3	2	0	3	1	1	2	1	1	4	4	3	2	1	3	0	1	0	1	3	0	3	3	0	4	4	0
7	2	1	2	4	3	4	2	2	4	1	4	1	4	0	1	4	3	2	4	2	2	4	4	3	2	1	2	2	2	2	4	4	0	2	2	0	4	2	0
8	3	2	3	4	2	3	2	1	4	1	3	1	3	2	1	4	2	3	4	4	1	2	3	3	1	2	3	2	4	1	2	3	2	3	3	1	4	3	1
9	1	2	2	4	1	3	3	2	3	0	2	1	2	1	0	3	0	3	3	3	3	4	4	2	3	1	1	0	3	3	0	4	0	1	1	0	4	4	0
10	1	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	1	2	1	3	2	2	3	1	3	2	1	3	3	1
11	1	1	1	2	1	2	2	3	2	1	2	2	2	1	1	3	2	1	3	3	3	4	3	2	4	1	1	2	1	3	2	3	1	2	2	1	4	4	1
12	1	2	3	3	1	2	3	3	3	0	4	2	2	1	1	3	2	3	3	3	4	3	3	2	3	1	3	2	3	3	2	2	1	2	3	1	3	3	1
13	1	2	2	3	1	2	2	1	3	0	3	1	2	1	1	4	2	2	3	3	1	3	3	2	3	2	2	0	2	1	2	3	1	2	3	0	3	3	0
14	2	1	2	2	1	2	1	0	4	0	4	1	2	1	1	3	2	2	3	1	1	3	4	2	2	2	3	1	2	1	2	3	2	2	4	0	3	3	0
15	3	4	3	4	2	3	2	3	4	2	3	2	1	2	1	3	2	4	2	3	4	4	4	2	3	4	2	2	4	4	2	3	2	1	4	0	4	3	1
16	1	1	1	0	1	1	2	3	3	0	0	0	2	0	0	3	1	2	3	2	3	2	2	1	1	0	1	1	1	3	1	2	0	1	1	0	3	2	1
17	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	1	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	3	3	3	1
18	2	2	2	2	2	3	3	1	3	1	3	1	2	1	1	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	1	2	2	2	1	2	3	1	2	2	1	3	2	1
19	2	1	2	2	1	1	2	2	1	0	1	0	2	0	0	3	1	2	4	2	3	3	3	1	2	1	2	2	2	2	2	3	0	1	1	1	3	3	0
20	3	2	2	3	2	1	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	1	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	1
21	2	1	3	1	2	2	3	2	2	1	1	2	1	1	1	3	2	3	2	2	2	2	3	1	3	1	1	2	3	2	2	3	1	1	2	1	2	2	1

Hodnoty položek 1 – 39 dotazníků SVF 78 (proband 22 – 42)

č.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	
22	2	3	1	2	3	2	3	3	1	2	3	2	2	2	2	1	3	1	1	3	3	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	1	3	1
23	4	2	3	0	2	1	3	4	1	2	4	2	4	4	4	2	1	3	2	4	2	4	2	1	4	4	2	0	4	1	1	4	4	3	2	2	2	4	1	
24	2	3	3	2	3	1	2	2	1	1	3	2	2	2	2	1	1	2	1	3	3	3	2	2	3	2	2	1	2	2	1	3	2	3	2	2	2	2	2	1
25	4	4	2	1	2	1	2	2	2	4	3	4	3	3	2	2	2	3	2	4	2	2	0	0	2	3	2	2	4	4	1	3	1	3	2	1	2	4	0	
26	3	2	3	1	2	2	1	3	1	4	2	1	3	2	3	1	2	1	1	2	2	2	2	3	0	3	3	1	3	3	2	2	2	3	2	2	1	3	1	
27	2	3	2	1	2	3	3	3	1	4	3	1	3	2	1	1	3	2	1	3	2	2	0	1	1	3	3	0	3	3	4	3	3	2	3	1	2	4	1	
28	1	3	4	1	1	3	1	3	1	3	1	2	3	1	2	1	2	1	1	3	2	1	1	2	1	3	2	1	3	2	2	2	1	3	2	1	2	3	1	
29	1	3	1	2	2	4	3	4	0	4	3	2	4	1	3	3	3	1	1	4	2	2	0	0	2	3	3	0	4	2	2	1	1	4	3	3	1	3	1	
30	0	4	1	0	4	3	0	4	0	4	1	4	4	1	1	0	3	0	0	4	4	1	1	0	0	4	0	1	4	4	3	1	2	4	2	4	0	4	1	
31	1	2	2	1	0	0	0	2	1	3	1	2	3	2	2	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	2	3	1	2	1	1	2	1	1	2	1	
32	4	4	2	1	4	1	1	2	0	3	3	2	3	2	2	2	1	1	0	1	3	3	1	0	2	3	3	0	3	2	1	2	2	2	1	1	0	3	0	
33	0	4	3	1	1	2	2	4	1	4	2	2	4	2	4	1	3	1	4	4	1	2	1	4	0	4	2	2	3	2	4	3	2	4	3	2	3	3	1	
34	1	3	1	1	3	2	1	4	1	3	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	1	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
35	4	3	4	1	2	1	1	3	1	3	2	3	3	1	2	2	1	1	1	2	3	2	1	1	2	2	2	0	2	3	1	3	2	1	3	2	1	3	1	
36	3	4	2	1	3	1	1	2	1	3	2	2	3	4	2	2	1	2	1	3	3	1	1	1	2	3	2	1	2	2	1	3	1	3	3	2	1	3	1	
37	3	3	2	0	1	2	2	3	2	4	3	3	3	1	2	2	1	1	2	3	2	3	2	1	1	1	1	1	2	0	0	2	2	2	1	1	1	2	1	
38	2	3	0	0	2	3	2	4	0	4	3	2	4	0	3	1	4	1	0	2	2	3	0	3	0	2	1	0	3	2	3	1	4	2	1	1	1	3	1	
39	2	3	2	1	2	2	1	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	2	3	1	3	1	1	2	1	2	2	1	1	2	1	
40	4	4	2	1	2	1	1	3	1	4	2	2	3	3	2	1	1	1	1	4	4	2	1	2	1	2	2	1	2	3	2	2	2	3	2	2	1	3	1	
41	3	3	3	2	0	4	3	4	0	3	4	2	3	3	4	0	3	2	2	3	3	4	1	1	0	4	4	0	3	3	2	3	4	4	2	2	2	3	1	
42	1	4	2	0	1	0	1	3	1	2	1	2	3	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	0	3	2	0	4	3	1	0	0	2	1	1	2	2	0	

Hodnoty položek 40 – 78 dotazníků SVF 78 (proband 22 – 42)

č.	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	
22	2	3	1	2	2	1	3	3	2	1	3	1	2	1	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	1	2	2	3	3	2	3	1	2	2	1	3	2	3	
23	3	3	4	4	1	4	3	2	4	0	4	2	2	3	0	3	2	4	4	4	2	4	4	2	4	4	3	2	3	2	2	4	2	1	3	0	4	4	0	
24	2	3	3	2	2	2	3	2	3	1	2	2	3	1	1	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	2	2	2	3	1	2	3	1	2	2	1	2	3	2	
25	3	3	2	1	1	4	2	1	4	0	2	2	2	2	0	3	2	2	3	4	2	3	4	3	3	4	4	3	2	0	1	4	2	3	3	0	4	3	0	
26	2	2	3	3	1	2	2	3	3	1	3	1	3	0	1	3	1	2	3	2	2	3	2	1	2	1	3	1	3	2	2	3	0	2	2	1	3	3	1	
27	1	2	1	3	1	3	3	3	3	0	2	1	2	1	0	4	2	3	3	3	3	4	2	1	3	2	3	2	3	3	3	3	1	1	2	1	3	3	0	
28	1	1	2	1	1	2	1	2	3	1	2	1	2	1	1	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	1	3	1	2	2	1	3	2	1	
29	4	1	3	4	2	3	3	3	4	0	3	1	3	1	2	4	3	2	4	3	3	3	3	2	2	2	1	2	3	3	3	4	1	2	2	1	4	3	0	
30	1	1	1	4	2	4	2	3	4	0	3	2	3	0	0	4	2	1	4	2	3	4	4	4	2	1	1	2	1	2	2	3	0	2	2	0	4	2	0	
31	1	0	2	3	1	0	1	1	4	0	3	2	2	0	0	3	1	2	2	3	1	2	2	2	3	1	1	2	2	1	2	3	0	3	2	1	3	1	0	
32	3	1	2	2	1	2	2	1	4	0	3	1	2	2	1	3	1	2	4	2	1	3	4	2	4	2	0	0	2	1	0	3	2	0	3	0	4	2	1	
33	1	3	3	3	2	3	3	3	3	1	4	2	2	1	1	3	2	2	4	3	4	4	3	2	2	1	2	2	2	4	2	4	1	1	1	0	4	4	1	
34	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	0	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	3	3	1
35	2	2	3	2	2	1	3	1	3	1	3	1	3	2	2	3	2	3	3	2	1	2	2	3	3	2	2	1	3	1	1	3	2	2	3	1	2	3	1	
36	3	2	2	3	2	3	2	1	3	1	3	1	3	2	2	3	1	2	3	2	1	3	3	3	1	2	3	1	2	1	3	4	1	3	3	1	3	1	0	
37	2	2	2	2	1	2	1	1	2	1	2	1	3	1	1	3	2	2	3	1	1	2	3	2	2	3	2	1	2	1	1	3	1	2	2	1	3	2	1	
38	0	2	1	3	0	3	3	2	3	0	2	1	1	0	0	2	1	3	3	2	3	4	3	1	4	4	1	0	3	2	1	3	0	0	0	0	4	4	0	
39	1	1	2	2	1	1	1	2	3	1	2	2	2	1	1	2	2	3	2	1	2	2	3	2	1	1	2	2	3	2	1	2	1	1	2	1	2	1	1	
40	2	2	2	1	2	2	2	2	3	1	3	1	3	1	1	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	1	2	3	1	3	2	1	
41	3	4	4	3	1	4	4	3	3	1	2	1	2	1	1	3	2	2	4	4	4	3	4	2	4	4	3	3	3	3	2	4	1	2	3	1	4	4	0	
42	1	2	1	2	0	1	1	1	3	1	4	2	2	1	0	3	1	1	2	3	2	4	3	2	2	3	2	1	1	0	1	2	2	2	3	0	3	3	1	

Hodnoty položek 1 – 39 dotazníků SVF 78 (proband 43 – 63)

č.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39
43	1	3	2	1	2	1	2	3	1	4	3	2	3	0	2	1	1	0	1	3	2	4	1	1	1	4	2	0	4	0	1	1	4	3	2	2	2	4	1
44	0	1	1	1	3	4	2	2	1	3	3	2	3	1	4	0	3	1	1	3	3	3	1	3	0	2	2	0	3	2	4	1	1	1	1	0	2	2	1
45	2	2	3	1	1	2	1	2	1	2	2	2	3	2	3	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	4	1	3	3	1	2	2	1	2	1	1	1	1
46	1	2	3	1	2	2	1	3	1	3	2	2	4	1	3	2	2	1	1	2	1	2	1	1	1	3	3	1	3	2	2	1	2	2	2	1	1	3	1
47	2	3	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	3	1	2	2	3	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1
48	1	3	3	1	2	3	3	4	1	4	3	3	4	1	3	0	0	1	1	4	4	3	0	0	1	4	4	0	4	4	0	3	3	1	1	3	1	4	1
49	4	4	3	1	4	3	1	3	1	3	3	3	3	1	2	0	2	1	1	3	3	3	1	1	1	3	4	2	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	1
50	3	3	2	1	1	3	1	4	0	3	2	2	3	2	1	0	3	1	0	3	1	2	0	1	0	3	1	0	2	2	3	1	2	3	1	1	1	3	1
51	1	1	1	1	1	1	1	2	1	3	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	0	3	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1
52	1	4	2	4	1	4	4	4	2	4	2	0	4	2	2	4	4	2	4	4	2	3	1	2	0	2	2	3	2	2	3	2	2	4	1	2	2	3	2
53	2	2	1	1	3	2	1	3	2	1	2	2	3	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	3	1	2	2	2	1	1	1	1	2	1
54	0	3	3	0	2	2	0	3	0	2	3	3	4	2	4	1	1	1	1	2	2	1	3	1	1	3	1	1	4	2	2	1	1	3	4	1	0	4	1
55	1	4	1	0	3	3	0	4	0	4	2	2	4	2	0	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	4	2	1	3	2	4	1	3	3	2	2	1	4	0
56	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	3	2	2	1	1	3	2	3	2	2	2	2	3	0	3	1	1	1	2	3	1	3	1	3	1
57	2	1	3	2	2	1	2	3	3	4	2	3	3	2	3	1	2	2	3	2	3	3	2	3	1	1	2	2	3	2	1	2	3	3	3	2	1	2	2
58	1	3	2	1	3	1	0	3	0	3	3	4	2	2	2	2	1	1	1	3	3	2	1	1	2	2	2	0	3	4	1	2	2	2	2	2	1	3	1
59	3	3	3	1	2	0	0	3	0	2	0	4	4	3	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	3	2	0	4	4	0	0	0	0	0	2	0	0
60	1	2	2	1	2	2	2	3	1	3	3	1	3	2	3	1	3	1	3	3	2	3	1	3	1	3	3	1	3	3	2	1	2	2	1	1	3	2	1
61	2	2	1	2	3	3	3	3	2	2	1	2	3	1	3	1	1	1	3	2	3	1	1	2	1	3	3	1	3	3	3	2	1	2	2	4	3	3	1
62	3	2	2	0	2	1	1	2	0	3	2	2	4	2	2	0	2	1	1	2	2	1	0	0	2	2	2	1	3	2	2	2	1	1	2	1	1	3	1
63	1	2	2	1	0	3	1	3	1	3	2	1	2	2	2	1	3	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	2	3	1	1	3	2	1	1	1	1

Hodnoty položek 40 – 78 dotazníků SVF 78 (proband 43 – 63)

č.	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78
43	2	1	2	1	1	3	4	1	3	0	3	2	2	1	1	3	1	2	4	1	3	3	3	2	4	2	0	2	2	1	1	3	1	2	1	0	3	4	0
44	1	1	3	3	0	2	3	3	3	0	2	0	0	0	0	3	2	4	3	3	3	3	0	3	3	2	0	3	4	2	3	0	0	2	1	3	3	1	
45	2	2	2	1	1	1	2	1	3	0	3	1	2	2	0	3	2	3	2	2	1	3	3	2	2	3	3	1	4	1	1	2	2	2	3	0	3	3	1
46	2	1	3	3	1	2	2	2	2	1	3	1	2	1	1	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	1	3	2	2	2	1	2	2	1	3	3	1
47	1	1	1	2	3	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	0	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	1	2	1	0	0	0	1	2	1	1
48	3	4	3	3	1	3	3	1	4	0	3	1	3	1	1	4	1	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	1	4	1	1	3	1	3	3	1	4	4	0
49	2	3	1	3	1	3	3	3	3	1	3	1	2	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	1	2	3	2	3	1	2	3	1	3	3	1
50	2	2	1	1	1	1	2	4	4	1	3	1	3	1	1	3	2	1	3	2	3	3	4	2	2	2	2	2	1	3	2	3	1	2	2	1	3	2	1
51	2	1	1	3	2	1	1	1	3	1	2	2	2	1	1	3	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	3	3	1
52	3	3	2	3	1	3	3	3	4	2	3	3	1	2	3	2	3	2	3	2	4	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3
53	2	1	2	2	1	1	1	2	3	1	2	1	2	1	1	3	2	2	3	2	3	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	1	2	1	1	3	2	1
54	2	1	4	4	1	4	2	1	4	0	3	0	3	0	0	4	3	2	4	2	2	4	4	2	3	2	1	2	3	1	3	4	1	2	3	0	3	3	1
55	2	2	1	4	2	3	3	3	4	0	3	1	3	1	0	3	3	2	4	3	4	4	4	2	4	3	2	1	1	3	2	4	1	2	2	0	4	4	0
56	2	3	2	3	1	1	3	2	2	1	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	1	3	3	2
57	3	2	1	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	1	3	2	3	1	3	2	3	3	3	2	1	1	2	3	2	2	3	3	2	1	3	2	3	2	3
58	2	2	1	2	1	1	1	1	3	1	3	1	3	1	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	1	2	1	3	3	2	3	3	1	2	3	0
59	1	0	1	3	0	1	0	0	4	0	3	0	3	0	0	3	2	0	0	0	0	3	0	3	3	0	0	0	1	0	0	0	0	3	2	0	3	2	0
60	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	2	2	1	3	1	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	1	3	3	1
61	1	2	3	3	1	3	3	3	3	1	2	2	2	1	1	3	1	3	3	3	3	3	2	2	1	1	2	3	3	1	3	1	2	2	1	4	3	1	
62	2	2	2	2	1	0	2	2	3	1	3	1	2	1	1	2	1	1	3	2	2	2	3	2	2	2	1	1	3	1	1	2	2	2	3	0	3	2	1
63	2	1	2	1	2	1	3	3	2	1	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	1	1	1	3	2	2	2	1	2	1	2	2	1