

Univerzita Palackého v Olomouci
Katedra psychologie Filozofické fakulty

STRES U POLICEJNÍCH POTÁPĚČŮ

Stress among police divers



Magisterská diplomová práce

Autor:

Veronika Pluskalová

Vedoucí práce:

Doc. PhDr. Zdeněk Vtípil, Csc.

Olomouc

2010

Ráda bych poděkovala Doc. PhDr. Zdeňku Vtípilovi, Csc., vedoucímu práce, za odborné vedení, trpělivost, mnoho cenných rad a konzultace v průběhu vypracování.

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala samostatně a všechny použité prameny jsem řádně citovala a uvedla.

V Olomouci dne 30. 11. 2010

.....

Obsah

Číslo	Kapitola	Strana
	Úvod	6
1.	Jednotlivé aspekty policejní profese	8
1.1.	Policejní profese obecně	8
1.2.	Vybrané sociální a psychologické aspekty policejní profese	9
1.3.	Požadavky na práci policisty	12
1.4.	Současné problémy policie	15
2.	Organizace policie ČR	19
2.1.	Speciální policejní profese	21
2.2.	Struktura potápěčů u policie ČR	23
3.	Profese policejní potápěč	26
3.1.	Historie potápění u policie ČR	26
3.2.	Výběr potápěčů u policie ČR	27
3.3.	Specifika a náročnost potápěčské činnosti policie	28
4.	Stres	31
4.1.	Stres a náročné životní situace	31
4.2.	Klasifikace stresu	33
4.3.	Stresory	34
4.4.	Stresové situace	37
4.5.	Teorie stresu	38
4.6.	Příznaky stresu	40
5.	Osobnost a emocionalita	43
5.1.	Osobnost-vymezení pojmu	43
5.2.	Osobnost a stres	44
5.2.1.	Vybrané osobnostní charakteristiky a jejich vztah ke stresu	45
5.3.	Emocionalita	46
6.	Potápění	48
6.1.	Úvod do problematiky	48
6.1.1.	Fyzikální zákony a vodní prostředí	49
6.2.	Rozdělení potápění	53
7.	Problematika stresu při potápění	54
7.1.	Zdroje stresu při potápění	54

7.1.1.	Fyzické příčiny	54
7.1.2.	Psychologické příčiny	55
7.1.3.	Příčiny související s přístroji	57
7.1.4.	Příčiny související s prostředím	57
7.1.5.	Nedostatečný výcvik a úroveň dovedností	58
7.2.	Působení stresu při potápění	58
7.2.1.	Mechanismus působení stresu	58
7.2.2.	Vliv stresu na chování potápěče	60
7.3.	Překonávání stresu	61
7.3.1.	Příprava na řešení stresových situací	63
7.3.2.	Myšlení pod vlivem stresu	63
8.	Metodologický rámec práce	64
8.1.	Problém a cíl práce	64
8.2.	Hypotézy	65
8.3.	Užité výzkumné metody	66
8.3.1.	Vlastní dotazník - Dotazník Stres při potápění	66
8.3.2.	IPSS	66
8.3.3.	DOPEN	67
8.3.4.	SUPOS -7 - PC	68
8.4.	Statistické metody analýzy dat	70
8.5.	Zkoumaný soubor	71
8.6.	Organizace a průběh výzkumu	75
8.7.	Symbolika výsledkové části	75
9.	Výsledky práce	77
9.1.	Profil souboru z hlediska Dotazníku Stres při potápění	77
9.2.	Profil souboru z hlediska IPSS	79
9.3.	Profil souboru z hlediska DOPEN	81
9.4.	Profil souboru z hlediska SUPOS – 7 - PC	83
9.5.	Vybrané koreláty	86
9.6.	K cílům výzkumu a platnosti hypotéz	91
10.	Diskuse	96
11.	Závěr	101
12.	Souhrn	103

Literatura

106

Přílohy

111

Úvod

V této práci předkládáme náhled do problematiky stresu spojeného s profesí policisty – potápěče Policie České republiky (dále jen policejní potápěč). Jelikož je tato problematika velice rozsáhlá, vybrali jsme si pro naše zkoumání primární fragmenty, kterými jsou osobnost policejního potápěče, jejich psychický stav a vnímání pracovního stresu policejním potápěčem při jeho pracovních činnostech. Zejména nás zajímá, co považují policejní potápěči za největší stresory v jejich pracovním prostředí, má-li věk či délka služebního poměru policejního potápěče vliv na celkovou míru stresu. Dále se pokusíme zjistit míru závislosti ve vztahu mezi celkovou mírou stresu při potápění i při policejní činnosti na straně jedné, a rysy psychického stavu na straně druhé. Také se zaměříme na závislost mezi celkovou mírou stresu (při potápění i při policejní činnosti) a kvalitou celkového psychického stavu. Dále nás zajímá míra závislosti mezi vybranými osobnostními charakteristikami a celkovou mírou stresu.

Je potřeba si uvědomit, že specializace „potápěč“ je nedílnou součástí Policie ČR. Z tohoto vyplývá, že každý policejní potápěč je prvotně policistou, který si plní úkoly vyplývající z jeho funkčního zařazení v rámci organizační struktury PČR. Potápěčskou činnost provádějí policejní potápěči především při plnění úkolů souvisejících s pátráním po utonulých nebo pohřešovaných osobách, po věcech pocházejících z trestné činnosti, nebo věcech, kterými byla trestná činnost spáchána, při živelných pohromách, záchraně osob atd. Potápí se do několika desítek metrů pod „otevřenou“ vodní hladinou, v jeskyních, pod ledem, ve vodách kontaminovaných či na místech, jako jsou rybníky, studny či septiky. Při své práci musí překonávat řadu překážek, jako je například náročný terén, kdy s výstrojí, vážící kolem devadesáti kilogramů musí sejít bezpečně k vodní hladině. Po vstupu do vodního prostředí, se díky fyzikálním zákonům stává hmotnost přístroje pro potápěče „zanedbatelnou“. Začínají na něho ovšem působit jevy spojené s vodním prostředím. Je potřeba si uvědomit, že vodní prostředí se stává pro policejního potápěče pracovním prostředím, ve kterém má vykonávat určité pracovní činnosti. V rámci definování pracovního prostředí jsme se setkali s různými výklady, avšak všechny se shodují v tom, že pracovní prostředí by mělo být takové, aby v něm mohly zaměstnanci podávat co největší výkony za dodržení patřičných bezpečnostních pravidel. Z těchto poznatků vyplývá, že už samotné pracovní prostředí policejního potápěče je velice stresující. Pokud vezmeme ještě v úvahu náplň pracovní činnosti, kterou policejní potápěči pod vodní hladinou vykonávají, za zmínku stojí pátrání po utonulých nebo pohřešovaných osobách, což v podstatě

znamená přímý kontakt s lidskými ostatky, musíme konstatovat, že psychika policejního potápěče je v rámci speciálních-potápěčských činností nadměrně zatěžována.

Z následujícího popisu tedy vyplývá, že pro výkon povolání policejního potápěče je nutná odolnost nejen fyzická, ale i psychická. Také je zřejmé, že tato činnost pod vodní hladinou je obsahově vzdálená potápění rekreačnímu.

Významným důvodem k rozpracování daného tématu je také skutečnost, že studií, článků či výzkumů zaměřených na toto téma je velice málo. Pověětšinou jsou orientované na rekreační potápěče, ne však na tuto specifickou profesi u policie.

1. Jednotlivé aspekty policejní profese

Policejní potápěči, jak už z označení vyplývá, u nás nepůsobí samostatně, ale jsou nedílnou součástí Policie ČR. Každý policejní potápěč je zároveň policistou a kromě nároků, vyplývajících z jejich specializace, se jich dotýkají i ty, které souvisí s policií obecně. Proto, abychom dobře porozuměli problematice související s prací policejního potápěče, je tuto třeba vnímat v kontextu policie jako takové.

V této kapitole se nejprve budeme věnovat vymezení policejní profese obecně, bude nás zajímat, jaké nároky jsou na policisty kladeny, co tvoří problémové momenty jejich práce, ale také to, s jakými výhodami či benefity mohou počítat. Následně se zaměříme na problematiku speciálních policejních profesí, v jejichž rámci si vymežíme i pozici policejního potápěče.

1.1. Policejní profese obecně

Policie České republiky (PČR) je ozbrojený bezpečnostní sbor České republiky s působností na celém jejím území. Ve své podstatě jde o organizaci s hierarchickou strukturou, spadající do působnosti Ministerstva vnitra ČR. Na jednotlivých úrovních působí Policejní prezidium, Správy jednotlivých krajů a hlavního města Prahy, Okresní, Obvodní či Městské ředitelství. Těm jsou pak podřízeny jednotlivé organizační články a součásti. Z hlediska legislativy upravují činnost policie zejména následující právní normy. Je to zákon č. 273/2008 Sb., o Policii ČR, v platném znění, a zákon č. 361/2003 Sb., o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů, v platném znění (Michalík, 2008).

Policie České republiky zajišťuje plnění celé řady úkolů. Jedná se např. o ochranu osob a majetku, boj proti terorismu, odhalování trestných činů, přestupků, zajišťování veřejného pořádku atd. (Vangeli, 2009).

Podívejme se nyní, kdo a za jakých podmínek se může stát příslušníkem PČR. Přijímání do služebního poměru upravuje zákon č. 361/2003 Sb. Uchazeč o práci u policie doručí na příslušné personální pracoviště policie písemnou žádost, ve které dokládá splnění příslušných podmínek: musí být občanem České republiky, starší 18 let, nutná je trestní bezúhonnost, dále je požadováno minimálně střední vzdělání s maturitní zkouškou, přičemž k výkonu služby je nutná fyzická, zdravotní a osobnostní způsobilost. Uchazeč zároveň nesmí být členem politické strany nebo politického hnutí a nesmí vykonávat živnostenskou nebo jinou výdělečnou činnost a nesmí působit v řídicích nebo kontrolních

orgánech právnických osob, které vykonávají podnikatelskou činnost (Vangeli, 2009).

Fyzická, zdravotní a osobnostní způsobilost se prokazuje v průběhu přijímacího řízení, jehož součástí je i vyšetření zaměřené na zjištění přítomnosti omamných a psychotropních látek. Fyzická způsobilost se prokazuje testy tělesné zdatnosti, zdravotní způsobilost je posouzena policejním lékařem a osobnostní způsobilost se prověřuje psychologickým vyšetřením. Přijímací řízení trvá nejčastěji tři měsíce, nejdéle však šest měsíců (Michalík, 2008).

1.2. Vybrané sociální a psychologické aspekty policejní profese

Přijímací řízení k PČR - průběh přijímacího řízení

V rámci prověřování fyzické způsobilosti se posuzuje úroveň rozvoje pohybových schopností a dovedností uchazeče nutných pro výkon služby. Toto prověřování je organizováno formou testů tělesné zdatnosti před komisí, která uchazeče hodnotí v kategoriích „splnil“ nebo „nesplnil“ podmínky fyzické způsobilosti k přijetí. Prověrka fyzické zdatnosti se skládá ze čtyř testů: člunkového běhu, běhu na 1000 m, celomotorického testu a cvičení kliků. Nejpozději do ukončení základní odborné přípravy musí nově přijatí policisté splnit požadavky fyzické způsobilosti pro příslušnou skupinu podle místa služebního zařazení. Zpravidla se jedná o 2. skupinu fyzické způsobilosti (www.policie.cz).

Nezbytnou součástí přijímacího řízení je také psychologické vyšetření, které je zaměřeno na zjišťování osobnostních předpokladů potřebných pro výkon služby. Osobnostní způsobilost příslušníků bezpečnostních sborů upravuje vyhláška MV č. 487/2004 Sb., o osobnostní způsobilosti, která je předpokladem pro výkon služby v bezpečnostním sboru. Podle této vyhlášky musí dosahovat určité úrovně v oblasti obecné inteligence, musí být emočně stabilní, psychosociálně vyzrálý, schopen zvládat psychickou zátěž, disponovat žádoucí motivací, postoji a hodnotami. Posuzuje se, jaké úrovně dosahuje v oblastech volních a poznávacích procesů a autoregulace. Musí být bez znaků nežádoucí agresivity a psychopatologické symptomatiky (Michalík, 2008).

Uchazeči absolvují celodenní vyšetření, v jehož průběhu vyplňují osobnostní dotazníky, podrobují se výkonovým testům a účastní se řízeného rozhovoru s psychologem. Výsledkem vyšetření je komplexní posouzení vhodnosti uchazeče pro výkon služby. Psychologické vyšetření provádějí výlučně psychologická pracoviště policie nebo

Ministerstva vnitra. Pokud uchazeč nesplní kriteria nutná pro přijetí, může další psychologické vyšetření podstoupit nejdříve za 2 roky. Kromě přijímacího řízení se s psychologickým vyšetřením u Policie ČR setkáváme rovněž při výběru do speciálních funkcí (např. pracovníci SKPV, pyrotechnici, řidiči, potápěči) a výběru do řídicích funkcí (Michalík, 2008).

Vznik služebního poměru

Služební poměr policistů je upraven zákonem č. 361/2003 Sb. o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů, který nabyl účinnosti dnem 1. 1. 2007. Je uzavírán s nastupujícím policistou na dobu určitou v délce 3 let a vzniká dnem uvedeným v rozhodnutí služebního funkcionáře, kterým je policista k určenému datu ustanoven na služební místo. Služební poměr je rozdělen do dvou etap - služebního poměru na dobu určitou a na služební poměr na dobu neurčitou. Účelem služebního poměru na dobu určitou je ověření způsobilosti příslušníka k výkonu služby a k přechodu do služebního poměru na dobu neurčitou. Do služebního poměru na dobu neurčitou se příslušník zařadí na základě úspěšného složení služební zkoušky, která se vykonává před uplynutím doby určité před zkušební komisí. Smyslem služební zkoušky je ověřit teoretickou a praktickou způsobilost pro zařazení do služebního poměru na dobu neurčitou.

Omezení vyplývající ze vzniku služebního poměru

Policista je s ohledem na charakter policejní práce nucen dodržovat kázeň a přispívat k dobré pověsti a obrazu policie. Současně jsou jistým způsobem omezena jeho základní práva. Policistovi není dovoleno být členem řídicích nebo kontrolních orgánů subjektů, které provozují podnikatelskou činnost, ani vykonávat jinou výdělečnou činnost než službu podle zákona o služebním poměru s výjimkou činností uvedených v interním předpisu. Dále nesmí být členem politické strany nebo hnutí či vykonávat činnost v jejich prospěch (www.policie.cz).

Kariérní postup v rámci výkonu služby

Při přijetí do služebního poměru je policista dosazen na služební místo v policii, pro které je stanovena služební hodnost vrchní referent. Proces obsazování služebních míst v rámci výkonu služby upravuje zákon. Předpokladem pro dosazení na uvolněnou pozici (u

specializovaných útvarů) je účast a umístění na prvním místě ve výběrovém řízení. Takto jsou obsazována místa od služební hodnosti inspektor (tarifní třída 5, hodnostní označení praporčík nebo nadpraporčík) a vyšší. Při výběrovém řízení je posuzována doba trvání služebního poměru, dovednosti, kvalifikace a v neposlední řadě služební hodnocení policisty. Na volné služební místo je služebním funkcionářem dosazen policista, jenž se umístil první v pořadí vhodnosti pro obsazované služební místo. U policistů s vysokoškolským vzděláním umožňuje zákon tzv. akcelerovaný postup (www.policie.cz).

Hodnocení služebního výkonu

Hodnocení služebního výkonu policistů je systém, který klade důraz na posuzování kvality odvedené práce. Policista je hodnocen svým přímým nadřízeným nejméně jednou v průběhu kalendářního roku formou posouzení kompetencí – tj. předpokladů k výkonu práce a záznamů významných událostí. Důraz je kladen mimo jiné na rozhovor hodnoceného s nadřízeným, přičemž se toto hodnocení stává podkladem pro následující řízení a rozhodování v personálních otázkách. Jedná se například o kariérní postup v rámci policie, finanční odměňování, ale i kázeňské řízení (www.policie.cz).

Služební příjem, výsluhové nároky a další sociální výhody

Odměňování policistů je upraveno zákonem o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů č. 361/2003 Sb. Policista má nárok na služební příjem za výkon služby, který je stanoven s přihlédnutím k případné službě přesčas v rozsahu 150 hodin za rok. Služební příjem tvoří základní tarif (tj. platový stupeň v platové třídě stanovený podle vzdělání, započítané praxe a služebního místa, na které je policista ustanoven), zvláštní příplatek (např. za činnosti spojené s ochranou zájmů státu, při nichž může dojít k ohrožení života nebo zdraví ve výši 1 000 až 6 000 Kč), osobní příplatek (nenárokový), odměna (např. splnění mimořádného úkolu), příplatek za službu v zahraničí (poskytovaný v USD/EUR), příplatek za vedení (dle řídicí úrovně). Policista má dále nárok na naturální náležitosti, tj. bezplatnou služební výstroj (uniforma, obuv) a doplňky ke služební výstroji. Příslušníci operativních složek dostávají finanční náhradu za civilní oděv (www.policie.cz).

Nárok na odchodné má příslušník, jehož služební poměr trval šest let a byl ukončen. Pokud došlo k ukončení z důvodu porušení služebního slibu nebo spáchání

úmyslného trestného činu, tak mu takovéto plnění nenáleží. Základní výměra odchodného činí jeden měsíční služební příjem a za každý další ukončený rok trvání služebního poměru se zvyšuje o jednu třetinu tohoto příjmu. Nejvyšší výměra odchodného činí šestnásobek měsíčního hrubého služebního příjmu.

Policista, který vykonával službu alespoň po dobu 15 let, má nárok podle nového zákona o služebním poměru na výsluhový příspěvek. Základní výměra takového příspěvku činí 20% měsíčního hrubého služebního příjmu. Za šestnáctý až dvacátý rok služby se příspěvek zvyšuje o 3% za každý ukončený rok. Za dvacátý první a každý ukončený rok služby se zvyšuje o 2% měsíčního příjmu a za dvacátý šestý a každý další ukončený rok služby o 1% měsíčního služebního příjmu. Výměra výsluhového příspěvku může činit nejvýše 50% měsíčního hrubého služebního příjmu.

Pracovní doba policisty je rozvržena pravidelně nebo nepravidelně v dvousměnném, třisměnném nebo nepřetržitém režimu, přičemž základní doba služby je 37,5 hodiny týdně. Policista má nárok na šest týdnů dovolené v kalendářním roce, přičemž udělování služebního volna je upraveno zákonem. Dále je možné policistům, kteří studují nebo se účastní výběrového řízení, poskytovat studijní volno s nárokem na služební příjem. Policista, jehož služební poměr trval alespoň 15 let, má možnost využít v rámci upevnění zdraví ozdravný pobyt v délce 14 dní ve formě lázeňské péče nebo tělesných rehabilitačních aktivit. Pro potřeby policistů je zřízena síť resortních zdravotnických zařízení, bezplatná psychologická péče a provoz anonymní Linky pomoci v krizi. Dále je jim umožněno ve svém volném čase využít řadu resortních sportovních zařízení a sportovních klubů. Policisté mohou rovněž využít příspěvky na dovolenou či na kulturní akce z fondu kulturních a sociálních potřeb (www.policie.cz).

1.3. Požadavky na práci policisty

Povolání policisty se v mnohém odlišuje od ostatních povolání. Jedná se o povolání velmi náročné, nejen po stránce profesionální a psychické, ale i po stránce mravní. Jen málokteré jiné povolání vyžaduje v takové míře morální hodnocení, rozhodování a přináší tolik morálních dilemat, jako policejní profese ve státě, kde existuje myšlenková a morální pluralita. Morální rozhodování je součástí policejní práce od policisty hlídkové služby, až po policejního prezidenta. V demokratickém, právním státě je tedy logicky ve stále větší míře požadována samostatnost v rozhodování. Policista by měl tedy disponovat

následujícími vlastnostmi a schopnostmi:

Profesionální schopnosti

Tato oblast představuje především zvládnutí práva, odborných poznatků a výcvik policisty. Jde o schopnosti, které požaduje a garantuje společnost pro úspěšný boj s kriminalitou a zločinem. Tato skutečnost zásadně determinuje proces motivace, aktivizuje konkrétní motivy odborné činnosti, poznamenává nejen výkon jednotlivého policisty, ale i soudružnost primárních policejních skupin. Součástí odborné kvalifikace je všestranná znalost policejní taktiky, techniky a schopnost je co nejúčelněji využívat při policejních akcích; pevné návyky sebeobrany a sebeochrany; schopnost policisty rychle a přesně plnit služební úlohy v dynamických a proměnlivých situacích (Čech et al., 2005).

Důležitá je rovněž vzájemná důvěra a spolupráce v rámci policejní skupiny. Profesionalismus a respekt ke svým spolupracovníkům přispívá k vytvoření takového prostředí, které je konstruktivní a pomáhá tvořivosti. Naopak na pracovní prostředí působí dysfunkčně jakékoliv hádky, neshody či v krajním případě šikanování a diskriminace mezi zaměstnanci. Takto extrémní porušení normy může vést až k odchodu schopných policistů a poklesu pracovní výkonnosti. Tato problematika je závažná a již dlouhý čas poutá pozornost policejního managementu (Herzogová, 2002).

Morální motivy a vlastnosti

Jedná se především o vědomí osobní zodpovědnosti za ochranu společnosti před zločinem, policistovu čest, svědomitost, iniciativnost, vysokou disciplinovanost a v neposlední řadě odolnost proti psychologickému nátlaku a manipulaci. Tyto motivy a vlastnosti jsou zdrojem odhodlání překonávat těžkosti a útrapy spojené s přípravou na policejní činnost, s reálnými policejními akcemi a vychází z cíle zvítězit nad zločinem. Klíčová je zde profesionální zaměřenost policisty formovaná ve svých všeobecných základech na principech demokracie a humanismu (Čech et al., 2005).

Policisté musí rovněž zachovávat a ctít všechny zákony a nařízení. Důležitá je zejména povinnost zákonného jednání s obviněnými osobami a respektování individuálních práv občanů. Normy chování policistů zahrnují požadavek, že policisté nesmějí porušovat žádná pravidla, pokyny nebo postupy své organizace a musejí

uposlechnout všechny zákonné rozkazy. Pojem „zákonný“ je zde zdůrazněn proto, že může potencionálně nastat situace, kdy daný příkaz může být nezákonný (Herzogová, 2002).

Volní vlastnosti

Cílevědomost, rozhodnost, houževnatost, sebeovládání, samostatnost, odvaha apod. umožňují policistům překonávat obtíže při úsilí splnit cíle policejní práce. Současně zvýrazňují realizaci specifických schopností, morálních motivů a vlastností policisty. Jsou tedy zdrojem pevnosti jeho charakteru (Čech et al., 2005).

Psychická připravenost

Policista musí být nejen odborně a fyzicky zdatný, ale i psychicky připravený na výkon své činnosti v zátěžových situacích. Jedná se o formování substruktur psychiky v osobnostním profilu policisty, které umožňují potlačit nežádoucí psychické stavy, zajistit aktivní a přiměřené jednání policisty v zátěži a tím i úspěšné splnění funkčních povinností a složitých policejních úloh. Policista musí být schopný vydat ze sebe jednorázově výkon na samé hranici sil, umět překonat únavu, nepohodu, nedostatek spánku a jiné fyzické a psychické důsledky zátěžových situací (Čech et al., 2005).

Úspěšné řízení podřízených

Do této oblasti patří především schopnost organizovat činnost podřízených, správně rozmístit síly a prostředky, racionálně střídat činnost a odpočinek, efektivně využívat čas a vytvářet si dostatečnou rezervu pro reprodukci vlastních sil, dále schopnost vést dialog při plánování a organizování činnosti a reálné úsilí vytvářet prostor pro uplatnění pravomoci, iniciativy a tvořivých sil podřízených. Policista působící na pozici velitele by měl disponovat vlastnostmi „vychovatele“, umožňující mu účinné ovlivňování a formování osobnosti svých podřízených. Významné jsou také schopnosti didaktické, které se projevují uměním zajímavě a srozumitelně vysvětlit problém a úspěšně vést celý proces formování potřebných vědomostí, návyků, postojů i charakterových vlastností podřízených (Čech et al., 2005).

Vlastnosti umožňující sociální interakci policisty jako služebního a veřejného činitele

Do této kategorie bezesporu náleží odborná policejní zaměřenost, která proniká každodenní prací policisty a projevuje se i profesionální orientací i pozitivním vztahem k povolání policisty. Dále sem řadíme zralost mravní a právní, intelektuální potenciál a všeobecnou kulturní úroveň vytvářející předpoklady pro adekvátní řešení složitých a nejasných situací policejní činnosti a pro činorodou sociální atmosféru na pracovišti a kontakt s veřejností (Čech et al., 2005).

Právě veřejnost může v mnoha případech pomoci policii v boji proti zločinnosti a kriminalitě. Důležité je tedy především získání důvěry veřejnosti, přičemž vztah mezi policií a veřejností je velmi křehký a nestálý. Základním pravidlem při jednání policistů s občany je zaujetí profesionálního postoje, který odpovídá smyslu a poslání jejich profese. S pachateli přestupků a trestných činů musí policisté zacházet slušně, s respektem a musí se vyvarovat jakéhokoliv ponižování, urážení či zesměšňování. Policisté musí dodržovat daná pravidla a respektovat občanská práva a důstojnost zúčastněných osob (Herzogová, 2002).

Policista by měl také disponovat schopností empatie a interpersonální citlivosti, které mu umožní efektivnější řešení složitých životních situací, volit správné formy a metody ukládání různých úkolů či předcházet a řešit mezilidské konflikty. Důležitou roli v osobnostním profilu policisty hraje také asertivita, která mu umožní zdravé a přiměřené sebeprosazení. Asertivně konající policista se neprosazuje na úkor druhého, své konání uskutečňuje beze strachu, úzkosti, ironie, sarkasmu či jiných forem agresivního napadání druhé strany (Čech et al., 2005).

Utváření osobnostního profilu policisty je dlouhodobá, velmi náročná a zodpovědná záležitost jeho osobnosti, širokého okruhu výchovných činitelů a společenských institucí.

1.4. Současné problémy policie

Mezi problematické oblasti, které považujeme u policie za zásadní, a aktuální patří:

- vztahy na pracovištích,
- pracovní podmínky,

- výkon policejní profese,
- ohodnocení policejní práce (Michalík, 2008).

Zákon č. 361/2003 Sb., o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů, který nabyl účinnosti 1.1.2007, se vyvíjel poměrně dlouhou dobu. S odstupem času můžeme konstatovat, že tento zákon nemotivuje policisty pro výkon služebního povolání. Následkem změny zákona řada policistů ukončila služební poměr a tím vznikla situace, kdy chybí policisté na základních útvech policie a nově přijatí policisté nejsou schopni tato místa kvalitně nahradit. Tento faktor následně ovlivňuje výkonnost organizace. I přes náborovou kampaň v předešlých letech nedošlo ke zlepšení stavu u Policie ČR a neustále ubývá odborníků – specialistů s potenciálem z řad policistů, které se nedaří adekvátně nahrazovat. V letošním roce 2010 byla z důvodu „škrťů“ v rozpočtu Ministerstva vnitra náborová kampaň pozastavena, z tohoto důvodu je stav shodný jako v roce loňském.

Problematická je rovněž aplikace služebního zákona – smlouva na dobu určitou, kdy se mohou u policistů objevit pocity sociální nejistoty, strach o zaměstnání a s tím spojené existenční problémy, dále jsou to nízké platové třídy na základních útvech a špatná kariéerní politika, která je zaměřena spíše antimotivačně.

Co se týká oblasti výdělečné činnosti, problém spatřují policisté v jistých omezeních, která jsou stanovena zákonem. Policistům není např. dovoleno podnikat či mít živnostenský list. Povolena je činnost pedagogická, přednášková, částečně i umělecká, ale nesmí být v rozporu s dobrými mravy u policie a se služební přísahou. Jako problematický se rovněž jeví přístup policistů k přesčasové práci, která dle zákona č. 361/2003 Sb., může být policistovi nařízena do výše 150 hodin ročně a policista ji nemůže odmítnout. Ve veřejném zájmu nebo ve výjimečných případech mu může nadřízený nařídít přesčas i nad rámec 150 hodin ročně. Za tyto přesčasové hodiny nemají policisté žádné volno ani finanční odměnu.

Na činnost policejních útvarů má rovněž negativní vliv poskytování rozsáhlého „servisu služeb soukromým či veřejným subjektům na úkor běžného výkonu služby v území, kdy se jedná především o různé druhy asistencí, suplování pořadatelské služby při kulturních, sportovních a společenských akcích, doručování zásilek soudů, doprovody peněžních transportů, rozměrného nebo nebezpečného nákladu apod.“ (Ministerstvo vnitra, 2007, s. 4).

Jedním z problémů je rovněž zatíženost policejních složek náročnými

administrativními úkony a související byrokratickou činností. „Zatíženost administrativou je různá, podle zařazení policistů do platových tříd a také samotné náplně jejich práce. Malá a téměř žádná administrativní zátěž je u policistů v 3 tarifní třídě, tj. hlídková služba. Naopak velká zatíženost převládá v 5 a 6 tarifní třídě, kde je třeba administrativně zpracovat trestné činy a přestupky. Vedoucí pracovníci v tomto ohledu také zastávají názor, že pokud bude oddělení disponovat dostatečným početním stavem policistů, zatíženost administrativou nebude tak značná“ (Weisgärber, s. 5).

Další z problémů se odvíjí od současného stylu vedení, který je zaměřen na přesně stanovené předpisy, postupy a pravidla policejní činnosti. Následkem toho se policisté cítí ve své práci ohroženi a nevyužívají dostatečně své iniciativní jednání. Jako problémové se rovněž jeví hodnocení policistů, které je zaměřeno spíše na kvantitu vykonané práce, přičemž kvalitativní ukazatele jsou opomíjeny. Nedostatečná komunikace mezi vedoucími pracovníky a podřízenými policisty má pak za následek špatnou motivaci na straně policistů (Ministerstvo vnitra, 2007).

Co se týká vybavení policie, důležité je zmínit technickou zastaralost jednotlivých počítačových částí (tj. hardwarové problémy) a problémy softwarové vybavenosti. „V současné době policie využívá celou řadu informačních systémů (cca 30), jejichž rozdílná povaha zaměření a přístupová práva ovšem neumožňují jejich dostatečné propojení a sdílení informací. Navazující problematiku oblastí je minimální vybavenost policistů prostředky informační a výpočetní techniky pro práci v terénu“ (Weisgärber, s. 4).

V souvislosti se vzděláním policistů je možné vymezit několik základních problémů. Za zmínku stojí nedostatečná jazyková vybavenost řadových policistů a policejních funkcionářů, nedostatečná kvalita a zaměření studijních programů, nízká personální stabilita instruktorů či nedostatečná spolupráce policie s civilním školstvím. Problematikou je rovněž neochota vedoucích pracovníků umožnit policistům navazující vzdělání či omezená možnost dlouhodobých stáží. Systém vzdělávání u policie tedy neumožňuje a nemotivuje policisty k rozvíjení stávajících znalostí a tím i zvyšování dosavadní kvalifikace (Ministerstvo vnitra, 2007).

V současné době v rámci Policie České republiky probíhají procesy managementu změn a to v rámci reformy Policie ČR. Koncept reformy předložilo v roce 2007 Ministerstvo vnitra ČR. Tato reforma představuje komplex legislativních a nelegislativních opatření a zabývá se vedle otázek vnitřní bezpečnosti státu, rovněž problémy resortu

policie. Samotná policejní reforma je postavena na deseti základních pilířích, jejichž cílem je např. nová systemizace služebních a pracovních míst, větší ekonomická samostatnost policie a jejich organizačních součástí, snaha o omezení „nepolicejních činností“, vytvoření nové struktury a uspořádání vnitřní a vnější kontroly, vytvoření jednotného systému vzdělávání pro policisty, pomoc při administrativní práci (Elektronické trestné řízení), nahrazení velmi vysokého počtu interních předpisů jednoduchým a přehledným souborem, zefektivnění vztahu s veřejností apod. (Dalecký et al., 2009).

2. Organizace Policie ČR

Policie České republiky je podřízena Ministerstvu vnitra, které vytváří podmínky pro plnění úkolů policie. Organizačně se člení na (Vangeli, 2009):

1) Policejní prezidium České republiky (v čele s policejním prezidentem)

2) Útvary policie s celostátní působností na území ČR

- útvar odhalování nelegálních výnosů a daňové kriminality SKPV
- útvar pro odhalování organizovaného zločinu SKPV
- útvar pro odhalování korupce a finanční kriminality SKPV
- útvar zvláštních činností SKPV
- útvar speciálních činností SKPV
- národní protidrogová centrála SKPV
- útvar pro ochranu ústavních činitelů ochranné služby
- útvar pro ochranu prezidenta ČR ochranné služby
- letecká služba
- pyrotechnická služba
- služba cizinecké a pohraniční policie
- útvar rychlého nasazení
- úřad dokumentace a vyšetřování zločinů komunismu SKPV
- kriminalistický ústav

3) Útvary s územně vymezenou působností

- k 1. 1. 2009 bylo zřízeno osm Krajských ředitelství policie (hlavního města Prahy se sídlem v Praze, Středočeského kraje se sídlem v Praze, Jihočeského kraje se sídlem v Českých Budějovicích, Západočeského kraje se sídlem v Plzni, Severočeského kraje se sídlem v Ústí nad Labem, Východočeského kraje se sídlem v Hradci Králové, Jihomoravského kraje se sídlem v Brně, Severomoravského kraje se sídlem v Ostravě),
- do 31. 12. 2012 bude zřízeno zbývajících šest Krajských ředitelství policie (Pardubického kraje se sídlem v Pardubicích, Zlínského kraje se sídlem ve Zlíně, kraje Vysočina se sídlem v Jihlavě, Libereckého kraje se sídlem v Liberci, Karlovarského kraje se sídlem v Karlových Varech, Moravskoslezského kraje se

sídlem v Olomouci).

4) Útvary zřízené v rámci krajského ředitelství

2.1. Speciální policejní profese

Specializace u policie znamená zvýšení profesní kvalifikace příslušníka. Například u zásahové jednotky si policista může zvolit, jakou specializaci by chtěl vykonávat, u ostatních útvarů je specializace spojena s „tabulkovou“ systemizací příslušného místa. Specializaci by si měl policista zvolit na základě předpokladů souvisejících s danou činností a rovněž by k ní měl mít vztah. V rámci zásahové jednotky můžeme vymezit několik specializací. Jedná se o specializaci pyrotechnik, vyjednač, odstřelovač a specializaci potápěč, která nás bude zajímat nejvíce, a zabývat se jí budeme v následujících kapitolách.

Pyrotechnická činnost je v rámci policie organizována pod pyrotechnickou službou. Mezi pyrotechnické činnosti patří úkony spojené s používáním, vyhledáváním, shromažďováním, prověřováním, zneškodňováním, manipulací a přepravou munice, výbušnin, pyrotechnických výrobků, podezřelých předmětů a nástražných výbušných systémů. Tato činnost klade na jedince nároky v oblasti teoretického a praktického myšlení. Důležitá je rovněž sebekontrola, sebeovládání, soustředěnost, přesnost, samostatnost, sebejistota a rozhodnost (www.policie.cz).

V rámci pracovního zařazení u Policie ČR tvoří vyjednačiči průřez téměř celým spektrem. Jako vyjednačiči pracují i příslušníci zásahových jednotek a jiných speciálních jednotek, výrazný podíl tvoří příslušníci kriminální policie.

Vyjednačem se stává policista z vlastní vůle a zájmu. Jak již bylo zmíněno, vyjednač není policejní funkce ani samostatná pozice, ale profesní specializace. Úkolem vyjednače je „navázat verbální kontakt s pachatelem či osobou v krizi a pomocí komunikace vytvářet podmínky pro zklidnění a stabilizování vyostřené situace s cílem jejího pokojného vyřešení“. Vyjednačem se může stát jedinec disponující jistými předpoklady. Mezi ty nejdůležitější patří komunikační dovednost, emoční zralost, pohotové a variabilní myšlení, schopnost empatie, vzbuzovat důvěru a naslouchat druhým. Rovněž je pro vyjednače důležitá schopnost spolupracovat v týmu, úspěšně se vyrovnávat s frustrací i případným neúspěchem, zvládat stresové vlivy, zachovat patřičný klid a rozvahu. Důležitá je pro vyjednače rovněž schopnost bez zábran komunikovat s lidmi různého společenského postavení a stylem komunikace se jim přizpůsobovat, komunikovat uvážlivě a úměrně situaci. Pro specializaci vyjednač není nutné mít vzdělání v oboru

psychologie, psychiatrie nebo jiného humanitního směru. Nezbytná je rovněž analýza informací, jež s daným případem souvisí. Jedná se o případy braní a držení rukojmí, sebevražedných pokusů, nepokojů, vzpoury ve věznicích, únos osoby či dopravního prostředku (Pilař, 2008).

Specializace odstřelovač je zařazena ve všech vojenských a speciálních policejních jednotkách. Jedná se o speciálně vycvičeného střelce pro přesnou a spolehlivou střelbu pomocí speciální zbraně tzv. odstřelovací pušky. Při výběru uchazečů na pozici odstřelovač je kladen důraz na úroveň tělesné zdatnosti, vytrvalosti a psychologické dispozice. Odstřelovač by měl být jedincem psychicky odolným, schopným dlouhodobé koncentrace a pozornosti. Důraz je rovněž kladen na pozorovací a vyjadřovací schopnosti, zdravotní dispozice (výborný zrak a sluch), profesní zájem a motivaci a samozřejmě výborné výsledky ve střelbě. Policejní odstřelovači jsou muži, kteří v mezích zákona dané země pomocí speciálních prostředků slouží lidem a chrání je (Maška, 2002).

Mezi speciální policejní profese patří také služební kynologie a hipologie. Služební psy využívají téměř všechny složky Policie České republiky. Pořádková, kriminální, železniční, pohraniční a cizinecká služba. Služební psi jsou využíváni a používáni na základě konkrétních potřeb policejních složek. Jedná se např. o vyhledávání drog, detekci akcelerantů, výbušnin, zbraní, osob ukrytých ve skladištích, dopravních prostředcích. Služební psi jsou pro své vlastnosti a schopnosti v policejní praxi nenahraditelní. Jejich přínos spočívá především v jejich využívání jako výrazného preventivního, donucovacího, kriminalisticko-taktického prostředku a prostředku zvyšujícího efektivnost výkonu služby v noční době a za ztížených podmínek. Pozitiva jejich využívání spatřují policisté ve zvýšení vlastní bezpečnosti při služebních zákrocích a v úspoře policejních sil a prostředků. Důležitou roli zde sehrává také osobnost psovoda, přičemž k jeho charakterovým vlastnostem musí patřit rozhodnost, důslednost a trpělivost (Navrátil, 2004).

Policisté oddělení služební hipologie a služební koně jsou využíváni pro výkon hlídkové služby, zajišťování bezpečnosti osob a majetku při konání sportovních a kulturních akcí a k zákrokům pod jednotným velením při nepovolených shromážděních osob a srazech extremistických skupin. Policisté - jezdci ze všech oddělení služební hipologie také reprezentují policii na různých významných událostech a zúčastňují se sportovních soutěží v oblasti hipologie, kde prezentují hipologickou činnost Policie České republiky (Navrátil, 2004).

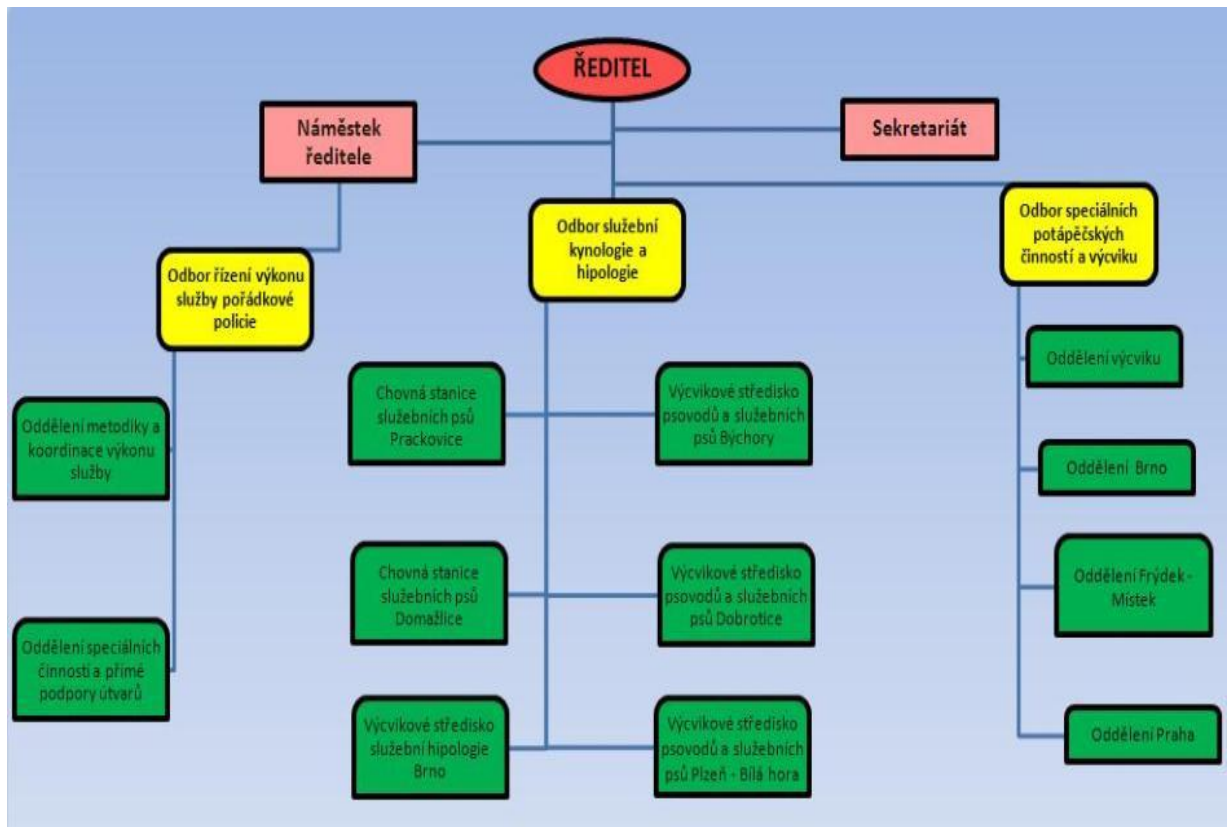
2.2. Struktura potápěčů u Policie ČR

Výkon potápěčské činnosti je u Policie České republiky prováděn zejména u pořičních oddělení krajských ředitelství a ředitelství hl. města Prahy, zásahových jednotek služby pořádkové policie krajských ředitelství a ředitelství hl. města Prahy, u útvaru rychlého nasazení a u odboru speciálních potápěčských činností a výcviku Policejního prezidia ČR (ZP ŘS PP PP ČR č. 7/2010).

Pořiční oddělení plní specifické úkoly Policie České republiky včetně potápěčské činnosti, pátrací činnosti a záchranných akcí. Dohlíží na plavební pořádek, účastní se šetření plavebních nehod všech plavidel, potápěčské činnosti při pátrání po utonulých nebo pohřešovaných osobách, odstraňování následků havárií plavidel. Při své činnosti spolupracuje zejména se Státní plavební správou, příslušným správcem vodního toku nebo díla a Integrovaným záchranným systémem. Pořiční oddělení se na našem území nachází čtyři: v Ústí nad Labem, Praze, na Slapech a v Nymburce (Vaněk, 2004).

V rámci své působnosti Odbor speciálních potápěčských činností a výcviku zajišťuje, organizuje a vykonává komplexní potápěčské činnosti včetně hloubkového potápění. Poskytuje speciální potápěčskou techniku s obsluhou, podílí se na zdravotnickém zabezpečení potápěčských akcí zajištěním dekompresní komory a její obsluhy, spolupracuje s útvary a službami policie, ministerstva, s orgány státní správy a s bezpečnostními sbory jiných států. Dále zajišťuje, organizuje a vykonává přípravu a výcvik potápěčů a vůdců malých plavidel policie. Provádí a podílí se na výběru, zkušebním a ověřovacím provozu potápěčské výstroje a technických prostředků, dýchacích směsí a nových postupů používaných při výkonu potápěčské činnosti. Zajišťuje kontrolu, údržbu a opravy mobilní potápěčské techniky, výstroje a výzbroje, opravy technologických zařízení sloužících k výcvikové a další činnosti zejména pro potápěčské akce a hloubkové potápění (ZP ŘS PP PP ČR č. 7/2010).

Obrázek č. 2: Organizační struktura



Zdroj: www.policie.cz

3. Profese policejní potápěč

3.1. Historie potápění u Policie ČR

Od šedesátých let 20. století je započata historie potápění příslušníků policejního sboru (v té době Sboru národní bezpečnosti). První kurz potápěčů Veřejné bezpečnosti se uskutečnil v roce 1966. Technické vybavení nedosahovalo příliš vysoké úrovně a základ výstroje tvořila vojenská souprava PL 40, která byla v roce 1969 nahrazena soupravou Sportklímex SP – 20. V současné době je vybavení policistů – potápěčů policie ČR na velmi vysoké úrovni. Jak po stránce vybavení jednotlivce, tak i po stránce vybavení skupiny jsou policejní potápěči na světové úrovni (Pácl, 2007).

Význam práce policejních potápěčů postupně narůstal. V souvislosti s náročností policejní práce bylo nutné přizpůsobit tomuto i odborné vzdělání policejních potápěčů. Společenské i ekonomické změny v 90. letech přinesly významné změny v organizaci, technickém vybavení i metodice výcviku potápěčů Policie ČR. Činnost specialistů – potápěčů se stala zcela rovnoprávnou ostatním odbornostem. V roce 1995 byla snaha v rámci PČR Správy Jihomoravského kraje, zkombinovat potápěče s pyrotechniky. Lepším řešením se ovšem jevil samostatný specializovaný útvar (Kopic, 1999).

V roce 1999 bylo založeno Výcvikové středisko potápěčů a vůdců malých plavidel Policie ČR. Zahájením jeho činnosti vyvrcholilo úsilí mnoha nadšenců z řad policistů, kteří o vytvoření tohoto organizačního celku usilovali mnoho let. Do té doby bylo odvedeno mnoho práce v oblasti technického zabezpečení, metodického vedení výcviků, základních i zdokonalovacích kurzů. Rovněž byla zpracována celková koncepce potápěčské činnosti u Policie ČR, vzhledem k nedostatku informací a potřebě poznatků z praxe. Při zpracování koncepce spolupracovali pracovníci PČR se složkami Armády ČR, Hlavní báňskou záchrannou stanicí, Hasičským záchranným sborem a s instruktory potápěčských asociací. Pracovníkům policie se podařilo během deseti let vytvořit plně funkční celek se zaměřením na forenzní potápění a jejich úsilí vyústilo v roce 2001, kdy došlo k reorganizaci ve struktuře Policie ČR. Výcvikové středisko potápěčů a vůdců malých plavidel bylo přejmenováno na Oddělení speciálních potápěčských činností a výcviku a převedeno do nejvyššího článku struktury Policejního prezidia ČR (Pácl, 2007).

V roce 2008 bylo Oddělení speciálních potápěčských činností a výcviku přejmenováno na Odbor speciálních potápěčských činností a výcviku.

3.2. Výběr potápěčů Policie ČR

Výběr uchazečů o práci policejního potápěče rozpracovává Závazný pokyn Ředitele služby pořádkové policie Policejního prezidia České republiky (dále jen ZP ŘS PP PP ČR) č. 7 z roku 2010, kde je zmíněno, že příslušníci policie ČR jsou vybíráni k výcviku v potápěčské činnosti z psychicky i fyzicky zdatných a zdravotně způsobilých uchazečů, kteří zároveň splňují podmínku dosažení potřebného stupně vzdělání. Nezbytnou podmínkou je dobrovolnost a osobní zájem policisty. Výběr provádí instruktor potápěčské činnosti daného útvaru ve spolupráci s nadřízenými služebními funkcionáři, Zdravotnickým zařízením Ministerstva vnitra a Odborem speciálních potápěčských činností a výcviku Policejního prezidia České republiky.

Fyzické a psychické předpoklady potápěče

V obecné rovině jsou pro potápěče velmi důležité vlastnosti, jako je soudnost, mentální zralost a sebekázeň. Potápěč rozvážený je schopen se rozhodovat chladně a logicky. Na základě svého zdravého úsudku může myslet dopředu a vyhnout se tak nepříjemným situacím. Soudnost je patrně nejvýznamnější vlastností potápěče. K této skutečnosti je důležité přihlížet při výběru a výcviku nových potápěčů. Mentálně vyspělý potápěč se dokáže rozhodnout na základě zásadních faktorů a zvážit hranice svých schopností. Sebekritičnost znamená, že potápěč přijímá své osobní hranice a své kolegy, kteří na něj spoléhají, s nimi obeznámí. Sebekritický potápěč je schopen převzít odpovědnost za sebe, svého partnera i za ostatní potápěče. Lépe se ovládá a dohlíží na hranice své i ostatních (F. Piškula, M. Piškula, J. Štětina, 1985).

Sebekázeň úzce souvisí s předešlými dvěma vlastnostmi. Potápěč by měl být schopen ovládat fyzické a psychické odezvy související s krizovými situacemi. Psychické a fyzické dispozice jedince by měly být v určité rovnováze. Psychické předpoklady by měly v souvislosti s potápěním jistým způsobem převažovat. Potápěč s nedostatkem fyzických schopností se nemusí být schopen dostat z obtížné situace. Naopak, nemyslíci svalovec se může právě díky svým fyzickým schopnostem dostat do situace, kterou již nezvládne psychicky (Mokry, 2001).

Pro policejní potápěče je velice důležité, aby jejich psychické předpoklady dosahovaly vysoké úrovně, neboť většina jejich ponorů je prováděna v chladných vodách s

malou či nulovou viditelností. Jejich psychická dispozice se většinou projeví až při kontaktu s mrtvým tělem a připočítáme-li k tomu psychickou zátěž, která souvisí s potápěním, zjistíme, že psychika policejního potápěče je v určitých situacích maximálně zatěžována (Kelley et al., 2008).

Pokud se týká zdravotních podmínek pro schopnost k potápění, tak absolutní kontraindikací jsou zjištěné skutečnosti na jednotlivých pracovištích:

- Neuropsychiatrie – veškerá onemocnění s poruchou vědomí, záchvaty, patologické projevy chování, alkoholismus, narkomanie a abusus léků.
- Interní – srdeční poruchy, hlavně stavy po IM, angina pectoris, stavy po zánětlivých procesech v plicích, pleurální adheze, akutní TBC, vysoký TK nebo jeho poruchy, chronická onemocnění zažívacího traktu, ledvin, slinivky a jater, poruchy štítné žlázy a všechny akutní i chronické infekční choroby.
- Oční – všechna onemocnění se zvýšeným nitroočním tlakem a rizikem odchlípení sítnice, chronické infekční spojivkové záněty a vyšší zhoršení zrakové ostrosti.
- ORL – recidivující záněty vedlejších dutin, středouší, perforace bubínku, omezená průchodnost Eustachovy trubice, deformace nosní přepážky a skořep, které vedou k zhoršené ventilaci dutin, veškeré poruchy vestibulárního aparátu.
- Kožní - všechny alergické projevy, chronické ekzémy a plísňová onemocnění.
- Chirurgické – chronické poruchy kloubů (habituální luxace), obrny s těžším omezením hybnosti, kýly a nepevné jizvy po operacích.
- Zubní – kariesní chrup, ztráta zubů, která zhoršuje nebo dokonce vylučuje bezpečné skousnutí náustku.

Dále všechny choroby, které omezují jakoukoliv funkci organismu a věk přes 60 let (Hrnčíř, Černoch, 1990).

3.3. Specifika a náročnost potápěčské činnosti policie

Potápěčskou činnost provádějí příslušníci policie zejména za účelem pátrání po utonulých a pohřešovaných osobách, věcech pocházejících z trestné činnosti nebo kterými byla trestná činnost spáchána, dále při záchraně tonoucích osob, bezpečnostních opatřeních a akcích, živelních pohromách, při plnění úkolů v součinnosti se správními úřady, právníky a fyzickými osobami a při výcviku policistů k této činnosti (ZP ŘS PP PP ČR č.7/2010).

Tato činnost je tedy vzhledem k náplni práce výjimečná a po stránce psychické i

fyzické velmi náročná. Náročnost této činnosti souvisí s prostředím, ve kterém se policejní potápěč pohybuje. Pod vodní hladinou musí potápěč často pracovat v nulové viditelnosti, která se zde stává zdrojem stresu. V běžném životě je pro nás zrak nejdůležitějším smyslem, pomocí kterého vnímáme asi 80% informací a s jehož pomocí se orientujeme v prostoru. S touto skutečností souvisí možné riziko uvíznutí potápěče pod vodní hladinou, ke kterému mohou přispět faktory životního prostředí. Patří mezi ně nečistoty, bahno, hloubka vody či proud. Hrozbou se pro potápěče mohou stát rovněž různé předměty pod vodní hladinou, odpadky, zdravotnický a ekologický odpad, větve stromů, vlasce apod. (Teather, 1994).

V rámci pátrání po věcech pocházejících z trestné činnosti je pro potápěče mnohdy náročný již samotný sestup k vodní hladině. Důvodem je skutečnost, že se pachatelé obvykle zbavují doličných předmětů v těžce dostupných místech, aby zabránili jejich nalezení. Většinou se jedná o předměty malých rozměrů (nože, střelné zbraně, různá náradí apod.) a jejich nalezení klade na potápěče zvýšené nároky týkající se trpělivosti, pečlivosti, důslednosti a orientace v prostoru ve ztížených podmínkách. Mnohem psychicky náročnější je pro potápěče pátrání po utonulých osobách a především kontakt s mrtvým tělem, obvykle ve značném stupni rozkladu a následná manipulace s ním (Pácl, 2007).

Ve většině případů se policejní potápěči potápí samostatně. Na své výstroji má potápěč upevněno naváděcí lano nebo jej drží v ruce a touto cestou dostává pokyny od osoby na hladině, která mu nahrazuje partnera pod hladinou. Komunikace mezi nimi probíhá pomocí signálů lanem, drátovou nebo bezdrátovou podvodní komunikací.

Pátrání po utonulých a obětech trestné činnosti

Tato specifická činnost patří k nejvíce stresujícím zásahům a současně k nejdůležitější činnosti při zajišťování důkazů policejními potápěči. Již samotná představa kontaktu s utonulým může mít vliv na výkon činnosti pod vodou. Velmi často takovéto zásahy vyžadují manipulaci se značně rozloženým tělem nebo těly, která byla značně poškozena při zabití nebo po usmrcení (Pácl, 2007).

Vyzvednutí těla je obzvlášť obtížný úkol, zejména pokud je tělo v pokročilém stupni rozkladu. Potápěč musí s tělem zacházet s veškerou úctou a být současně ve střehu, protože na těle může být důkaz potřebný pro zahájení trestního řízení, pokud se jedná o tělo oběti násilného trestného činu. Nejsou-li předem poskytnuty informace, musí se potom ke všem utonutím přistupovat jako k násilnému trestnému činu (Teather, 1994).

Jedinec je vystaven v souvislosti se zásahem určitému stupni psychologického traumatu. Nemusí pociťovat problémy přímo při manipulaci s ostatky, ale mohou se projevit později v podobě emocionálních potíží. Na základě praktických zkušeností bylo zjištěno, že odolnost vůči této zátěži stoupá s počtem nálezů. Ovšem nutno poznamenat, že předem uvedené informace o předpokládané době utonutí a době pátrání mohou negativně ovlivnit i zkušeného potápěče. V některých případech je doba mezi utonutím a pátráním i půl roku (Pácl, 2007).

4. Stres

4.1. Stres a náročné životní situace

Pojmu stres (resp. stress) bylo užito v angličtině již na přelomu 14. a 15. století, zpočátku ve významu strasti, těžkosti, obtížné situace nebo neštěstí. Slovo pochází z latinského „stringo“, což znamená utahovati, stahovati. Postupem času došlo ke změně významu. Od 17. - 18. století se tento pojem užíval k vyjádření fyzikálního tlaku, síly či napětí. Současné pojetí je skutečně obsáhlé a zahrnuje jak fyzikální, tak psychologickou dimenzi (Kebza, 2005).

Koncept stresu zavedl kanadský fyziolog H. Selye pro obranu organismu proti fyzické zátěži, avšak koncept se rozšířil, protože tělo a psychika tvoří jednotu a fyzická zátěž mívá více či méně výraznou psychickou odezvu a naopak (Nakonečný, 2003). Atkinsonová a kol. (2003, s. 487) považují stres za situaci, v níž se lidé „setkají s událostmi, které vnímají jako ohrožení svého tělesného nebo duševního blaha“. Schreiber (1992, s. 12) ve své knize nabízí kompromisní definici: „Stres je jakýkoli vliv životního prostředí (fyzikální, sociální, politický), který ohrožuje zdraví některých - „citlivých jedinců“. Stres lze také definovat jako „komplexní proces, který vzniká jako odpověď na nadměrné požadavky kladené na naše tělesné a duševní rezervy. Nesoulad mezi požadavky, které na nás doléhají, a našimi schopnostmi na tyto požadavky odpovědět, je prožíván jako ohrožení rovnováhy organismu a lidské tělo na takovou situaci okamžitě reaguje“ (Kebza, Šolcová, 2004, s. 11).

Mikšik (1969, s. 283) řadí stres mezi základní formy psychické zátěže (kromě stresu zde uvádí nepřiměřené úkoly, problémové situace, frustrační a konfliktní situace). Stres definuje jako „psychickou zátěž, při níž nějaká rušivá okolnost působí na organismus, hlavně pak na psychiku jedince v období realizace cílesměrné činnosti a ztěžuje či narušuje svým působením její optimální, resp. zdravý průběh“. Čáp a Dytrych (1967) rovněž zařazují stres mezi jevy náročných životních situací (kromě stresu sem podle nich patří frustrace a konflikt).

Pod pojmem stres můžeme také chápat:

- celkovou těžkou situaci, podmínku, okolnost nebo nepříznivý faktor (stresor), který na člověka působí,
- odpověď organismu na stresující činitele (původní chápání H. Selyeho a dalších fyziologů),

- celkový vnitřní stav (fyzický i psychický) člověka, jenž se nachází v nepříznivých okolnostech (Výrost, Slaměník, 2001).

V odborném jazyce většina autorů odděluje zátěž (load) od stresu. Tyto pojmy se podle nich od sebe významově liší (Kebza, 2005). Křivohlavý (2003) označuje pojmem zátěž (load) běžné či mírně zvýšené požadavky kladené na jedince. Stres je tedy podle něj intenzitou nebo délkou trvání zátěží nadměrnou a nastává po selhání specifických mechanismů udržujících vnitřní rovnováhu (homeostázu), která byla vnějšími vlivy narušena. Charvát (1969) rozumí zátěží soubor komplexních změn, jejichž smyslem je udržet organismus v ustáleném stavu. Vlivy, ať zvenčí nebo zevnitř organismu, které porušují dynamicky rovnovážný stav, působí jako zátěž a vedou k mobilizaci nápravných opatření. Hošek (1999) mluví o zátěži rovněž v situaci, kdy u jedince dochází k obtížné adaptaci. Vede-li zátěž k částečné mobilizaci rezerv člověka, mluví o zátěži zvýšené. Jestliže zátěž nárokuje všechny možnosti člověka, potom jde o zátěž hraniční a jestliže jsou požadavky zátěže větší než kapacita konkrétního člověka, potom jde o zátěž extrémní. Zátěž je zde synonymum pro stres.

Machačová (1978) dělí zátěž do tří kategorií:

- zátěž jako působení vnějších podmínek, pro které je charakteristická neobvyklost, neočekávanost, novost, intenzita; zátěž je v tomto smyslu podnět-stresor,
- zátěž jako reakce, tj. objektivně měřitelný projev, změna, která se manifestuje ve vnějším chování i ve vnitřních reakcích,
- zátěž jako prožitek.

Hošek (1999, s. 25) uvádí: „Jednotlivé zátěžové situace se od sebe mohou značně odlišovat kvalitativně, tj. z psychologického hlediska a to určuje i zvláštnosti odezvy, zase ve smyslu kvalitativních tj. psychologických zákonitostí. Stres je společným jmenovatelem zátěží z hlediska kvantitativní stránky odezvy, ale z kvalitativního hlediska je rozdíl, jde-li např. o frustraci, nebo konflikt“. V rámci náročných životních situací vymezuje Hošek (1999) tyto kategorie:

- frustrace
- deprivace
- konflikty
- problémy
- nepřiměřené úkoly.

4.2. Klasifikace stresu

Praško a Prašková (2000) dělí stres podle intenzity a následků jejich působení na „prestres“, eustres a distres. „Prestres“ má podle nich pozitivní adaptační úlohu vedoucí k větší odolnosti vůči závažnějšímu stresu. Působení eustresu je spojováno s emocemi pozitivně laděnými. Organismus reaguje na stresory pozitivní, které u něj vedou ke stavům příjemného překvapení nebo radostného očekávání, spojovaného s vyšší svobodou volby. Tyto situace bývají vzhledem k pozitivnímu ladění souvisejících prožitků lépe zvládatelné a nevyvolávají obvykle tak destruktivní účinek na adaptační systémy organismu (Machač, Macháčová, 1991).

Termínem distres se dnes obvykle vyjadřuje situace, kdy daná osoba subjektivně prožívá ohrožení s často výrazně negativními emocionálními příznaky. Při distresu je danou osobou negativně vnímáno a výrazně negativně hodnoceno její osobní ohrožení v poměru k možnostem zvládnutí situace (Křivohlavý, 2003).

Někdy se užívá rozlišení mezi tzv. hypostresem a hyperstresem. Jedná se o jiný způsob vyjádření rozdílu mezi stresem a zátěží. Obdobně je možné rozdělit stres na fyzický a psychický (Kebza, 2005). Psychický a fyzický stres spolu úzce souvisí. K prožitku psychického stresu může dojít při vlastním fyzickém poškození, ale rovněž jeho očekáváním, anticipací. Rozlišuje se tedy jak anticipační stres, tak doznívání stresu a za jedno z možných vyjádření míry působícího stresu je považována rychlost a charakteristika návratu psychofyziologických ukazatelů k původnímu klidovému stavu, zvaná zotavovací (rekuperační) doba (Machač, Macháčová, 1991).

Hošek (1999) dělí stres na fyzický a psychický podle místa působení zátěže. Fyzický působí na periférii organismu a nejčastěji je to bolest. Psychický stres je cerebrální a vlastně je totožný s pojmem astenická emoce. Při dělení na eustres a distres je pro něj rozhodující kvalitativní stránka odezvy.

Matoušek (2003) rozděluje stres dle časového hlediska na stres akutní, chronický, posttraumatický a anticipační.

- **Akutní stres** vzniká v situacích bezprostředního ohrožení, například při úrazech či podobných událostech. Událost vyvolávající stres trvá většinou jen krátký okamžik. K projevům dochází na úrovni psychické a rovněž v podobě tělesných reakcí. Mohou se vyskytnout mráкотy, popř. ztráta vědomí. Tomuto stavu může předcházet zmatenost a pocity dezorientace.
- **Chronickému (dlouhodobému) stresu** předchází působení jednoho či více

stresorů, mající kolísavý charakter, co do intenzity i výskytu. Příkladem mohou být problémy v partnerských vztazích či nevhodné podmínky na pracovišti (hluk, prach apod.). Je-li jedinec tomuto stresu vystaven dlouhodobě, mohou se u něj objevit pocity úzkosti, podrážděnosti a vyčerpanosti.

- **Posttraumatický stres** je důsledkem traumatické situace. Příznaky tohoto typu stresu se objevují po skončení oné události, mnohdy v odstupu dnů až týdnů. Objevují se pocity úzkosti až deprese, které vyvolávají i často se opakující vzpomínky na událost. Intenzita těchto pocitů může kolísat v čase.
- **Anticipační stres** souvisí s dějem, který zatím nenastal. Pro tento typ stresu je příznačné mírné emoční napětí, které se postupně zvyšuje. Jedná se o určitou představu, předjímání a předvídaní dějů a událostí, které by mohly ohrozit integraci osobnosti (např. ztráta sebedůvěry, autority a role). Tyto pocity nejistoty a úzkosti však obvykle brzy odezní.

4.3. Stresory

Pojmem stresor označují Hartla a Hartlová (2000) jakýkoli faktor vnějšího prostředí, který vyvolá v organismu stav stresu, či stresovou reakci. Křivohlavý (2003) považuje stresory za negativní životní faktory a zatěžující vlivy, které u jedince vytváří napětí. Jsou to různé faktory, které člověka vystavují tlaku a vedou k tíživé osobnostní situaci.

Existuje celá řada negativních zátěžových faktorů - stresorů a jejich výčet nemůže být nikdy úplný, vzhledem ke skutečnosti, že jde o subjektivní emocionální vnímání a reakce. Každý člověk může reagovat na stejný stresor jiným způsobem a vnímat ho s odlišnou intenzitou. Spouštěčem může být jak vnitřní prožitek, tak životní událost, která může mít pro jedince zásadní význam (Kebza, 2005).

Hartl a Hartlová (2000) řadí mezi nejvýznamnější hlad, podvýživu, uvědomovanou bídu, hluk, konflikty a traumatizující životní události.

Stresory je možné rozdělit na základě různých kritérií. Praško a Prašková (2000) dělí stresory podle oblasti působení na stresory biologické, psychologické a sociální:

- biologické stresory (infekce, úraz, chlad, hlad apod.),
- psychologické stresory (ohrožení sebedůvěry, sebeúcty, neúspěch, pocity

bezmocnosti, neschopnost sebezprosazení apod.),

- sociální stresory (rodinný konflikt, pracovní konflikt, ztráta důležité osoby, postavení a kompetence apod.).

Mayerová (1997) zmiňuje tzv. malé a velké stresory. Malé jsou označeny jako ministresory (mikrostresory) a představují poměrně mírné či velmi mírné okolnosti či podmínky vyvolávající stres. Makrostresory jsou naopak hrozivě působící vlivy, které mohou být krátkodobé, ale pro všechny zúčastněné mohou mít velmi závažné důsledky.

Selye (in Křivohlavý, 1994) dělí stresory na dvě základní kategorie. První kategorii tvoří tzv. fyzikální stresory, druhou kategorii tzv. stresory emocionální. Do první kategorie náleží jedy, skoro-jedy (alkohol, nikotin, kofein a jiné drogy), radiace, ultrafialové a infračervené paprsky, nízký obsah kyslíku ve vzduchu, vibrace, změny tlaku, otřesy, změny ročních období, změny tlaku, viry, bakterie, katastrofy, nehody, úrazy apod. Do druhé kategorie umísťuje obavy a strach, zármutek, nenávisť, úzkost, nepřátelství a zlobu, senzorickou deprivaci, očekávání něčeho negativního, nějaké tabu apod.

Mohapl (1988) rozlišuje stresory podle časového hlediska na akutní, chronické a intermitentní (přerušované). Při působení akutního stresoru je reakce organismu prudká a nepřiměřená. Chronickému působení se tělo přizpůsobí, ale opotřebovává se. Intermitentní stresory jsou považovány v rámci adaptace za nejvíce negativní.

Mohapl (1992) zmiňuje kategorii psychosociálních stresorů. Mezi typické psychosociální stresory řadí tzv. životní události. Jedná se o události, kdy je člověk nucen změnit dosavadní způsob života a vyvinout neobvyklou aktivitu, aby se nové situaci přizpůbil. Tyto události se mohou dotýkat jedince samotného, jeho vlastní rodiny, nejbližšího sociálního okolí, partnerských vztahů, právních záležitostí, zdravotního stavu apod. Životní události dělí na plánované, neočekávané a případně náhodné. Doporučuje odlišovat čerstvé životní události od záležitostí delšího časového trvání, které je lépe označovat jako životní problémy.

Holmes a Rahe, kteří se zabývali teorií životních událostí, sestavili na základě svých studií seznam zásadních životních událostí, které rámcově pokrývají život běžného člověka. Každé životní události je v tomto inventáři přiřazena konkrétní bodová hodnota, vyjadřující stupeň emoční závislosti na osobě nebo věci, která byla životní událostí ohrožena. Obsahuje celkem 43 situací, seřazených od nejtěžší životní situace, která je

ohodnocena 100 body, až po relativně nejlehčí s 11 body. Tato teorie vychází z přístupu Hanse Selyeho, jenž uváděl životní změny jako zdroj stresu (in Kebza, 2005). Stupnice je znázorněna v následující tabulce:

Tabulka č. 1 : Škála životních událostí (Holmes, Rahe, 1967, cit. Atkinson et al., 2003, s. 491)

Životní událost	Hodnota
smrt partnera	100
rozvod	73
rozchod manželů	65
uvěznění, výkon trestu, odnětí svobody	63
smrt blízkého příbuzného	63
vlastní zranění nebo nemoc	53
sňatek	50
výpověď z práce	47
smíření manželů	45
odchod do penze	45
onemocnění rodinného příslušníka	44
těhotenství	40
sexuální potíže	39
přírůstek nového člena rodiny	39
změna zaměstnání	39
změna finanční situace	38
smrt blízkého přítele	37
změna pracovního zaměření	36
zabavení zastaveného majetku	30
změna zodpovědnosti v zaměstnání	29
odchod syna, dcery z domu	29
problémy s příbuznými ze strany partnera	29
vynikající osobní úspěch	28
manželka začala nebo přestala pracovat	26
zahájení nebo ukončení studia	26

změna životních podmínek	25
změna osobních zvyků	24
problémy s nadřízeným	23
změna bydliště	20
změna školy	20
změna rekreace	19
změna náboženských aktivit	19
změna společenských aktivit	18
změna spánkových aktivit	16
změna stravovacích aktivit	15
dovolená	13
Vánoce	12
drobné porušení zákona	11

4.4. Stresové situace

Křivohlavý (2003, s. 171) uvádí: „Pro definici stresové situace je podstatný poměr mezi mírou (intenzitou, velikostí, tlakem apod.) stresogenní situace (stresoru či stresorů) a „sílou“ (schopnostmi, možnostmi apod.) danou situaci zvládnout. O stresové situaci (o stresu) hovoříme jen v tom případě, že míra intenzity stresogenní situace je vyšší než schopnost či možnost daného člověka tuto situaci zvládnout. Obecně jde o tzv. nadlimitní – nadhraniční zátěž. Ta vede k vnitřnímu napětí (strain) a ke kritickému narušení rovnováhy (homeostázy) organismu.“

Charakteristické znaky stresových situací

Mezi základní charakteristiky negativně prožívaných stresových situací patří (Atkinson et al., in Vágnerová, 2004):

- **Pocit neovlivnitelnosti situace.** Člověk má sklon vnímat určitou situaci jako stresovou, pokud je přesvědčen, že není možné zabránit jejímu vzniku. Prožitek stresu naopak snižuje možnost jejího ovlivnění.
- **Pocit nezvládnutelnosti situace.** Jedinec prožívá situaci jako subjektivně neřešitelnou. Může mít rovněž pocit nepřiměřených nároků na svoji osobu. Za

subjektivně neřešitelné mohou být považovány i některé vnitřní konflikty.

- **Pocit nepředvídatelnosti vzniku stresové situace.** Nemá-li jedinec možnost odhadnout dobu, kdy může ke stresové situaci dojít, a tudíž se na ni ani připravit, dochází ke zvýšení intenzity stresu.
- **Nepříjemný tlak okolností vyžadujících příliš mnoho změn.** Může se jednat o zásadní změnu životních zvyklostí. Tato situace klade zvýšené nároky na adaptaci a může vést až k pocitu dezorientace. Jedinec je často nucen pozměnit dosud fungující strategie chování.

4.5. Teorie stresu

Za tvůrce teorie stresu jsou považováni W. B. Cannon, H. Selye a R. S. Lazarus. Jejich teorie obsahují prvky fyziologické, endokrinologické a psychologické.

Teorie W. B. Cannona

Tento americký fyziolog se zabýval otázkou, k jakým fyziologickým změnám dochází v organismu zvířat, jsou-li vystaveni těžkým situacím (nadměrný hluk, vysoká teplota). Na základě svých výzkumů zjistil, že v situaci ohrožení dochází k mobilizaci celého organismu a k celkovému zvýšení činnosti sympatického nervového systému. Cannon je tedy na základě svých výzkumů považován za průkopníka studia tzv. sympatoadrenálního systému při stresu (Křivohlavý, 2003).

V roce 1914 formuloval koncepci, jejímž ústředním pojmem se stala tzv. poplachová reakce. Pro tuto reakci je příznačná sekrece látek dřeně nadledvinek, jenž připravují jedince pro boj nebo útěk („fight or flight“). Hypotéza bývá někdy označována jako katecholaminová, vzhledem k vylučování katecholaminů do krevního oběhu. Současně je Cannon autorem koncepce homeostázy, stálosti vnitřního prostředí (Baštecká, Goldman, 2001).

Teorie H. Selyeho

Hans Selye je pokládán za zakladatele tzv. kortikoidního pojetí stresu. Název byl odvozen od studia zvýšené funkce nadledvinek ve stresových situacích. Při svém zkoumání

se tedy zabýval především činností endokrinního systému. Došel k závěru, že bez ohledu na druh zátěže, dochází vždy k totožnému souboru fyziologických reakcí. Tento stabilní (nespecifický) vzor reakcí organismu na ohrožení nazval GAS – General Adaptation Syndrom, obecný adaptační syndrom (Křivohlavý, 2003).

Tento syndrom je spojen s rozsáhlými změnami hodnot fyziologických charakteristik organismu, změnami ve tkáních, krevním obrazu, ale i se změnami psychickými. V rámci popisu GAS rozlišil H. Selye tři hlavní stádia (in Křivohlavý, 2003):

- **Poplachová reakce** – Pro tuto fázi je příznačné „vyhlášení poplachu“. Dochází k mobilizaci všech obranných možností organismu. Zvyšuje se aktivita sympatického nervového systému. Adrenalin je ve zvýšeném množství vyplavován do krevního řečiště, zvyšuje se frekvence srdečního tepu a krevní tlak, dýchání je zrychlené, potní žlázy zvyšují svou exkreci, krev se shromažďuje v oblasti svalů končetin. Organismus je připraven k reakci typu „bojuj nebo uteč“.
- **Fáze rezistence** – V této fázi organismus „bojuje se stresorem“. Podstatným faktorem této fáze je síla stresoru a bojeschopnost organismu. Trvá-li fáze rezistence dlouho, mohou se projevit „nemoci adaptace“. Patří sem např. žaludeční a dvanáctníkové vředy, hypertenze, řada kardiovaskulárních onemocnění, bronchiální astma, hyperthyroidismus apod.
- **Fáze vyčerpání (exhausce)** – Během této fáze dochází k aktivaci parasympatického systému. Po vyčerpání rezerv dochází k selhání organismu. Projevem může být např. deprese (Hošek, 1999).

Selye kromě obecného adaptačního syndromu GAS rozlišoval jeho obdobu pod názvem LAS (Local Adaptation Syndrome). Tento lokální adaptační syndrom vycházel z teorie, že některé nespecifické požadavky na adaptaci mohou být omezeny na určité části nebo oblasti těla. Tento LAS je nespecifický z hlediska jeho příčin, ale současně typický svými projevy (Kebza, 2005).

Přínos Selyeho výzkumu stresu byl zprvu velmi oceňován, ovšem s postupem času i kritizován. Za negativní rys koncepce byla považována především generalizace poznatků na lidi, vycházející ze studia reakcí zvířat a skutečnost, že se nezaobírá emocemi či kognitivní aktivitou jedince (Křivohlavý, 2003).

Teorie R. S. Lazaruse

Lazarus kladl důraz na kognitivní, specificky lidskou charakteristiku zvládání zátěže. Předpokládal, že vznik psychologického stresu závisí stejně tak na situaci jako na reakci osoby. Zabýval se psychickou stránkou člověka v těžké životní situaci. Vznik psychofyziologické zátěže je podle něj podmíněn subjektivním vnímáním situace daným jedincem a zhodnocením vlastních možností ovlivnění fyzikálního nebo sociálního prostředí (Švancara, 2003).

Na základě studia transakcí anebo interakcí mezi osobou a prostředím formuluje transakční definici a spolu se Susan Folkmanovou vymezuje psychologický stres jako „konkrétní vztah mezi osobou a prostředím, který osoba vnímá jako namáhavý, resp. překračující její osobní zdroje a zároveň ohrožující její subjektivní spokojenost“ (Lazarus, Folkman, 1984, s. 19).

Tento kognitivně – transakční model předpokládá tři fáze vyrovnávání se se stresovou situací (Výrost, Slaměnik, 2001) :

- 1) Primární hodnocení (primary appraisal) – v této fázi jedinec hodnotí, zda je pro něj situace ohrožující, resp. jaké nebezpečí nebo naopak pozitiva představuje. Důležitými se v této fázi pro jedince stávají aspekty působící situace, popř. klíče signalizující možné nebezpečí.
- 2) Sekundární hodnocení (secondary appraisal) – pro tuto fázi jsou příznačné úvahy, týkající se odhadu vlastních možností, reakcí a anticipovaných důsledků jednání. Jedinec hodnotí své zvládací zdroje a charakter situace. Klasifikuje-li jedinec situaci jako výzvu, ohrožení, nebezpečí či jako možnou ztrátu, použije v tomto případě copingové zdroje – fyzické, sociální, psychologické a materiální. Na závěr je tedy vybrána konkrétní copingová odpověď.
- 3) Přehodnocení (reappraisal) – nastupuje většinou později. Jedinec může získat nové informace, vlivem kterých změní názor na situaci.

4.6. Příznaky stresu

Stres se může u člověka projevit v podobě různých potíží. Obecně můžeme příznaky rozdělit do tří základních kategorií. První kategorii tvoří příznaky fyziologické – organické, druhá skupina zahrnuje emocionální příznaky a poslední skupina zahrnuje chování a jednání lidí ve stresu. U každého jedince mohou být jednotlivé příznaky více či

méně zastoupeny, často však dochází k jejich kombinaci. Je třeba také zdůraznit, že uvedené potíže mohou být vyvolány nejen stresem, ale i jinými nemocemi (Irmiš, 1996).

Organické příznaky:

- palpitace (bušení srdce)
- bolesti hlavy a pocity sevření na prsou
- svírání a bolest břicha, průjem
- nechutenství
- časté nucení k močení
- pokles sexuální touhy, impotence
- nadměrné svalové napětí, bolesti v oblasti krční a bederní páteře
- bodavé a palčivé pocity v končetinách
- nepříjemné pocity v krku („knedlík“)
- dvojí vidění a obtíže se soustředěním zraku na jediný bod

Emocionální příznaky:

- střídání nálad
- nadměrné trápení se věcmi, které nejsou zdaleka tak důležité
- neschopnost empatie
- projevy hypochondrie
- nadměrné denní snění
- omezení kontaktu s druhými lidmi
- nadměrné pocity únavy
- neschopnost koncentrace
- neschopnost dokončit úkoly
- zvýšená podrážděnost, popudlivost, úzkostnost.

Behaviorální příznaky - chování a jednání lidí ve stresu:

- nerozhodnost, nerozumné nářky, hořekování
- pracovní absence, pomalé uzdravování po nemoci, úrazech

- sklon k větší nehodovosti
- zhoršená kvalita práce, tendence k vyhýbání se úkolům, odpovědnosti
- vyšší konzumace alkoholu
- zvýšené množství vykouřených cigaret
- zvýšené množství tablet na uklidnění a léků na spaní
- ztráta chuti k jídlu nebo naopak přejídání
- změny v denním životním stylu a rytmu
- nespavost
- nižší pracovní výkon (Hošek, 1999).

5. Osobnost a emocionalita

Na vnímání a prožívání stresu se podílí mnoho různých faktorů. Osobnost daného jedince je jedním z velmi důležitých faktorů, a proto bychom zde krátce předložili několik různých pohledů na tento pojem. Téma osobnosti je v psychologii oblastí širokou a rozsáhlou, my se však zaměříme pouze na některé osobnostní charakteristiky, které se nám jeví jako nejvíce důležité pro profesi policejního potápěče a zároveň souvisí s výzkumnou částí.

5.1. Osobnost – vymezení pojmu

V současné době existuje velké množství definic, které uvádí následující aspekty osobnosti (Smékal, 2002):

- integrita, celistvost psychických struktur, kterými je určena,
- individuálnost rozvoje, uspořádání a projevu,
- kontinuita psychického s fyziologickým,
- společenská povaha osobnosti,
- úsilí aktivního začlenění se do okolí (přírodního a společenského).

Není tedy možné uvést pouze jedinou platnou definici osobnosti. Autoři zabývající se touto problematikou nabízí mnoho rozmanitých definic a přístupů, které jsou ovšem nejednotné i v rámci téhož teoretického pojetí (Nakonečný, 2009).

G. W. Allport (in Hall, Lindzey, 1999, s. 278) analyzoval 50 různých definic osobnosti a na jejich základě definuje osobnost jako „dynamickou organizaci těch psychofyzických systémů jedince, které determinují jeho jedinečné přizpůsobení svému prostředí“. Podle psychologického slovníku (Hartl, 2000, str. 379) je osobnost nejčastěji definována jako „celek duševního života člověka“. Hamer a Copeland (2003, s. 12) uvádí, že „právě osobnost určuje, jak se chováme k ostatním lidem, jak komunikujeme, jak myslíme a jak vyjadřujeme své emoce. Tito autoři popisují osobnost také touto definicí: „Osobnost je souhrn duševních, emočních, sociálních a fyzických znaků jedince; osobnost určuje jeho adaptaci na prostředí a jeho charakteristické způsoby chování a prožívání“.

V souvislosti s úsilím více poznat osobnost a přesněji ji definovat mají zvláštní postavení psychoregulační teorie osobnosti. Na jejich základě vymezuje T. Pardel (in Čech

et al, 2005, s. 228) regulační konstanty osobnosti, které tvoří:

- konstituce (typ vyšší nervové činnosti, temperament),
- bazální aktivační systém (existenční potřeby, základní životní pocit),
- schopnosti (všeobecná úroveň a učenlivost),
- charakter (zájmy, postoje, hodnoty, volní a emoční vlastnosti),
- psychologický subjekt (JÁ, svědomí, obranné mechanismy).

5.2. Osobnost a stres

Osobnost člověka, resp. osobnostní charakteristiky mají zásadní vliv na vznik stresu. Podle Čecha a kol. (2005) je riziko vzniku stresu větší, pokud lidé prožívají událost s neurotickou úzkostí neúměrně skutečnému nebezpečí, než když pocítují úzkost přiměřenou situaci. Určující je tedy způsob posuzování příčin negativních událostí – atribuční styl, který ovlivňuje, nakolik lidé prožívají negativní události jako stresové.

Interindividuální rozdíly se rovněž projevují v odlišných reakcích na stresové situace. Ty mohou být způsobeny rozdíly ve významu, který jedinec připisuje dané situaci, ve vnímání vlastní schopnosti kontroly a ve schopnosti zvládat podmínky stresové situace (Ruiselová, Ficková, 1994).

Mikšík (1978) zmiňuje v této souvislosti interakční koncepci zátěže, která nejlépe charakterizuje význam osobnosti v souvislosti se zátěží. Předpokládá, že je třeba se zaměřit na jádro psychické činnosti člověka, respektive jeho osobnosti. Zátěž je za objektivně stejných podmínek u rozličných jedinců či téhož jedince při různých vnitřních stavech (únava, očekávání, zodpovědnost) různá.

Eysenck (in Šolcová, 2007) uvádí několik důvodů, proč nelze stres a osobnost od sebe oddělovat. Jedním z nich je fakt, že samotný pojem stres nemůže být chápán, aniž by byl specifikován konkrétní člověk podstupující domnělou stresogenní situaci. Dále podle něj nemá v psychologii význam formulovat obecné zákony, aniž by byly vzaty v úvahu individuální rozdíly.

5.2.1. Vybrané osobnostní charakteristiky a jejich vztah ke stresu

Extraverze – introverze

Těmito aspekty osobnosti se zabývala celá řada autorů. Jako první je zmiňuje v rámci typologie osobnosti C.G.Jung, dále je rozpracovává H. J. Eysenck. Jejich pojetí se v mnohém odlišuje, ovšem faktory introverze a extraverze se v podstatě překrývají.

Typický extravert podle Eysencka (in Nakonečný, 2009) preferuje společnost a zábavu. Charakteristická je pro něj houževnatost, impulzivnost, družnost, otevřenost, bezstarostnost a sociální angažovanost. Preferuje tudíž povolání, která předpokládají kontakt s lidmi. Takovýto jedinec má rád změny, touží po vzrušení a rád riskuje. S tím je spojen fakt, že ne vždy se na ně můžeme spolehnout. Mohou se u něj objevit problémy s kontrolou citů a sklon k agresivnímu jednání. Ve srovnání s introverty jsou mnohem více ovlivnitelní.

Pro introvertního jedince je charakteristická určitá uzavřenost a nepřístupnost vůči svému okolí. Preferuje čas strávený o samotě se zaměřením na sebe. Je to osoba nedůvěřivá, vážná, opatrná a trpělivá se sklonem k pesimismu. Při výběru zaměstnání preferuje ty, jejichž podstatou je převaha individuálních činností a kontaktů s jednotlivci, nikoli práce ve skupině. Dále je mnohem citlivější vůči bolesti, než je tomu u extravertního jedince (Hall, Lindzey, 1999; Nakonečný 2009).

Vzhledem k tomu, že jsou extraverzi méně citliví k signálům ohrožení, méně senzitivní vůči bolesti a používají racionální strategie orientované na řešení problému, jsou vůči stresu odolnější než introverti (Horáková, 2009).

Pozitivní korelace stresu a extraverze byla rovněž potvrzena ve studii (Swickert, J. Rosentreter, & Mushrush, 2002), která se zabývala rolí extraverze při nalézání sociální opory a jejím následným vlivem na prožívání stresu. Bylo zjištěno, že osoby extravertní snáze získávají sociální oporu, tudíž i lépe zvládají stres.

Emoční stabilita x emoční labilita (neuroticismus)

„Neuroticismus“ charakterizuje K. Pawlik (1968, s. 402, cit. Nakonečný 2009, s. 311) takto: „Neuroticismus souvisí s malou flexibilitou myšlení a vnímání, se zvýšenou

sugestibilitou, nedostatečnou koncentrací a sníženou rezistencí vůči tělesnému nebo psychickému stresu. Tento syndrom vlastností se dalekosáhle kryje s klinickým obrazem neurastenie.“

Pro jedince s vysokým skóre neuroticismu je příznačná pomalost v myšlení a chování se sklonem k úzkosti, depresivní ladění, nespavost, psychosomatické problémy, náladovost, sklon k starostem a přecitlivělosti. Emoční reakce jsou u tohoto jedince nestálé, lehce vyvolatelné a podmětům často nepřiměřené (Hall, Lindzey, 1999). Opakem je osoba stabilní, s přiměřenými emočními reakcemi, která je klidná, vyrovnaná, rozvážná a dobře se kontrolující (Nakonečný, 2009).

V oblasti míry introverze a neurotičnosti v souvislosti se stresem jsou k dispozici teoretické předpoklady a výsledky výzkumů. Bylo zjištěno, že mezi nejsilnější prediktory stresu patří neuroticismus, používání negativních maladaptivních kognitivních postupů (Parkes, in Horáková, 2009), nízké duševní zdraví (Eysenck, in Horáková, 2009), problémy v chování, slabé pracovní přizpůsobení (Cooper a Payne, in Horáková, 2009).

V roce 1999 (Gunthert, Cohen, & Armeli) byl proveden výzkum zabývající se vlivem neuroticismu na stres, resp. na různé druhy denních událostí, na primární a sekundární hodnocení těchto událostí, na použití specifických strategií zvládnání stresu a negativní náladu na konci dne. Bylo zjištěno, že se u jedinců s vysokým skóre neuroticismu projevují ve větší míře interpersonální stresory, více na ně působí distres a používají méně adaptivní strategie zvládnání. Hodnocení výsledků vedlo k objasnění chronické negativní afektivity spojené s neuroticismem. Blatný, Kohoutek a Janušová (2002) na základě svého výzkumu rovněž uvádí, že na chování v zátěžové situaci má vliv míra neuroticismu daného jedince. Neuroticismus je zde spojen s vyjadřováním emocí a fantazijním únikem.

5.3. Emocionalita

P. Fraisse (in Nakonečný, 2000, s. 185) vymezuje emocionalitu jako „citlivost na situace, které vzbuzují emoce“, a uvádí, že „v podstatě může být slabá nebo silná, ale obvykle se hovoří o emotivitě jen v souvislosti s charakterizováním osob, u kterých se emotivní reakce projevují silněji a častěji než u ostatních. Emotivita je vždy synonymem hypermotivity“. K. Pawlik (in Nakonečný, 2000, s. 184) chápe emocionalitu jako „souhrnný pojem pro individuální zvláštnost citového života, řízení a zpracování afektů“.

Emocionalita je tedy popisována jako stálá vlastnost osobnosti, úzce související s temperamentem. Určuje, jak budou u daného jedince emoce prožívány, resp. s jakou citlivostí, hloubkou, frekvencí, stálostí, v jakém časovém rozsahu a také se podílí na přiměřenosti emoční reakce k dané situaci (Nakonečný, 2009).

Nakonečný (2009, s. 176) zmiňuje následující faktory emocionality:

- veselost vs. skleslost (radostnost vs. deprese),
- emoční nezralost vs. emoční zralost,
- nervozita vs. klidná mysl,
- stabilita vs. cykloidita nálad,
- nesmělost vs. sebevědomost.

Pokud bychom chtěli vyjádřit vztah emocí k emocionalitě, pak popisujeme emoce jako proces a emocionalitu jako dispozice k emocionálním reakcím, přičemž pojem dispozice bývá nahrazován pojmem faktor či dimenze osobnosti (Nakonečný, 2009). „Emoce jsou velmi komplexní jevy, jejichž charakteristickým rysem je jejich velká citlivost a proměnlivost“ (Stuchlíková, 2002, s. 11). Jsou odrazem kvality prožívání subjektivního stavu a vztahu člověka k podnětům, které na něj působí. Podstatným znakem tohoto prožívání je příjemnost nebo nepříjemnost ve vztahu k těmto podnětům. Emoce odráží vztah jedince k lidem, věcem, jevům, událostem ale i k sobě samému. Mohou být vyvolané i vlastním tělesným stavem, ale i vlastní činností. V psychice člověka mají tedy nezastupitelnou roli (Čech et al., 2005).

Funkční hledisko emocí je uplatňováno od fyziologických symptomů až po roli emocí v sociálních strukturách. Čech et al. (2005) zmiňuje některé z funkcí emocí v psychice: emoce stimulují činnost psychiky, signalizují nám kvalitu motivace v konkrétní situaci, dále jsou spojeny s poznáváním, poznávacími procesy, s komunikací a s vnímáním fyzického stavu člověka. Intenzivní emoce rovněž přispívají k fixaci paměťové stopy, ovlivňují volní procesy a chování jedince.

Emoce se tedy vztahují k prožívání a tudíž i emocionalita souvisí s vnímáním a prožíváním stresu.

6. Potápění

6.1. Úvod do problematiky

„Za potápění považujeme činnost člověka pod hladinou vody (zcela vzácně i jiné kapaliny), pohybuje-li se zde volně, od vody oddělen nejvýše jenom svým oděvem. Vdechuje-li potápeč vzduch z normotlakého zdroje, který je nad hladinou – nejčastěji přímo z atmosféry – (ojediněle může být vdechován i jiný plyn), a při pobytu pod hladinou musí dech zadržovat, hovoříme o potápění na nádech. Bere-li si při ponoření zásobu dýchacího plynu s sebou v příslušném přístroji, jde o přístrojové potápění“ (Hrnčíř, Černoch, 1990, s. 6).

Není mnoho činností, které by člověka omezovaly bezpečnostními předpisy v takové míře jako potápění. Chování potápeče obsahuje řadu zvláštních návyků, jeho pobyt pod vodou má přesně vymezená pravidla, která není vhodné překračovat. Je stanovena rychlost výstupu k hladině, pobyt pod vodou závisí na hloubce ponoru, teplotě vody, zásobě vzduchu, druhu oděvu, jeho rozhodování musí v každém okamžiku respektovat zvláštnosti vodního prostředí (Kukleta, 1980).

Vodní prostředí tedy klade značné nároky na přizpůsobivost člověka. Řada faktorů, jako je vysoký tlak, chlad, tma, vlhkost, zvýšená hustota, představuje ve svém souboru komplexní zátěž, omezuje lidskou činnost. Soubor negativních faktorů se však mění v závislosti na hloubce, trvání a způsobu potápění (Kukleta, 1972).

Rozdíly obou prostředí souvisí především s fyzikálními zákony. Výchozí rozdíl je v tom, že voda je pro člověka nedýchatelná, má malý obsah kyslíku (v mořské vodě je přibližně 0,54% kyslíku a ve vzduchu přibližně 21%). Člověk a jeho dýchací systém není adaptován k využívání kyslíku rozpuštěného ve vodě, tak jako ryby, které ho využívají pomocí žáber. Člověk proto, aby mohl dýchat pod vodou, potřebuje speciální přístroje (zásobníky), ve kterých má stlačenou dýchací směs, jako je např. vzduch, kyslík, heliokyslíková směs atd. (Holzapfel, 1995).

6.1.1. Fyzikální zákony a vodní prostředí

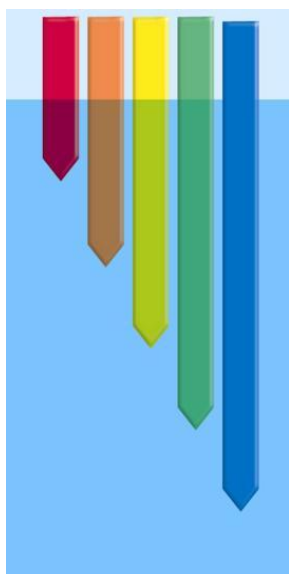
Vidění pod vodou

Viděním rozumíme řadu schopností, jako např. vnímání prostoru, barev, odhad vzdálenosti. Vlivem fyzikálních rozdílů mezi vzduchem a vodou jsou však všechny postiženy. Rychlost šíření je sice totožná v obou prostředích, ve vodě však ubývá světelné energie při průchodu určitou vzdáleností mnohem rychleji (Kukleta, 1980).

Lidské oko není adaptováno k vidění pod vodou. Po otevření očí pod vodní hladinou je obraz neostrý a rozmazaný. Dochází k tomu vlivem vyššího indexu lomu světla ve vodě, takže vlastnosti rohovky v optickém systému ztrácí svou funkci. Pod vodou se z tohoto důvodu používá potápěčská maska. V rozhraní mezi vzduchem v masce a vodou dochází k lomu paprsků a potápěč vidí předměty zdánlivě o $\frac{1}{4}$ blíže, a proto se mu jeví větší, než ve skutečnosti jsou. Skutečná poloha předmětů je tedy 1,33 násobek vzdálenosti, kterou vidí potápěč (Dobeš, 2005).

Průchodem vodou se světlo mění i co do obsahu barevných složek. Jak bílé světlo prochází vodou, je postupně pohlcována jedna barva spektra po druhé: nejprve červená, pak oranžová a žlutá. S přibývajícím hloubkou tedy světla ubývá a voda pohlcuje všechny barvy. Hlubší voda je proto tmavší a méně barevná. Červené, oranžové nebo žluté předměty často vypadají hnědavé, šedé nebo černé (Dvořáková, 2005).

Obrázek č. 3: Ztráta barev v závislosti na hloubce (SDI OPEN WATER MANUAL, 2000)



Viditelnost

„Viditelnost pod vodou je definována jako vzdálenost, na kterou potápěč pod vodou v horizontálním směru dohlédne“ (Richardson et al., 1999, s. 126). Viditelnost pod vodou se může pohybovat od 0 do více než 60 metrů. Základní faktory ovlivňující viditelnost jsou:

- pohyb vody,
- počasí,
- rozptýlené částice,
- složení dna.

Viditelnost zhoršují vlny, příboj a proudy vířící ve vodě usazeniny, kalná voda přitékající po dešti a za určitých okolností může dojít k přemnožení a rozptýlení mikroskopických živočichů (plankton) nebo rostlin (vodní řasy), (Richardson et al., 1999). Omezená viditelnost způsobuje do určité vzdálenosti domnělé zvětšení vzdálenosti pozorovaných předmětů. Tento úkaz je důsledkem snížené jasnosti a kontrastu s tím, že chybí normální možnost pozorování vzdáleností. Při malé viditelnosti se mohou předměty vzdálené více než cca 1-2m zdát vzdálenější, než ve skutečnosti jsou, zatímco ve velmi čisté vodě se předmět vzdálený 15m může jevit bližší než ve skutečnosti (F. Piškula, M. Piškula, Štětina, 1985).

Akustika ve vodním prostředí

Sluchové vjemy potápěče pod vodou se poněkud liší od vjemů nad hladinou. I když je voda dobrý vodič zvuku, v důsledku odlišných hustot a stlačitelnosti se značně liší akustická impedance vody a vzduchu. Proto je přechod zvuku ze vzduchu do vody velmi omezen. Zvuky vznikající přímo pod vodou se naopak šíří velmi dobře (Dobeš, 2005). Vedení zvuku pod vodou se děje hlavně prostřednictvím tzv. kostního vedení zvuku, kdy se zvuk přes lebeční kosti šíří přímo do sluchového ústrojí v hlemýždi. Potápěč proto poměrně dobře slyší zvuky šířící se ve vodě (F. Piškula, M. Piškula, Štětina, 1985).

Zvuková komunikace mezi potápěči se většinou omezuje na upoutání pozornosti partnera. Nejsnazší je klepání na tlakovou láhev potápěčským nožem nebo jiným pevným předmětem (Dvořáková, 2005).

Ztráta tělesné teploty pod vodou

Na vzduchu dochází k tepelným ztrátám předáváním tepla z kůže do vzduchu a ochlazováním kůže odpařováním potu. Voda odvádí teplo přibližně dvacetkrát rychleji než vzduch, což znamená, že při dané teplotě voda ochlazuje daleko rychleji (Dvořáková, 2005).

Udržování tělesné teploty při potápění je obzvlášť náročné s ohledem na fyzikální vlastnosti vodního prostředí. Chladné až studené vody mohou při potápění způsobit značné tepelné ztráty, projevující se od prostých prochladnutí až po nebezpečná podchlazení. Hloubka a rychlost podchlazení závisí zejména na tvorbě tepla v organismu, tepelně izolační ochraně a teplotě vody (F. Piškula, M. Piškula, Štětina, 1985).

K příznakům podchlazení patří pocit chladu, třes, náhlá únava, nevolnost, závratě s hučením v uších, poruchy vidění, bolesti a křeče ve svalech. Při kontaktu těla s extrémním chladem dochází velmi rychle k vyčerpání. Postižený ztrácí vědomí, jeho dýchání slábne, srdeční činnost se zpomaluje (Kukleta, 1980).

Dýchání

Ze všech tělesných funkcí je dýchání při pobytu pod vodní hladinou ovlivněno nejvíce. Aby mohl jedinec pod vodní hladinou pobývat delší dobu, musí si pomoci zvláštními zařízeními. Potápěčské dýchací přístroje a zařízení zajišťují, aby člověk vdechoval vzduch či jinou dýchací směs pod stejným tlakem, jako je tlak v jeho bezprostředním okolí (Kukleta, 1980).

Dýchaný plyn může být potápěči dodáván pod tlakem přímo z hladiny nebo si ho potápěč bere při sestupu s sebou stlačený v zásobníku dýchacího přístroje (v tlakových lahvích). Dýchací přístroje jsou v podstatě trojího typu. V přístroji s otevřeným okruhem je dýchaný plyn přiváděn z tlakových lahví k ústům potápěče prostřednictvím tzv. plicní automatiky, což je zařízení, které přizpůsobuje tlak vdechovaného vzduchu tak, aby byl přibližně stejný s tlakem okolního prostředí. Plyn se vydechuje přímo do vody a v bublinkách uniká k hladině. Přístrojů s „polouzavřeným“ okruhem se využívá tam, kde je třeba, aby zásoba dýchacího plynu vystačila na déle trvající ponor nebo tam, kde se používá jako dýchacího média plyn drahý nebo těžko dostupný. Potápěč vdechuje a vydechuje do vaku, v němž je tlak stejný jako tlak okolního prostředí. Exspirovaný plyn je proháněn látkou, která z něj absorbuje oxid uhličitý. Do vaku je současně přiváděn dýchací

plyn konstantní rychlostí. Přístroje s uzavřeným okruhem jsou z hlediska spotřeby plynu ještě úspornější. Rozdíl je v tom, že do dýchacího vaku je z tlakových lahví přiváděn jenom čistý kyslík, a to v takovém množství, aby objem vaku zůstal zhruba konstantní. Vdech i výdech se dějí opět do vaku (F. Piškula, M. Piškula, Štětina, 1985).

Působení tlaku

Lidské tělo tvoří přibližně ze 70% voda a asi 30% představují pevné látky a plyny. Voda a pevné plyny jsou nestlačitelné. Rozdíl pro potápěče spočívá tedy v těch oblastech těla, které obsahují plyny (Dobeš, 2005).

Důležité je zmínit, že tlak při sestupu narůstá o 1 bar na každých 10 metrů. Ve srovnání s tlakem na hladině je tedy v hloubce 10m tlak dvojnásobný, ve 20m trojnásobný atd. Většina tkání a orgánů se chová ve zvýšeném tlaku podobně jako voda, která je ostatně jejich hlavní součástí. Jinak se ovšem chovají dutiny vyplněné plynem (Kukleta, 1990). Dutiny vyplněné plynem jsou v těle na několika místech. Dělíme je podle několika hledisek. Důležitá je stavba stěny, zda je nepoddajná, kostěná, nebo z měkkých tkání, které mohou přenášet zevní tlaky na plynný obsah dutiny, nebo smíšeného typu. Druhým hlediskem je možnost jejich ventilace, čili jejich spojení s povrchem, nebo bez spojení. Dutiny s kostěnou stěnou jsou přídatné obličejové dutiny, spojené s dýchacími cestami za normálního stavu trvale otevřenými kanálky. Dutinami vyplněnými plynem, jejichž stěna je tvořena měkkými tkáněmi, je dýchací systém a zažívací trakt. Smíšenou stěnu má dutina středoušní, která má kostěné stěny, ale do zevního zvukovodu je uzavřena blanou bubínku do vnitřního ucha kulatým okénkem. Ventilována je do nosního průduchu Eustachovou trubicí (Hrnčír, Černoch, 1990).

Při změně okolního tlaku se mění tlakové poměry i v dutinách. K problému nedochází, je-li tlak uvnitř vyrovnán tlaku okolní vody přesunem potřebného množství plynu. Příkladem takové dutiny jsou plíce. Uzavřené dutiny, mající poddajné stěny přizpůsobí svůj objem změně tlaku okolí. V dutinách s pevnými stěnami vznikne tlakový rozdíl při každé změně okolního tlaku. Může k němu dojít tedy jak při sestupu do hloubky, tak za určitých okolností při výstupu na hladinu. Poškození způsobené tlakem se obvykle označuje jako barotrauma (Kukleta, 1980).

6.2. Rozdělení potápění

V současné době můžeme rozdělit potápění do dvou základních větví. První větev můžeme označit jako pracovní potápění, druhou jako rekreační (někde uváděno komerční). Při pracovním potápění souvisí činnosti pod vodní hladinou s výkonem povolání. Patří sem policisté, hasiči, vojáci, firmy zabývající se opravami ropných plošin apod. Každá ze složek se řídí vlastní legislativou, podle které jsou jednotlivé pracovní potápěčské činnosti vykonávány. Pracovní potápěči mají náplň práce určeno, jakou podvodní-potápěčskou činnost mohou vykonávat. Veškerá rizika spojená s výkonem podvodní potápěčské činnosti přebírá organizace, která pracovníka-potápěče zaměstnává (Hataák, 2009).

Pracovní potápění je velice náročná a nebezpečná činnost. Byla vždy zařazena jako riziková, a proto musí být i v současnosti potápěči pracující pod vodou držiteli profesní potápěčské kvalifikace, včetně lékařského zabezpečení. V současnosti upravují podmínky práce pod vodou především Nařízení vlády č. 591 Sb. z roku 2006 a §40 zákona č. 20/1966 Sb. o péči o zdraví lidu, v platném znění a vyhláška č. 432/2003 Sb., která stanoví podmínky pro zařazování prací do kategorií.

Profesionální potápěči realizují pod vodou mnoho činností a je možné je rozdělit do několika základních skupin. Jsou to stavební práce, práce strojně-technického charakteru, záchranné práce a práce průzkumné a kontrolní. Hlavní rozdíl mezi profesionálním a rekreačním potápěním je především v cíli jednotlivých činností. Zatímco rekreační potápěči mají za cíl „potápět se“, pro profesionální potápěče je potápění „prostředek pro splnění pracovního úkolu“. Rozdíl je i v používané technice. Zásadní rozdíl je v dodávce dýchacího média. Při profesionálním potápění je dodáváno dýchací médium potápěčům z hladiny, a tím je zajištěna jeho prakticky neomezená dodávka i pro případ zdržení nebo uvíznutí pod vodou. Potápěči v tomto případě nejsou stresováni ani ohrožováni omezenou zásobou dýchacích plynů (Hataák, 2009).

Sportovní a pracovní potápěči jsou při potápění ohroženi rozdílným rizikem. „Rekreační“ potápěč, který se povětšinou potápí v teplých tropických vodách je ohrožen menším stupněm rizika, než zanícený „technický“ potápěč, který se potápí ve vodách chladných, temných, s omezenou viditelností, a to až do extrémních hloubek s použitím různých dýchacích směsí. Profesionální potápěči jsou podskupinou ohroženou řadou rizikových faktorů, které si popíšeme v následující kapitole (Germonpré, 2006).

7. Problematika stresu při potápění

F. Piškula, M. Piškula, Štětina (1985, s. 286) uvádí, že „největší nebezpečí pro potápěče je skryto v něm samotném, a to jak v úrovni jeho znalostí a dovedností, tak v psychických a fyzických předpokladech a přizpůsobení podmínkám, s nimiž se setkává při potápění“.

Aby byl potápěč schopen zmírnit nebo předejít stresu, musí být schopen rozpoznat jeho příčiny. Pochopí-li zdroje a procesy, které stres při potápění způsobují, bude schopen stresovým situacím předejít, ocitne-li se v nouzové situaci, bude vědět jak se s ní vypořádat. Stres při potápění je způsoben nejčastěji těmito důvody:

- fyzické důvody,
- psychologické důvody,
- problémy s výstrojí,
- podmínky prostředí,
- nedostatky v dovednostech (Freeman, 2002).

7.1. Zdroje stresu při potápění

7.1.1. Fyzické příčiny

Nedostatečná kondice

Příčinou rychlé únavy a větší náchylnosti k stresu při působení různých psychických stresorů bývá nedostatečná fyzická kondice. Nepříliš zdatní potápěči mívají problémy při oblékání a vysvlékání výstroje či při jiném fyzickém vypětí. V souvislosti se slabou fyzickou kondicí se mohou vyskytnout problémy v případě poskytování pomoci nebo záchrany. V závěru potápění, obzvláště musí-li potápěč překonávat při návratu na hladinu silný vodní proud anebo při potápění či během dne musel provést velmi mnoho myšlenkových úkolů, se často projevuje únava (Freeman, 2002).

Omezený pohyb

Další fyzickou příčinou je omezený pohyb. Ten může způsobovat malá výstroj, kdy se potápěč stává neobratným a vynakládá zvýšené úsilí, jenž odčerpává energii. Tato

výstroj může omezovat dýchání a proudění krve, což má za následek rychlé podchlazení a značnou spotřebu energie. Pod vodní hladinou může být pohyb omezen i zaplacením do trosek, naplavenin, podvodního potrubí nebo uvíznutím ve stísněných či omezených prostorech, a to v jeskyních, vracích či pod ledem, což může způsobit paniku (Burke, O'Rear, 1998).

Námaha, chlad

Námaha a chlad vede k pocitu nepohodlí a úzkosti. Může být příčinou chyb v úsudku a vyvolat snahu ke spěchu. Spěch pak vede k dalším chybám. Stresu vlivem působení chladu je vystaven například potápěč na dekompresi (Dobeš, 2005).

7.1.2. Psychologické příčiny

Vznik psychického stresu se vztahuje k emocím a představám potápěče. Reálně vnímaná ohrožení neporušenosti těla vyvolávají psychický stres stejně jako např. ohrožení pocitu vlastní hodnoty (Schnick, P., Schnick, A., 2007).

Časová tíseň

Jedním z původců psychického i fyzického stresu je časová tíseň. Jedinec je při potápění nucen splnit cíle související s množstvím vzduchu, které má k dispozici, a pokud se mu to nedaří dostatečně rychle, může se dostat do stresu. Vlivem toho může zapomenout na důležité součásti výstroje, či ještě hůře, vědomě o ně nedbat. Stres plynoucí z časové tísně se může objevit docela nepozorovaně jako část celkového vzrušení při potápění a zapříčinit přitom celou řadu potíží, příznačných pro tento druh stresu (F. Piškula, M. Piškula, Štětina, 1985).

Zatížení množstvím úkolů

Zatížení kvantem úkolů vyvolává stres především tehdy, je-li požadováno splnění více úkolů, než je za daný čas možné. U nezkušených jedinců se může vliv tohoto stresu vyskytnout již při pomýšlení na množství úkolů, jenž ho při sestupu čeká (např. sledovat

hloubku, čas, zásobu vzduchu v lahvích, směr podle kompasu, nevířit kal, pozorovat okolní terén atd.). Současně i zkušený potápeč může být pod vlivem tohoto stresu v daleko větší míře, než je ochoten si přiznat (Dobeš, 2005).

Špatná rozhodnutí

Příčinou špatných rozhodnutí může být nedbalost, neznalost nebo málo zkušeností. Stres vzniká při potápění za hranicí svých schopností, bez odpovídající výstroje, ve špatných povětrnostních podmínkách nebo s nemocí či únavou. Rozhoduje-li se potápeč správně, potápí-li se podle svých schopností a je-li vybaven odpovídající výstrojí, je schopen stresu předejít (Freeman, 2002).

Nepříjemné pocity a předtuchy před potápěním

V menší míře se považují za běžné a normální. U zkušených potápečů se vyskytují den před sestupem, zatímco přímo před sestupem a při něm mizí. U začátečníků se tyto pocity zpravidla objevují těsně před sestupem a během ponoru mohou mít na potápeče negativní vliv (F. Piškula, M. Piškula, Štětina, 1985).

Podle Kubičky (2009) souvisí tyto nepříjemné pocity s imaginací představ. Zpravidla se tyto imaginární představy a nereálné pocity odbourají postupným získáváním zkušeností, vědomostí a zručností. Obvykle může pomoci odstranit předponorový stres získání bližších a detailnějších informací o dané lokalitě.

Ohrožení prestiže

Tento významný zdroj stresu úzce souvisí se sebevědomím, důstojností a hrdostí potápeče. Při potápění může dojít k situaci, kdy není vhodné pokračovat v sestupu. Mentálně vyspělý jedinec se může vrátit bez jakékoli újmy na prestiži, zatímco u řady jedinců vede tato situace ke ztrátě sebedůvěry a prestiže, která může vyvolat rovněž stres. Odolnost proti tomuto stresu je při potápění velmi důležitá, protože zabraňuje překračování svých mezí (Dobeš, 2005). „Zdrojem stresu se tak stává samotný potápeč. Může se jím stát, nemá-li potřebné schopnosti pro daný sestup a ví o tom, nebo se může stát zdrojem stresu pro ostatní potápeče, kteří vědí o jeho nedostatečných schopnostech. A nakonec potápeč může způsobit tragédii tím, že snižuje prestiž svých kolegů výzvami k různým krajnostem, jen aby zachránil svou hrdost“ (F. Piškula, M. Piškula, Štětina, 1985, s. 294).

7.1.3. Příčiny související s výstrojí

Nevhodné použití výstroje je nejčastější příčinou stresu. Krizové situace pod vodní hladinou související s výstrojí jsou způsobeny vybavením neodpovídající velikosti, špatně udržovaným, nesprávně nastaveným nebo nekompletním. Stres může způsobit i chybné monitorování přístrojů nebo nečekaná ztráta výstroje během ponoru. Tento druh stresu lze prakticky eliminovat základní kontrolou výstroje (Freeman, 2002).

7.1.4. Příčiny související s prostředím

Špatná viditelnost, stísněné prostory a potřeba orientace

„Špatná, popřípadě nulová viditelnost a temnota patří k nejvíce stresujícím faktorům při potápění v našich vodách“ (F. Piškula, M. Piškula, Štětina, 1985, s. 293). Účinek těchto faktorů se zintenzivňuje v uzavřených prostorech, jako jsou vraky, potápění pod ledem, v jeskyních atd. Ke stresu dochází i v situacích chybné navigace, při dezorientaci v monotónním terénu bez přijatelných orientačních bodů či rozdělení partnerů pod vodou. Tento druh stresu má vliv především na osoby trpící zjevnou nebo skrytou klaustrofobií, strachem z temnoty nebo z osamocení (Dobeš, 2005).

Ztráta ovládnání směru pohybu

Může k ní dojít při potížích s vyvážením, nebo při silném proudu. Potápění v proudu je pro nezkušené, netréované potápěče většinou stresující, protože neumějí zacházet se silou vody a zpravidla s ní bojují marně (Schnick, A., Schnick, P., 2007).

Fyzické ohrožení

Při sestupu do větších hloubek může temnota a špatná viditelnost navodit stres z fyzického ohrožení nárazem na překážky, uváznutím a utonutím. Fyzické ohrožení může potápěč pocítit i v případě, že si uvědomí chyby, které dělá, je-li přetížen úkoly. Potápí-li se v moři, může být ohrožen i mořskými živočichy (F. Piškula, M. Piškula, Štětina, 1985).

Kumulativní činitel

Několik menších problémů, např. vniknutí vody do masky a současné potíže s vyrovnáním tlaku se sčítají a mohou vést až k panice (Schnick, A., Schnick, P., 2007). „Je vhodné si uvědomit, že může být nezbytné řešit problémy související se současným výskytem jevů spíše, než uvažovat o řešení jednoho problému v daném okamžiku (F. Piškula, M. Piškula, Štětina, 1985, s. 293).

7.1.5. Nedostatečný výcvik a úroveň dovedností

Jednou z příčin stresu může být i nízká úroveň dovedností, chybějící speciální výcvik nebo nedostatek praktických zkušeností. Tyto nedostatky se během ponoru projeví pomalejším tempem, potížemi s výstrojí nebo neznalostí rutinních dovedností. Na tyto situace může potápěč reagovat pocitem nejistoty a ztrátou sebedůvěry, což jsou další faktory způsobující stres, které se potom projevují především v krizových situacích (Freeman, 2002).

7.2. Působení stresu při potápění

7.2.1. Mechanismus působení stresu

Na potápěče působí řada ohrožujících faktorů. Tím nejvýznamnějším je nemožnost dýchat bez speciálního zařízení. Za určitých okolností může vlivem těchto faktorů u potápěče dojít k obranné reakci, která připravuje jedince na velký fyzický výkon a jemnější funkce vyžadující uvolnění a klid jsou při ní naopak zhoršeny. Mezi nejnápadnější změny patří zúžení schopnosti vnímat a zpracovávat informace, zhoršení úsudku, omezení pohybových schopností a využití návyků. Pro potápěče je dále významné zvýšení spotřeby vzduchu (Kukleta, 1980).

Stupňuje-li se působení stresu, může být schopnost potápěče potíže analyzovat a řešit značně omezena. Patrně se vyskytnou další chyby v jednání potápěče a s jejich přibýváním vzroste i stres. Jedním z důvodů je stupňování pocitu fyzického ohrožení, z důvodu nevyřešení potíží. Druhým důvodem je ztráta sebedůvěry v okamžiku, kdy si potápěč uvědomí, že dělá chyby (F. Piškula, M. Piškula, J. Štětina, 1985).

Zúžení schopnosti vnímání

Účinkem stresu je ovlivněno vnímání potápěče na takové úrovni, že nemusí postřehnout detailní okolnosti situace (zachycení se o překážku), ale reaguje na daleko hrubší úrovni (nemožnost pohybu). V důsledku působení stresu si nemusí uvědomit poškození přístroje, mohou mu uniknout i jiné, za normálních okolností značně nápadné podněty z okolí (F. Piškula, M. Piškula, J. Štětina, 1985).

Zúžení schopnosti analýzy a myšlení

Potápěč pod vlivem stresu nemusí být schopen správně vyhodnotit situaci, ve které se nachází, a racionálně rozmýšlet o vhodném řešení. Takovým příkladem může být situace, kdy je potápěč značně přetížený a nemusí si vlivem stresu uvědomit, že k výstupu k hladině stačí pouze odhodit zátěžní opasek. Nebo si v případě nouze neuvědomí, že může hledat pomoc u svého partnera a místo toho se snaží dosáhnout hladiny překotným výstupem (Dobeš, 2005).

Zúžení reakcí

Jde o redukci počtu dovedností, jež by byl potápěč schopen za normálních okolností využít. Nedokonale osvojené schopnosti mizí nejdříve, zatímco ty dokonale osvojené se vytrácí jako poslední. Jedinci zůstávají jen primitivní, vrozené reakce, které nejsou pro potápěče vždy vhodné. Takovou primitivní reakcí může být při potápění zadržování dechu, které může mít za následek vzduchovou embolii (F. Piškula, M. Piškula, J. Štětina, 1985).

Panika při potápění

Panika je vystupňováním celého vývoje působení stresu. Dochází při ní k zúžení mentálních schopností, při kterém již potápěč není schopen odpovídajícím způsobem reagovat na vzniklé potíže. Začne dělat další chyby, s jejichž přibýváním se stresová situace dále rozvíjí. Dochází ke ztrátě schopnosti analyzovat situaci a hledat řešení. Potápěč se stává nebezpečným nejen sobě, ale také ostatním potápěčům okolo sebe

(Dobeš, 2005). „Ve stresové situaci musí potápěč poslouchat varovné signály svého těla a analyzovat situaci. Musí přerušit veškeré aktivity a dostat pod kontrolu dýchání. Dýchání je obzvlášť důležité, protože jeho zhoršení máte myšlení a jednání. Člověk se proto vši silou vůle musí pokusit dýchat klidně a zhluboka. Pokud se mu to podaří, může pak i jasně uvažovat a koloběh paniky přerušit, resp. řešit problém“ (Schnick, A., Schnick, P., 2007, s. 31).

7.2.2. Vliv stresu na chování potápěče

Chování potápěče je ovlivněno stresory, které na něj působí. Mohou být vnitřní nebo vnější. Také záleží na intenzitě, s jakou působí, na délce trvání, a taktéž do jaké míry se prolínají s emocionální rovinou potápěče v daný okamžik (Kubička, 2009). Organismus se snaží se stresem vyrovnat ve smyslu reakce „boj nebo útěk“. V potápění se tzv. boj může projevit bezhlavou činností, která se projeví ve formě paniky nebo iracionálního jednání. Příkladem může být panická snaha dostat se na hladinu (například nutkáním na zvracení), chaotické řešení problému, který vyvolal stres (nesmyslné zavření ventilu v domnění úniku plynu), strhnutí masky na hladině v důsledku pocitu nemožnosti se nadýchnout, atd. Nezávládnutá situace může vyústit do křečovitého boje o život i v případě situace, jenž si to nevyžaduje. Je to dáno gradací a kumulací problémů, které vyvolávají nové a nové stresory.

Jedinec může pociťovat stres i v emocionální rovině, například vnitřními pocity jako jsou: obava, úzkost, nervozita, podrážděnost apod. (Kubička, 2009).

Příznaky stresu se mohou objevit v jedné ze tří fází potápění. První fáze – před ponorem, druhá fáze – v průběhu ponoru a třetí fáze – v závěru ponoru. Včasné rozpoznání stresu je výhodou v kterékoliv fázi. Vypořádá-li se však jedinec s případnými problémy ihned v první fázi, předejde problémům ve fázi druhé, kdy je potápění v plném proudu. Čím více se může stres rozvinout, tím složitější situaci způsobí a tím větší je pravděpodobnost, že jeho důsledkem bude panika a úraz (Freeman, 2002).

Kubička (2009) rozděluje projevy stresu u potápěčů z různých hledisek do několika bodů:

- 1) Před ponorem

Externí projevy:

- slabá komunikace,
- přílišná hlučnost a přitahování pozornosti,
- snaha o extrémní kontrolu,
- snaha zakrýt skutečnost,
- popudlivost a prudké reakce.

Interní projevy:

- žaludeční křeče či svírání žaludku,
- vnitřní napětí,
- zvláštní neidentifikovatelný vnitřní pocit.

2) Během ponoru

- vnitřní stav potápěče je možné spatřit v jeho očích - projevuje se to jako neurčitý pohled pro sebe (např. skleněný nebo upřený pohled do dálky), slabá fixace zorniček na předměty a dění kolem sebe,
- nekoordinované pohyby či prudké pohyby,
- popudlivost a prudké reakce,
- slabá komunikace a zpětná vazba.

3) Po ponoru

- hrdinské či naopak dehonestující projevy,
- s postupujícím časovým odstupem od ponoru snižování významu chyb,
- pozitivní důsledky se snahou o prodiskutování situace vedoucí k poučení.

7.3. Překonávání stresu

7.3.1. Příprava na řešení stresových situací

Potápěč se může jistým způsobem na krizové situace související s potápěním připravit. Měl by být schopen si vytvořit potřebnou míru odolnosti, a pokud si osvojí speciální techniky pro překonávání stresu, může předejít i dekompresní nemoci, vzduchové embolii či jiným nebezpečím potápění (F. Piškula, M. Piškula, J. Štětina, 1985).

Určitá obezřetnost pod vodní hladinou je velmi důležitá. Je-li vystaven potápěč

typu stresu a intenzitě působení, jenž očekával, nepodléhá mu tak, jako když je neočekávanou situací překvapen. Proto je důležité, aby se potápeč seznámil s tím, co ho může pod vodou potkat. Pečlivá teoretická příprava, ve spojení s praktickým výcvikem a nácvikem překonávání havarijních situací, omezí vznik neočekávané situace pod vodou. Jednou z možností boje proti stresu je, při nemožnosti si situaci nacvičit ani se s ní seznámit v praxi, si takovou situaci a způsob jejího řešení v duchu probrat. Reakce potápeče je potom daleko pohotovější, jestliže taková situace opravdu nastane (Dobeš, 2005).

Další významnou formou prevence neočekávaných situací je plánování sestupu, které pomůže předejít nedorozumění s partnerem, zapomenutí některé součásti výstroje nebo problémům způsobeným podmínkami v místě ponoru. Plánování by mělo zahrnovat shromáždění informací o místě sestupu a situaci pod vodou, stanovení cílů, vytvoření plánu, včetně alternativ pro různé nebezpečné situace, stanovení nejvhodnější doby pro ponor, zvážení osobních schopností a předpokladů jednotlivých potápečů pro daný sestup, vhodnost výstroje a postup při přípravě na sestup (Richardson et al., 1999).

Jednou z metod prevence chyb v potápečských návycích a dovednostech, zapříčiněných zúžením reakcí pod vlivem stresu, je automatizace návyků a její udržování. Podle F. Piškuly, M. Piškuly a J. Štětiny (1985, s. 299) je rozdíl mezi naučením určité dovednosti a její automatizací v tom „že ji potápeč nejen dokáže správně provést, ale že ji navíc dokáže provést v každé situaci (bez masky, v nulové viditelnosti atd.) a pak si ji ještě důkladně procvičí“. Automatizace návyků navíc uleví myšlení potápeče. Je ji ovšem nutné uchovávat pravidelným procvičováním (Dobeš, 2005).

Při řešení stresových situací se uplatňuje bezchybná znalost používané výstroje i znalost výstroje partnera. Potápeč by se měl seznámit se všemi součástmi výstroje nejprve na suchu, pak v nenáročných podmínkách a až později ji použít při obtížném sestupu (F. Piškula, M. Piškula, J. Štětina, 1985).

Při potápění je velmi důležitý správný způsob dýchání, udržování tepové a dechové frekvence. Tímto způsobem je možné předejít stresu nebo dokonce panice, které mohou vzejít z úzkosti a s ní spojeného nerovného modelu dýchání. Vlivem stresu dochází ke zrychlení krevního oběhu i dýchání, které se stává povrchnějším. Rozlišovací schopnosti jsou omezené, vědomí zakalené. Ve stresové situaci má potápeč dojem nedostatku vzduchu, který se vlivem napětí dále stupňuje a opět působí na dýchání. Dochází ke vzniku bludného kruhu, jenž pořád narůstá (Schnick, A., Schnick, P., 2007).

7.3.2. Myšlení pod vlivem stresu

Aby byl potápěč schopen zvládnout stresovou situaci, nestačí mu předvídat, znát dokonale výstroj, mít zautomatizované návyky a ovládat fyziologické pochody. Musí v takové situaci i jasně a správně myslet. K tomu mu mohou pomoci následující mentální techniky.

Pozorování a analýza

Potápěč v nesnázi by se měl nejprve zastavit, uklidnit se, myslet a pak reagovat. Při rozboru situace by měl začít od zdroje vzduchu, který je pro zachování základních životních funkcí ve vodním prostředí nejvýznamnější. Dostatek vzduchu zajistí více času k řešení dalších potíží. Nevhodná je reakce okamžitá a impulzivní. Vědomá reakce, založená na předchozím rozpoznání problému a na jeho analýze, je naopak na místě (F. Piškula, M. Piškula, J. Štětina, 1985).

Ukázněné myšlení a soustředění

V kritické situaci je u potápěče důležitá schopnost sebeovládání, kterou je možné zčásti získat nácvikem. V situaci ohrožení by se měl jedinec soustředit výhradně na řešení problému a na okolnosti, které jsou důležité a opomenout jiné, způsobené víceméně citovou stránkou věci (Dobeš, 2005).

Překonávání strachu

Rahimi (1998) uvádí dva způsoby, jak je možné zacházet se strachem během potápění. Jedním z nich je popření či odvrácení strachu. I když má člověk pocit, že se strachu zbavil, projeví se přesto na tělesné úrovni stažením svalů a celkovým napětím. Druhou možností je ztotožnění se se svým strachem. Na člověku potom záleží, zda situaci zvládne či ne. Tyto dva způsoby se sice často objevují, ale nejsou příliš žádoucí. Nejvhodnější je vyhledat zdroj strachu a rozumným jednáním ho zmírnit.

8. Metodologický rámec práce

8.1. Problém a cíl práce

V teoretické části práce jsme podali přehled vybraných poznatků z oblasti policejní profese, policejního potápěče, potápění, stresu, osobnosti a emocionality. Je tedy naprosto zřejmé, že na policejního potápěče jsou kladeny abnormální nároky. Policejní potápěč by měl tedy disponovat jistými fyzickými i psychickými předpoklady.

Každá profese, v kontextu se svými specifickými podmínkami, přináší jistý druh zátěže. Je rovněž důležité si uvědomit, že míru zátěže vnímá každý jedinec odlišně. Svou roli hrají různé osobnostní charakteristiky, odolnost vůči stresu, celkové ladění osobnosti či kvalita psychického stavu jedince. Na vnímání stresu u policejních potápěčů může mít vliv i věk či délka odsloužených let. Míček (2009) uvádí na základě výzkumu provedeného u 44 policejních potápěčů častější působení stresorů u začínajících policejních potápěčů, než u déle sloužících policejních potápěčů. Jeho výzkum je však zaměřen pouze na působení stresorů pod vodní hladinou. Jinak tomu může být při vnímání stresu v rámci ryze policejní činnosti. Cílem této práce je tedy zamyšlení se nad problematikou stresu u příslušníků policie ČR, resp. policejních potápěčů.

Jelikož psychika policejních potápěčů a charakteristika jejich osobnosti nebyla doposud předmětem žádného cíleného psychologického výzkumu, jsou možnosti porovnání výsledků naší práce s jakýmkoli jinými poznatky značně ztíženy.

Hlavním cílem našeho výzkumu je tedy zjistit pomocí vlastního dotazníku a dotazníku IPSS, u námi testovaného souboru policejních potápěčů, **jak oni sami vnímají stres v pracovním prostředí a co považují za největší stresory.**

Dílčí cíle:

- stanovit profil souboru z hlediska faktorů extravertze, neuroticismu, psychoticismu pomocí osobnostního dotazníku DOPEN,
- pomocí dotazníku SUPOS -7 zmapovat rysy psychického stavu námi zkoumaného souboru a oba tyto profily srovnat s běžnou populací, za kterou považujeme standardizační údaje uvedené v manuálech DOPEN (Ruisel, Mullner, 1990) a SUPOS-7-PC (Mikšík, 1993),

- dále nás zajímaly koreláty získaných demografických proměnných (tj. věk a seniorita), vybraných charakteristik z dotazníků DOPEN, SUPOS 7 a dotazníků IPSS a Stres při potápění.

8.2. Hypotézy

- **H1:** Předpokládáme, že s celkovou mírou stresu při potápění bude statisticky významně souviset celková míra stresu při policejní činnosti.
- **H2:** Předpokládáme, že s celkovou mírou stresu při potápění bude statisticky významně souviset snížená kvalita celkového psychického stavu.
- **H3:** Předpokládáme, že s celkovou mírou stresu při policejní činnosti bude statisticky významně souviset snížená kvalita celkového psychického stavu.
- **H4:** S délkou odsloužených let bude statisticky významně stoupat celková míra stresu při policejní činnosti.
- **H5:** S délkou odsloužených let bude statisticky významně klesat celková míra stresu při potápění.
- **H6:** Neuroticismus bude statisticky významně souviset s celkovou mírou stresu (při potápění i při policejní činnosti).

8.3. Užití výzkumné metody

8.3.1. Vlastní dotazník - Dotazník Stres při potápění

Pro zjištění údajů, formulovaných v cílech výzkumu, bylo nezbytné rozšířit testovou baterii o vlastní dotazník. Vlastnímu sestavení dotazníku předcházela pilotní studie, na jejímž základě byly formulovány jednotlivé položky v dotazníku. Takto vytvořený dotazník je zaměřen na zjištění významných zdrojů stresu při výkonu potápěčské činnosti. Dotazník Stres při potápění obsahuje 17 tvrzení popisujících činnosti a podmínky spjaté s potápěním a s prací policejního potápěče.

Ke každému výroku je uvedena škála pěti možných odpovědí. Nízká míra stresu je na škále označena číslem jedna, vysoká míra stresu číslem pět, průměrně stresující činnosti a podmínky jsou označeny číslem tři.

8.3.2. IPSS

Inventář pracovního stresu Spielberger, který byl modifikován pro povolání policisty, jsme použili ke sledování pracovního stresu u námi vybraného vzorku (Z. Vtípil, KP FF UP Olomouc, 2002). Autorem původní verze je Spielberger, C.D., University of South Florida. Autoři české verze: H. Knotková, F. Man, Praha 2000.

Záměrem tohoto přehledu bylo zjistit percepce významných zdrojů stresu při práci příslušníků policie. Dotazník zahrnuje 25 tvrzení popisujících činnosti a podmínky spjaté s prací policisty. Ke každému výroku je uvedena škála devíti možných odpovědí. Nízká míra stresu je na škále označena číslem jedna, vysoká míra stresu číslem devět, průměrně stresující činnosti a podmínky jsou označeny číslem pět. Celkový obsah dotazníku je možné rozdělit na dvě části. Jedna z nich je zaměřena na obsah práce a označujeme ji v této práci zkratkou SOP (položky č. 1,2,4,5,8,10,14,15,20,22), druhá část souvisí s kontextem práce – SKP (položky č. 3,6,7,9,11,12,13,16,17,18,19,21,23,24,25).

Na konci dotazníku respondent zaznamenává následující statusová data: pohlaví, věk, pracovní zařazení, délku praxe u policie (senioritu) a vzdělání (viz příloha č. 2).

8.3.3. DOPEN

Dotazník DOPEN je původní slovenskou metodou zkonstruovanou Ruiselem a Müllnerem. Vydán byl poprvé v roce 1982 v Psychodiagnostických a didaktických testech. V současnosti se nejčastěji používá v oblasti forenzní psychologie, klinické psychologie a všude tam, kde psycholog přichází do kontaktu s delikventní nebo k delikvenci tendující populací (Svoboda, 1999).

Autoři dotazníku DOPEN si dali za cíl vytvořit takovou metodu, která by byla teoreticky i koncepčně shodná s nejnovějšími variantami dotazníků MPI, EPI, PEN a EPQ (Ruisel a Müllner, 1990).

Dotazník je tvořen (viz příloha č. 4) 86 položkami, které náleží čtyřem následujícím škálám:

- škála P- psychotismus (20 položek);
- škála E- extraverze (26 položek);
- škála N- neuroticismus (26 položek);
- škála L- tzv. lži - skór (14 položek).

Podle samotných autorů jsou z psychometrického hlediska nejvíc propracované škály N a E a škála L má faktoriální hodnotu v tom, že položky sytí jen její skóre.

Administrace dotazníku je jednoduchá, zkoumaná osoba dostane jeden testovací sešit s otázkami týkajícími se lidského jednání a jeden záznamový arch, do kterého zakroužkuje odpověď „ano” anebo „ne”. Test je potom administrátorem vyhodnocován pomocí šablon, které jsou vypracovány pro každou stupnici a jednotlivé výsledky jsou porovnávány se skóry, které jsou uváděny v normalizačních tabulkách (Ruisel a Müllner, 1990).

Extraverze, neuroticismus, psychotismus

Typický extrovert je dle Eysencka sociabilní, preferuje společnost, vyžaduje přítomnost lidí, vyhledává změnu a riziko, jedná na základě momentálních podnětů a všeobecně ho můžeme charakterizovat jako impulzivního člověka. Převažují u něj zájmy praktického charakteru, je bezprostřední, lehkomyšlný a optimistický. Mohou se u něj projevit tendence k agresivitě a lehce ztrácí trpělivost. Svě city není schopen dostatečně kontrolovat, a tudíž bývá nespolehlivý (Ruisel a Müllner, 1990).

Typický introvert je tichý, nenápadný, rezervovaný, nevyhledává společnost lidí a intimních přátel má málo. Takovýto jedinec raději věci dopředu plánuje, neovládají jej momentální impulsy, bývá trpělivý a neprojevuje se agresivně. Obvykle je spolehlivý, spíše pesimistický, připisuje velký význam etickým standardům.

Jedinec s vysokým neurotismem mívá sklon k úzkosti, starostem, náladovosti a depresím. Trpí nespavostí a různými psychosomatickými problémy. Reaguje přehnaně emotivně, iracionálně, někdy až rigidním způsobem. Opakem je osoba stabilní, klidná, vyrovnaná a dobře se kontrolující.

Psychotismus podle Eysencka znamená latentní vlastnost. Tuto dimenzi popisuje následovně: samotářský, krutý, nelidský, citově plochý, milující neobvyklé, výstřední věci, silně vzrušivý, lhostejný k lidem, ignorující nebezpečí, agresivní atd. (Ruisel a Müllner, 1990).

8.3.4. SUPOS - 7- PC

Autorem dotazníku SUPOS 7 je O. Mikšík and Heuréka progress s.r.o., poprvé vydáno v Praze 1993. Vytvořen byl na základě faktorové a multivariační analýzy široce ověřovaných škál adjektiv postihujících jednotlivé konkrétní symptomy psychických prožitků, pocitů a stavů subjektu.

Vybraná adjektiva umožňují ve svém komplexu postihovat psychický stav podle proporcionálního zastoupení následujících komponent v jeho celkové, integrované struktuře (Mikšík, 1993, s. 106) :

- P – „psychická pohoda“ (pocit spokojenosti, příjemného naladění s prožitky euforie a sebedůvěry). Hodnotí se zde míra pocitu svěžesti, spokojenosti, psychické vyrovnanosti, resp. optimismu a dobrého vyladění.
- A – „aktivnost, činorodost“ (pocity síly a energie spojené s prahnutím po akci). Jedná se o zvýrazněnou pohotovost k aktivní interakci s dynamikou situačních proměnných, formulovatelnou takovými kvalitami psychických jevů, jako je touha po činnosti a průbojnost.
- O – „impulzivita, odreagování se“ (nekontrolované, samovolné uvolňování energetického a psychického napětí). Je definovatelná náladovostí, vznětlivostí,

mrzutostí, a nekorigovanou agresivitou.

- N – „psychický nepokoj, rozlada“ (psychická tenze projevující se psychickým a motorickým neklidem, mrzutostí, netrpělivostí a roztěkaností, kdy člověk není schopen nalézt ventily pro její uvolnění).
- D – „psychická deprese, pocity vyčerpání“ (jde o komplex pocitů a stavů, jejichž nejvýznačnějším znakem je tendence k pasivitě spolu s nulovou tenzí). V prožitcích i navenek se projevuje pesimismem, otráveností, zmožeností a apatií.
- U – „úzkostné očekávání, obavy“ (pocity nejistoty, prožitky psychické tenze, úzkostná nálada). Jde o astenické prožívání psychického napětí při nejistém vývoji situace, jemuž chybí pohotovost k interakci v určitém směru.
- S – „sklíčenost“ (pasivní prožívání negativních důsledků prodělané psychické zátěže, působení situačních proměnných). Jde o prožitky, které lze vyjádřit adjektivy smutný, osamělý, přecitlivělý, nešťastný.

Uvedené komponenty se vyskytují u každého jedince v jeho běžných životních podmínkách a situacích, v charakteristických vzájemných relacích. Dynamické změny v exponovaných životních podmínkách a situacích se promítají do proporcionálních přesunů mezi komponentami, u každé z nich od proporce 0,00 (v dané struktuře psychického stavu zcela chybí) až po proporcii 1,00 (ovládla celou strukturu psychického stavu)(Mikšík, 1993).

Administrace

Dotazník (viz příloha č. 3) lze administrovat individuálně i skupinově. Instrukce uvedené v záhlaví záznamového archu jsou natolik jasné, že nevyžadují zvláštní vysvětlování. Zkoumaný jedinec uvádí své pocity a stavy za přesně vymezené období. Může se jednat o jasně vymezený krátký časový úsek (posledních 24 hod., pracovní směna, před zkouškou apod.), přesně vymezené období (uplynulý týden, doba nějakého pobytu apod.) či jak bylo uvedeno v našem výzkumu – běžné prožívání pocitů a psychických stavů.

Metodika umožňuje i registraci situačních proměnných, klíčových problémů v interakcích a ve vztazích, záznam psychosomatických obtíží a vegetativních projevů stresu. Indexy pocitů a stavů jsou v záznamových arších sestaveny do 2 x 2 sloupců. U posuzovacích škál tohoto dotazníku sytí každou komponentu vždy jedna položka

z každého sloupce, a to v tom pořadí, v jakém jsou komponenty uvedeny v předtisku pro záznam hrubých skóre. Celkové hrubé skóre pro každou komponentu získáme prostým součtem zatržených hodnot (Mikšík, 1993).

Závěrečná část dotazníku SUPOS-7 je zaměřena na subjektivní potíže (bolesti hlavy, žaludeční potíže, nechutenství, potivost, poruchy spánku, nutkání na wc, tělesná únava a kouření), které respondenti aktuálně prožívají. Odpovědi týkající se četnosti a síly pocitů je možné vybrat na čtyřstupňové škále:

0 = vůbec ne

1 = zřídka (mírně)

2 = často (silně)

3 = soustavně (velmi silně).

8.4. Statistické metody analýzy dat

Ve výzkumu jsme se zaměřili na úroveň vztahů mezi vybranými proměnnými. V případě našich měření jsou všechny proměnné metrické, z tohoto důvodu jsme si zvolili pro určení korelace Pearsonův korelační koeficient.

Korelační koeficient se značí r a nabývá hodnot v intervalu $(-1, +1)$. Je-li $r = -1$, pak mezi oběma proměnnými je výrazně protikladný vztah – negativní korelace. Je-li $r = +1$, pak mezi proměnnými existuje pozitivní lineární souvislost. Pokud obě proměnné nejsou v žádné souvislosti a jsou rozptýlené nezávisle na sobě, pak korelační koeficient $r=0$. Z velikosti se r se dá zjistit těsnost zkoumaného vztahu (Reiterová, 2003).

V souvislosti se signifikantností korelace byla použita tabulka kritických hodnot korelačního koeficientu u vybraných hladin významnosti (viz tabulka č. 1). Hladina významnosti se pro četnost 48 policejních potápěčů ve zkoumaném souboru v tabulce neuvádí, proto budeme za tuto považovat hodnotu 0,273 na 5% hladině významnosti, což odpovídá četnosti 50 probandů.

Tabulka č. 2: Signifikantnost korelace

N/počet	5% hladina významnosti	1% hladina významnosti
48/muži	0,273	0,354

Pro odvozování dalších důležitých vztahů byly použity výpočty absolutních a relativních četností (Reiterová, 2003).

- AČ – absolutní četnost udává počet prvků se stejnou obměnou statistického znaku nebo s hodnotami spadajícími do určité třídy nebo intervalu. Součtem absolutních četností dostaneme absolutní četnost.
- RČ – relativní četnost udává poměr absolutní četnosti a rozsahu souboru.

Pro popis rozložení naměřených údajů středních hodnot v základním souboru jsme použili výpočet aritmetického průměru.

Statistické výpočty jsme prováděli pomocí výpočetní techniky v programu Microsoft Excel 2007.

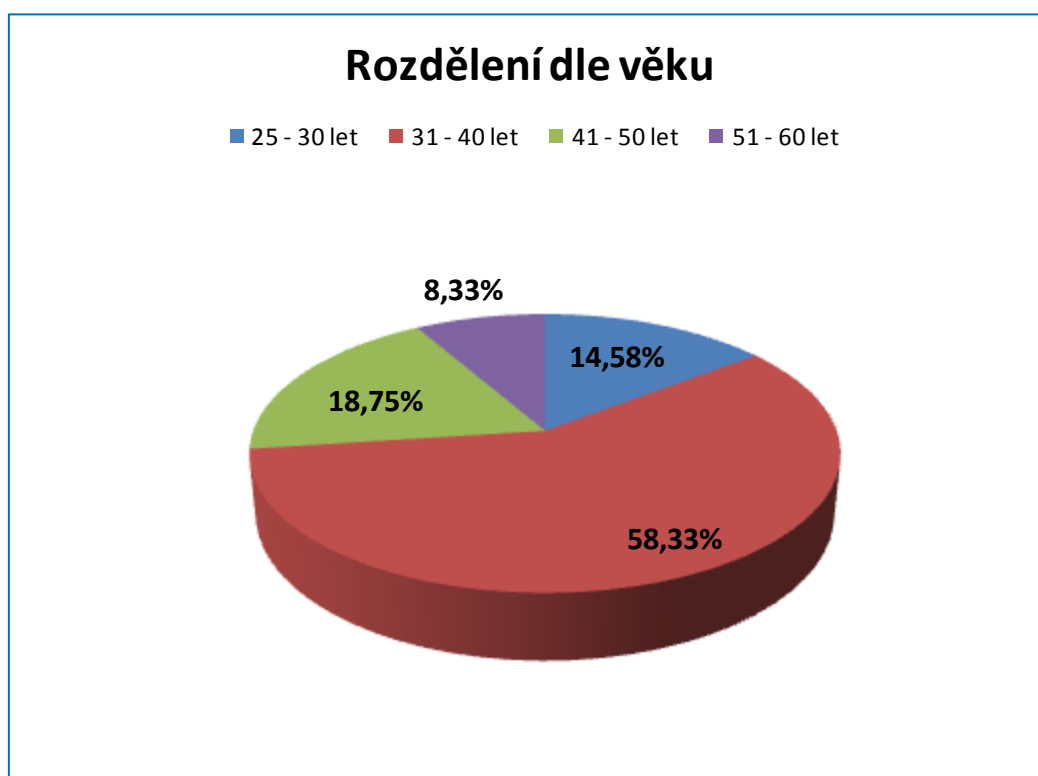
8.5. Zkoumaný soubor

Soubor dotazovaných osob, od kterých jsme získali potřebné informace pro náš výzkum, byl složen z policejních potápěčů a policejních instruktorů potápěčské činnosti z různých částí celé České republiky, z krajských správ Policie ČR a útvarů Policie ČR s celorepublikovou působností. V České republice nyní působí 92 policejních potápěčů.

Zkoumaný soubor tvořilo 48 mužů (52% z celkové populace policejních potápěčů v ČR). Věkové rozmezí souboru je od 25 do 60 let. Přičemž průměrná hodnota věku souboru je 37,9 let. Jedná se o policisty, jejichž délka praxe v podmínkách policie se pohybuje od 2 do 38 let. Průměrná délka služebního poměru je 16,2 let.

Výše popsané charakteristiky zkoumaného souboru jsou zobrazeny v následujících tabulkách a grafech.

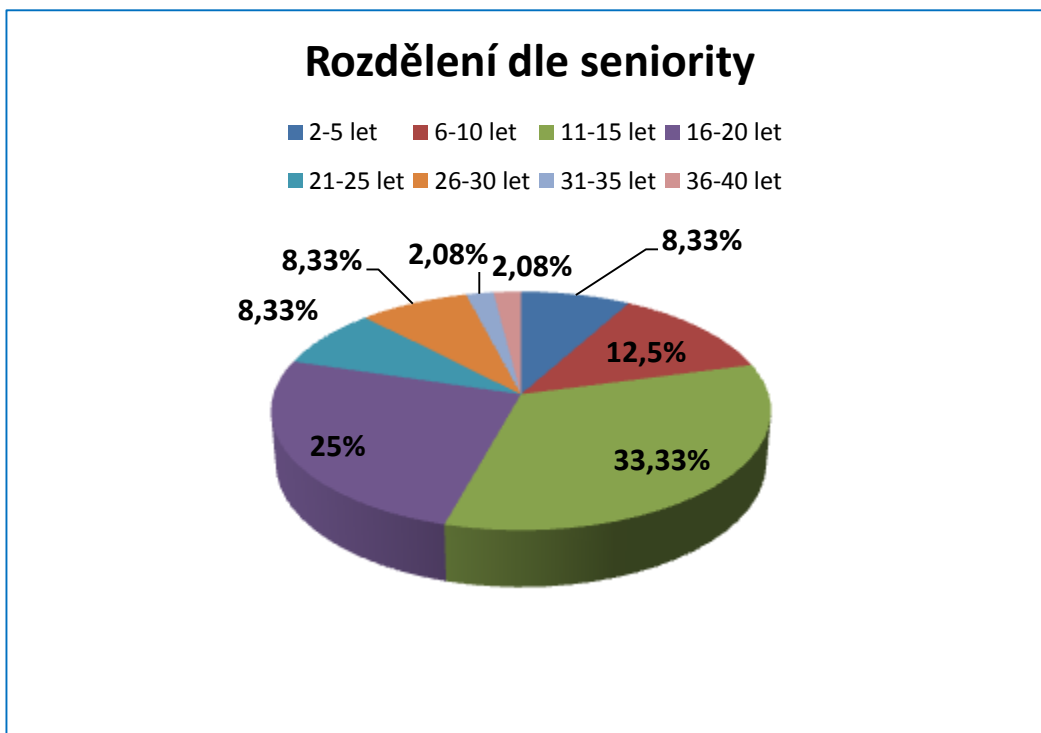
Graf č. 1: Rozdělení souboru dle věku



Tabulka č. 3 : Věková struktura souboru

Věkové rozpětí	Absolutní četnost	Relativní četnost
25 – 30 let	7	14,58%
31 – 40 let	28	58,33%
41 – 50 let	9	18,75%
51 – 60 let	4	8,33%

Graf č. 2 : Struktura souboru dle seniority

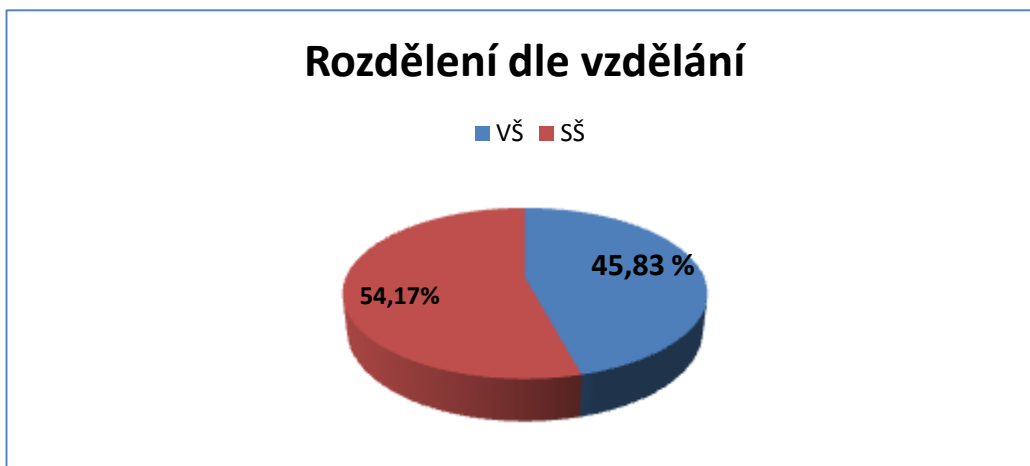


Tabulka č. 4: Struktura souboru dle seniority

Délka služby	Absolutní četnost	Relativní četnost
2 – 5 let	4	8,33%
6 – 10 let	6	12,5%
11 – 15 let	16	33,33%
16 – 20 let	12	25%
21 – 25 let	4	8,33%
26 – 30 let	4	8,33%
31 – 35 let	1	2,08%
36 – 40 let	1	2,08%

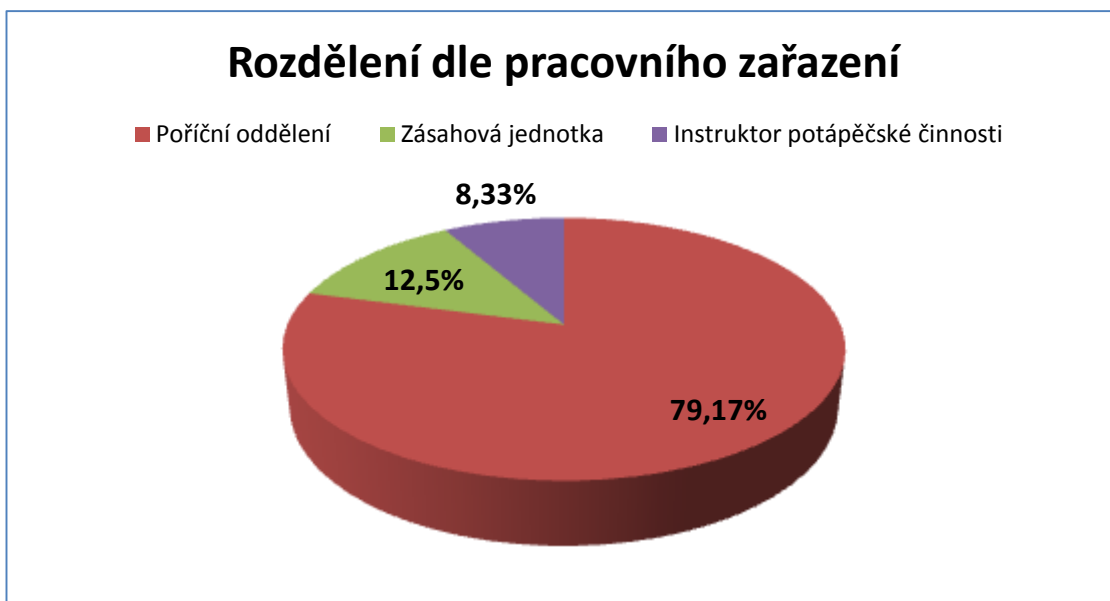
Z celkového počtu respondentů uvedlo 26 středoškolské vzdělání a zbývajících 22 vysokoškolské vzdělání. Rozdělení dle procent můžeme vidět na grafu:

Graf č. 3: Rozdělení souboru dle vzdělání



Pokud charakterizujeme zkoumaný soubor podle pracovního zařazení u policie, tak 38 respondentů působí u poříčních oddělení, 6 u zásahových jednotek a 4 jako policejní instruktoři potápěčské činnosti. Rozdělení dle procent můžete vidět na grafu:

Graf č. 4: Rozdělení souboru dle pracovního zařazení



8.6. Organizace a průběh výzkumu

Sběr dat byl proveden v průběhu měsíců listopadu a prosince 2009. Realizován byl v rámci konání instrukčně metodického zaměstnání (dále jen IMZ) pro policejní potápěče a instruktory policejního potápění, dále na Odboru speciálních potápěčských činností a výcviku. IMZ se konal v měsíci prosinci 2009 v prostorách hotelu Solenice - Zařízení služeb pro Ministerstvo vnitra.

V rámci zahájení sběru dat bylo všem zúčastněným respondentům vysvětleno, jakého výzkumu se účastní, byly podány instrukce k vyplňování dotazníků a současně, v souladu s etickými psychologickými principy, jim byla zaručena anonymita. Respondenti byli také poučeni, že neexistuje správná nebo špatná odpověď, ale že odpovědi závisí na jejich prožívání a momentální situaci. Časový limit na vyplnění dotazníků nebyl stanoven. Vlastní vyplnění dotazníku trvalo cca 60 minut. Samotná práce respondentů byla bezproblémová.

Z celkového počtu 60 rozdaných dotazníků se nám jich vrátilo 55, přičemž 7 bylo vyřazeno z důvodu nevyplnění všech údajů. Do statistického testování bylo tedy nakonec zahrnuto 48 správně a kompletně vyplněných dotazníků, což představuje 80% návratnosti. Takto vysoké procento návratnosti můžeme označit za výrazně pozitivní jev. V průběhu získávání relevantních dat jsme se setkali s ochotou spolupracovat a nezaznamenali jsme žádné komplikace.

8.7. Symbolika výsledkové části

Pro přehlednost a lepší orientaci zařazujeme podkapitolu, ve které souhrnně popíšeme množství zkratk použitých ve výsledkové části.

- Věk – věk daného respondenta
- Sen – seniorita – délka služby
- Vzd – vzdělání
- Zař – profesní zařazení
- CMSP – celková míra stresu při potápění (Dotazník stres při potápění)
- IPSS – celková míra stresu při policejní činnosti (Inventář pracovního stresu)

Spielberger - modifikace pro povolání policisty)

- SOP – stres související s obsahem práce (část IPSS)
- SKP – stres související s kontextem práce (část IPSS)
- SUPOS – Subjektivní posuzovací škála
- N – psychický nepokoj, rozlada
- U – úzkostné očekávání
- D – psychická deprese, pocity vyčerpání
- S – sklíčenost
- P – psychická pohoda
- A - aktivnost, činorodost
- O - impulzivita, odreagování se
- NEU – subjektivní potíže (dotazník SUPOS – 7)
- Suma SUPOS – Celková kvalita psychického stavu (komfortní komponenty převedeny na dyskomfortní pro suma SUPOS)
- DOPEN – osobnostní dotazník
- P – škála psychoticismus
- E – škála extraverze
- N – škála neuroticismus
- L – tzv. lži – skór
- r – Pearsonův korelační koeficient
- Σ - Suma – Součet všech hodnot

Jednotlivé ukázky dotazníků i zpracovaných výsledků v tabulkách můžete nalézt mezi přílohami této práce.

9. Výsledky práce

9.1. Profil souboru z hlediska Dotazníku Stres při potápění

Dotazník Stres při potápění byl použit pro zjištění míry stresu související s přímým výkonem potápěčské činnosti. Respondenti zaznamenávali na pětistupňové škále míru stresu u 17 položek. Průměrně stresující činnosti a podmínky označovali číslem 3.

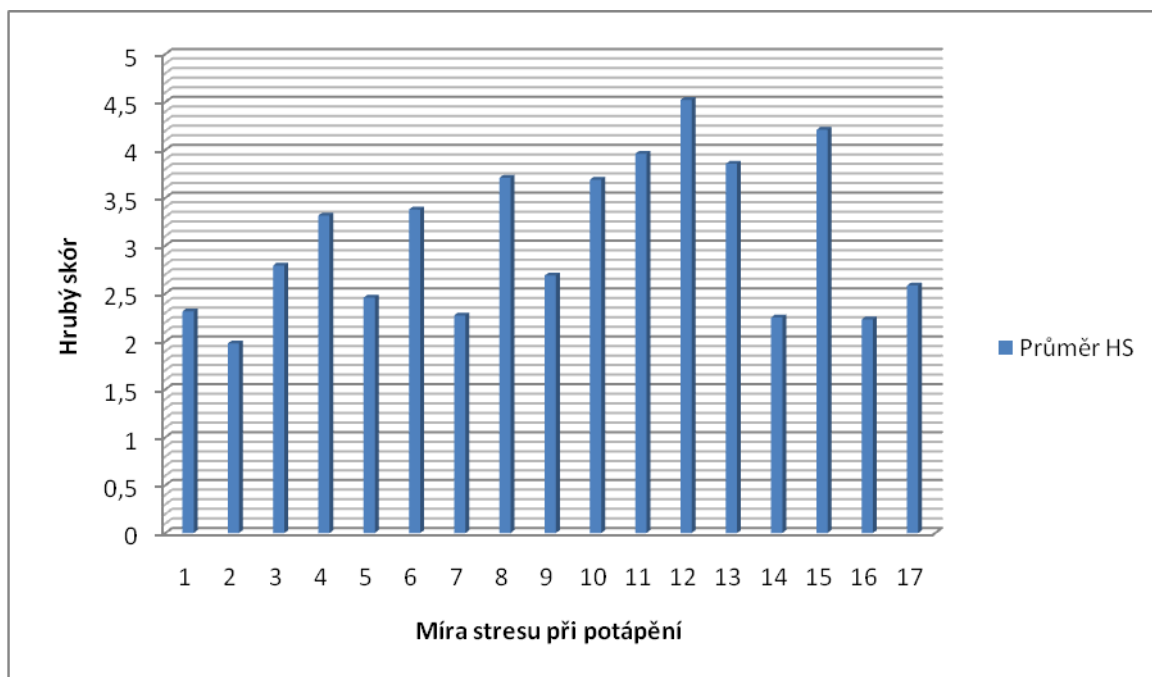
Získané výsledky odpovědí jsou popsány za pomoci aritmetického průměru v následující tabulce:

Tabulka č. 5: Stres při potápění

	Stresující moment	Míra stresu (aritmetický průměr HS)
1	Oznámení (zadání) úkolu	2,313
2	Cesta na místo plnění úkolu	1,979
3	Pocit nebezpečí z neznámého prostředí	2,792
4	Špatná až nulová viditelnost pod vodní hladinou	3,313
5	Obava z hyperbarického prostředí (tlak vody)	2,458
6	Obava z řešení krizové situace (např. ztráta vzduchu)	3,375
7	Obava z neúspěchu (nesplnění zadaného úkolu)	2,271
8	Obava z uzavřeného prostoru (potápění pod ledem, jeskyně apod.)	3,708
9	Obava ze studené vody a prochladnutí	2,688
10	Obava z uváznutí pod vodní hladinou	3,688
11	Pátrání po utonulé osobě	3,958
12	Pátrání po utonulém dítěti	4,521
13	Pátrání v kontaminované vodě	3,854
14	Pátrání po věcech pocházejících z trestné činnosti	2,25
15	Pátrání po osobě (lidských ostatcích) ve značném stádiu rozkladu	4,208
16	Časová tíseň	2,229
17	Obava ze ztráty výstroje (maska, ploutve)	2,583

Nyní se podíváme na grafické znázornění výsledkových průměrů jednotlivých položek:

Graf č. 5: Průměr HS



Pomocí dotazníku Stres při potápění jsme zjistili, které situace nejvíce stresují potápěče při výkonu potápěčské činnosti. Největší míru stresu policejní potápěči vnímají při pátrání po utonulém dítěti. Hned 52% policejních potápěčů označilo tuto činnost za vysoce stresující (hodnotou 5). Za nejvíce stresující činnosti byly policejními potápěči dále označeny položky pátrání po osobě (lidských ostatcích) ve značném stádiu rozkladu, pátrání po utonulé osobě a pátrání v kontaminované vodě.

Cestu na místo plnění úkolu, časovou tíseň a pátrání po věcech pocházejících z trestní činnosti považují potápěči za nejméně stresující z uvedených položek. Zbylé položky se pohybují v oblasti střední míry stresu.

9.2. Profil souboru z hlediska IPSS

V rámci dotazníku – Inventář pracovního stresu, který obsahuje 25 otázek, měli respondenti na základě vlastních zkušeností označit zdroje stresu, které vnímají během své služby u PČR za významné. Průměrně stresující činnosti a podmínky označovali respondenti číslem 5. Celkový rozsah škály byl 1 – 9.

K celkovému porovnání odpovědí v jednotlivých položkách dotazníku jsme použili vyjádření v procentech. Získané výsledky odpovědí jsou popsány v následujících tabulkách č. 6 a 7.

Tabulka č. 6: Míra stresu

Otázka číslo	Znění otázky	MÍRA STRESU					
		Nízká (%)		Střední (%)		Vysoká (%)	
		AČ	RČ (%)	AČ	RČ (%)	AČ	RČ (%)
1	Přidělení nepříjemných povinností	14	29,167	29	60,417	5	10,417
2	Nedostačující materiálně-technické zabezpečení výkonu služby	12	25	30	62,5	6	12,5
3	Neodpovídající služební příjem	11	22,917	28	58,333	9	18,75
4	Nedokonalá organizace výkonu služby	9	18,75	27	56,25	12	25
5	Nadměrná administrativa policistů	13	27,083	17	35,417	18	37,5
6	Nevhodné chování občanů k policistům	19	39,583	22	45,833	7	14,583
7	Nepříznivé pracovní prostředí (hluk, změny teploty, klimatických podmínek atd.)	29	60,417	17	35,417	2	4,167
8	Snížené možnosti funkčního postupu	17	35,417	25	52,083	6	12,5
9	Neodpovídající způsob jednání ze strany nadřízených	12	25	23	47,917	13	27,083
10	Nedostatečné pravomoci policistů	16	33,333	25	52,083	6	14,583
11	Neuznávání role policie veřejností	17	35,417	25	52,083	7	12,5
12	Narušené mezilidské vztahy mezi policisty	17	35,417	24	50	7	14,583
13	Odborné chybování nadřízených	12	25	21	43,75	15	31,25
14	Přetíženost ve službě	11	22,917	27	54,167	11	22,917

15	Nedokonalá legislativa ve výkonu služby	14	29,167	30	62,5	4	8,333
16	Neobjektivní posuzování vykonané práce	8	16,667	29	60,417	11	22,917
17	Nedostačující počet policistů ve službě pro odpovídající zvládnutí úkolů	12	25	27	56,25	9	18,722
18	Konflikty s občany	22	45,833	22	45,833	4	8,333
19	Nedostatek času na děláni důležitých rozhodnutí	16	33,333	24	50	8	16,667
20	Nesprávně orientovaný výcvik a vzdělávání policistů	13	27,083	25	52,083	10	20,833
21	Nedostatečné sociální a existenční jistoty povolání	10	20,833	20	41,667	18	37,5
22	Nedostatečná oprávnění policie v přípravném trestním řízení	21	43,75	22	45,833	5	10,417
23	Nezájem nadřízených podílet se na řešení problému	15	31,25	20	41,667	13	27,083
24	Pocit ohrožení zdraví či života ve výkonu služby	15	31,25	26	54,167	7	14,583
25	Vyšetřování události s devastujícími či tragickými důsledky	19	39,583	18	37,5	11	22,917
	Celkem	14,96	31,167%	24,12	50,167%	8,96	18,667%

Výsledky odpovědí pokryly celou 9 - ti stupňovou škálu. Na základě toho můžeme tedy považovat celkový rozsah škály za dostačující.

Na základě výsledků odpovědí můžeme konstatovat, že nejvíce tvrzení popisujících činnosti a podmínky spjaté s profesí policisty, se pohybuje v průměrných hodnotách neboli ve střední míře stresu. Za vysoce stresující byly z pohledu policejních potápěčů označeny následující položky: nadměrná administrativa policistů, nedostatečné sociální a existenční jistoty povolání (shodně 37,5%) a odborné chybování nadřízených (31,25%). Za nejméně psychicky zatěžující faktory respondenti považují nepříznivé pracovní prostředí (60,417%), konflikty s občany (45,833%) a nedostatečná oprávnění policie v přípravném trestním řízení (43,75%).

V tomto přehledu se také ukázalo, že pro policejní potápěče jsou nepatrně více stresující činnosti a podmínky související s kontextem práce (19,44%).

Tabulka č. 7: Rozdělení IPPS (obsah vs. kontext práce)

			Vysoká míra stresu		
Otázka číslo	SOP (%)	SKP (%)	Otázka číslo	SOP (%)	SKP (%)
1	10,417		14	22,917	
2	12,5		15	8,333	
3		18,75	16		22,917
4	25		17		18,75
5	37,5		18		8,333
6		14,583	19		16,667
7		4,167	20	20,833	
8	12,5		21		37,5
9		27,083	22	10,417	
10	14,583		23		27,083
11		12,5	24		14,583
12		14,583	25		22,917
13		31,25	Průměr	17,5%	19,44%

9.3. Profil souboru z hlediska DOPEN

Testová metoda DOPEN byla použita pro zjištění existence faktorů psychoticismu, extra - introverze a neuroticismu ve sledovaném souboru respondentů – policejních potápěčů.

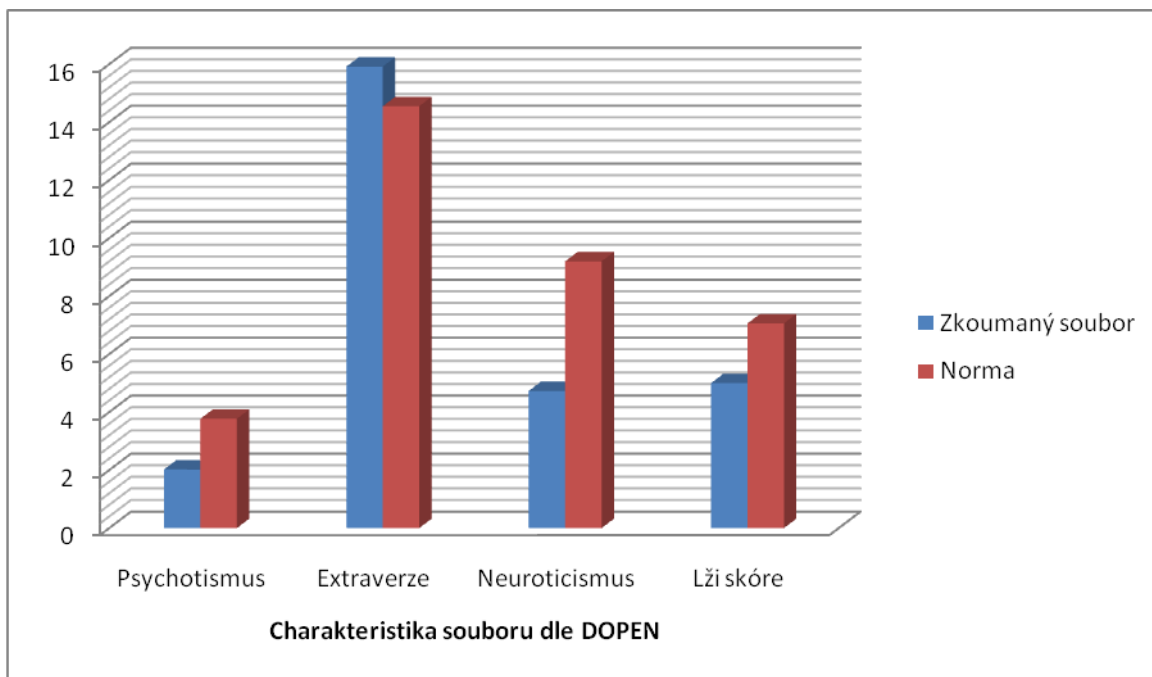
V této výsledkové části se podíváme na výsledný profil souboru dle dotazníku DOPEN. U každé škály a následně u celkových výsledků, si uvedeme průměrnou hodnotu sledovaného souboru, průměrnou hodnotu dle norem, modus, medián, minimum, maximum, a směrodatnou odchylku. Všechny hodnoty udáváme dle hrubých skóre.

Tabulka č. 8: Profil souboru z hlediska DOPEN

	Průměr vzorku	Norma DOPEN	Modus	Medián	Minimum	Maximum	Směr. odch. vzorku	Směr. odch. norem
P	2,02083	3,77000	1,00000	2,00000	0,00000	10,00000	1,81014	2,86000
E	15,91667	14,55000	20,00000	17,00000	5,00000	25,00000	5,26321	5,33000
N	4,72917	9,20000	0,00000	2,00000	0,00000	19,00000	5,04455	5,20000
L	5,00000	7,06000	4,00000	5,00000	0,00000	13,00000	3,19505	3,39000

Nyní se podíváme na grafické znázornění výsledkových průměrů jednotlivých škál a celkových výsledků ve srovnání s normovacím výběrem (Ruisel a Müllner, 1990) :

Graf č. 6: Porovnání hodnot zkoumaného souboru a norem u dotazníku DOPEN



Při srovnání s normou DOPEN jsme zjišťovali rozdíly mezi hodnotami, které uvádí norma a námi naměřenými hodnotami. Z výsledku tedy vyplývá, že zkoumaný soubor policejních potápěčů se liší od norem dotazníku DOPEN.

Jak je zřejmé z tabulky č. 7, dimenze extraverte vykazuje zvýšenou hodnotu od hladiny normálu. Sledovaná proměnná – extroverze je vyšší od normy DOPEN o 1,367. Ostatní sledované dimenze (P, N a L) jsou nižší, než uvádí norma DOPEN. Výrazně se to ukazuje především v položce neuroticismus, kde rozdíl od normy činí 4,471.

9.4. Profil souboru z hlediska SUPOS – 7- PC

Testová metoda SUPOS -7 byla použita pro zjištění kvalitativních rysů psychického stavu námi zkoumaného souboru. Na základě 28 adjektiv uváděli probandi své pocity a stavy „běžně prožívané, pocity a stavy u nich obvyklé“. Zajímaly nás také jejich subjektivní (psychosomatické) potíže, které zaznamenávali na čtyřstupňové škále.

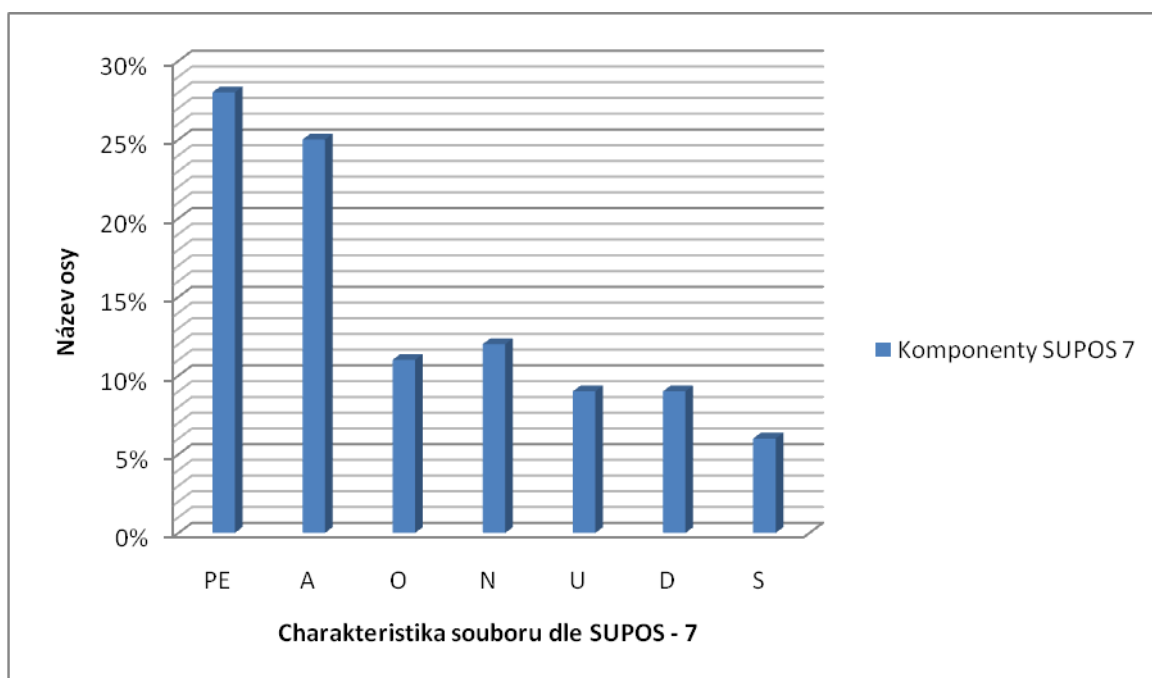
V této výsledkové části se podíváme na výsledný profil souboru dle dotazníku SUPOS-7, tedy na podíl jednotlivých komponent dotazníku SUPOS -7 na celkovém psychickém stavu policejních potápěčů.

Tabulka č. 9: Podíl jednotlivých komponent dotazníku SUPOS 7 na celkovém psychickém stavu

Komponenty SUPOS -7	PE	A	O	N	U	D	S
Rozložení	28%	25%	11%	12%	9%	9%	6%

Nyní se podíváme na grafické znázornění procentuálního podílu jednotlivých komponent na celkovém psychickém stavu:

Graf č. 7: Podíl jednotlivých komponent na celkovém psychickém stavu



U vybraného souboru policejních potápěčů jsme zjistili větší míru psychické pohody, aktivity a činnostnosti než jak jsou zastoupené ostatní sledované ukazatele.

Na základě srovnávací studie rozdílných věkových kategorií byla prokázána relativní nezávislost proporcionálních vztahů jednotlivých komponent dotazníku SUPOS 7 na věku, tudíž jsme pracovali s normou bez ohledu na aspekt věku (Mikšík, 1993).

Pomocí tabulky pro převod hrubých skóre jsme námi získané hrubé skóre jednotlivých respondentů převedli na proporce a z takto získaných dat jsme vypočítali aritmetický průměr všech naměřených proporcí pro konkrétní škálu.

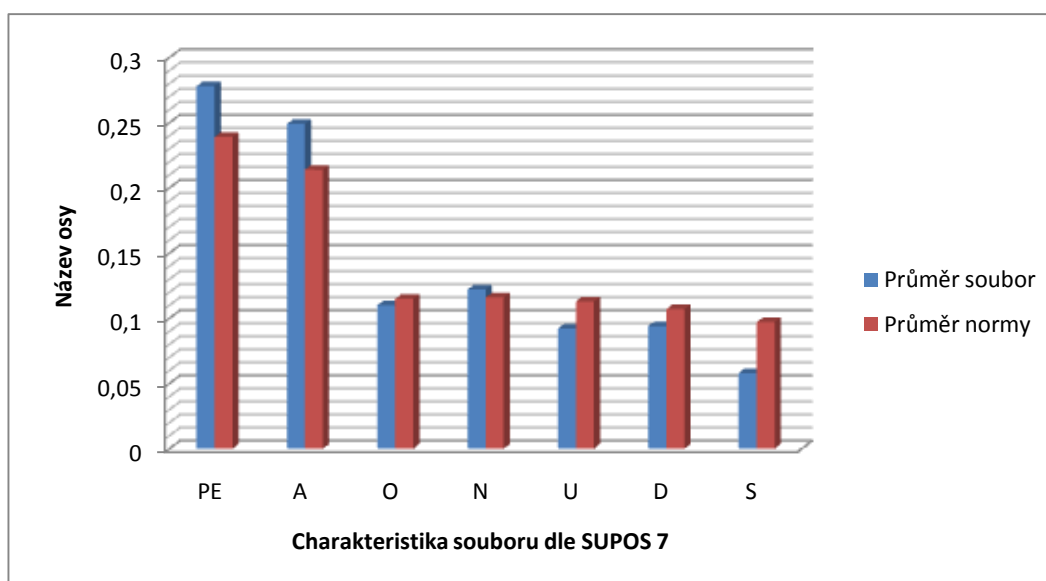
U každé komponenty jsme uvedly průměrnou hodnotu sledovaného souboru, průměrnou hodnotu dle norem, a směrodatnou odchylku vzorku a norem.

Tabulka č. 10 : Profil souboru z hlediska SUPOS - 7

Komponenta	Průměr vzorku	Směrodatná odchylka vzorku	Norma SUPOS – 7 - PC	Směrodatná odchylka norem
PE	0,278	0,076	0,239	0,119
A	0,249	0,073	0,214	0,078
O	0,110	0,042	0,115	0,055
N	0,122	0,035	0,116	0,055
U	0,092	0,034	0,113	0,056
D	0,094	0,044	0,107	0,050
S	0,058	0,046	0,097	0,065

Nyní se podíváme na grafické znázornění výsledkových průměrů jednotlivých komponent ve srovnání s normovacím výběrem a jeho středními hodnotami ze SUPOS 7 (Mikšík, 1993):

Graf č. 8: Porovnání hodnot zkoumaného souboru a norem u dotazníku SUPOS - 7



Výsledky zkoumaného souboru policejních potápěčů neprojevovaly relevantní rozdíl oproti normě (tu tvoří proporcionální zastoupení jednotlivých komponent ve struktuře psychického stavu podle SUPOS 7). Největší rozdíl (0,039) se projevil v komponentě psychické pohody, kdy policejní potápěči byly nepatrně více psychicky v pohodě než muži ze srovnávací studie (norma).

Stejný rozdíl (0,039) oproti normě byl naměřen u proměnné S – sklíčenost, kdy policejní potápěči dosahovali nižších hodnot. Nižší hodnoty byly zjištěny také u proměnných O – impulzivita, U – úzkostné očekávání, obavy, D – psychická deprese.

V oblasti subjektivních potíží jsme u zkoumaného souboru policejních potápěčů zaznamenaly nízké hodnoty. Průměrný hrubý skór dosáhl hodnoty 4,23.

9.5. Vybrané koreláty

Koreláty CMSP

V této části jsme zkoumali pomocí Pearsonova korelačního koeficientu vztah mezi demografickými charakteristikami policejních potápěčů (věk a seniorita) a CMSP (celkovou mírou stresu při potápění), dále vztah vybraných charakteristik z dotazníku DOPEN (psychoticismus, extravezre, neuroticismus), SUPOS -7 (PE, A, O, N, U, D, S, suma SUPOS a NEU), IPSS a CMSP (celkovou mírou stresu při potápění).

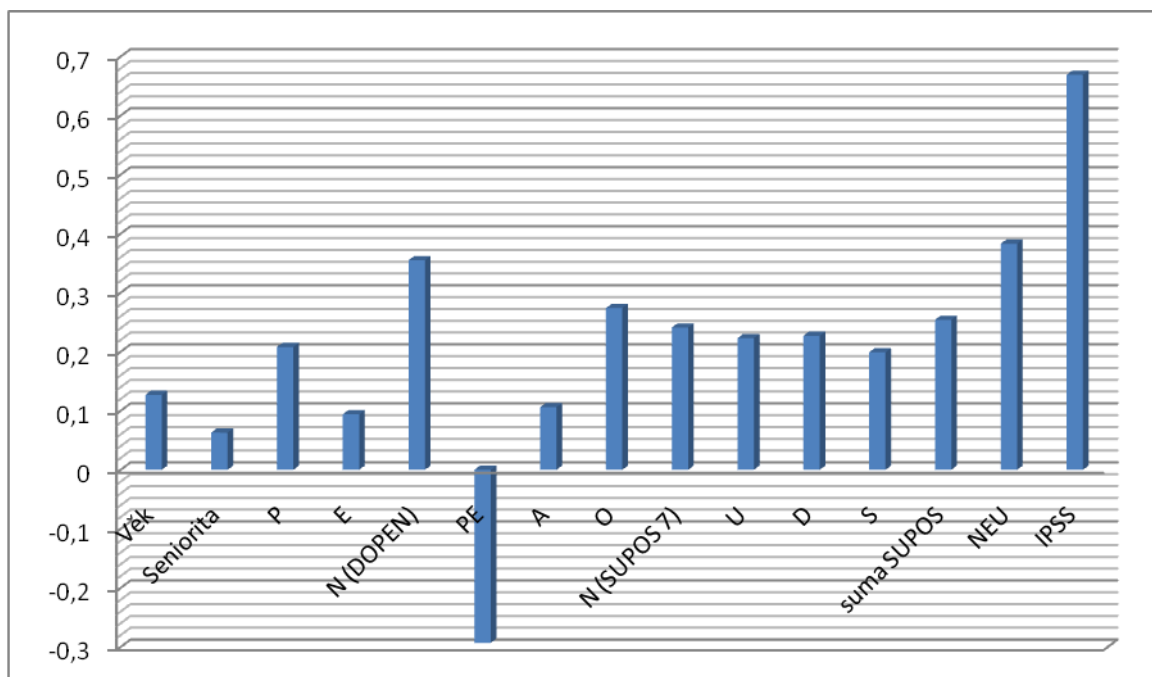
Výsledky byly porovnány s tabulkou kritických hodnot korelačního koeficientu (signifikantnost korelace) s hladinou významnosti 1% a 5% pro 48 respondentů.

Tabulka č. 11: Koreláty CMSP (celkové míry stresu při potápění) a vybraných proměnných

Proměnná	Korelace CMSP
Věk	0,127
Seniorita	0,063
P	0,208
E	0,094

N (DOPEN)	0,355**
PE	- 0,293*
A	0,106
O	0,274*
N (SUPOS 7)	0,241
U	0,223
D	0,227
S	0,199
suma SUPOS	0,254
NEU	0,383**
IPSS	0,669**
*0,05 = 0,273	
**0,01 = 0,354	

Graf č. 9: Koreláty CMSP a vybraných proměnných



Výše uvedené koreláty nám poskytují přehled o významných či nevýznamných vzájemných vztazích mezi celkovou mírou stresu při potápění (CMSP) a vybranými proměnnými z dotazníků DOPEN, SUPOS 7 a IPSS, včetně vztahů mezi celkovou mírou stresu při potápění a demografickými daty (tj. věk policistů a seniorita).

Na základě stanoveného koeficientu signifikantnosti korelace můžeme říci, že existuje signifikantní závislost na hladině významnosti $\alpha=0,05$ mezi:

- PE (psychická pohoda) a CMSP ($r = - 0,293$)
- O (impulzivita, odreagování se) a CMSP ($r = 0,274$).

Na hladině významnosti $\alpha = 0,01$ mezi:

- N (neuroticismus) a CMSP ($r = 0,355$)
- NEU (subjektivní potíže) a CMSP ($r = 0,383$)
- IPSS (celková míra stresu při policejní činnosti) a CMPS ($r = 0,669$).

Existuje tedy negativní závislost mezi psychickou pohodou (PE) policejních potápěčů a jejich celkovou mírou stresu při potápění (CMSP). Jinými slovy, čím je jedinec v lepší psychické pohodě, tím méně vnímá stres při potápění. Rovněž byla prokázána pozitivní závislost mezi impulzivitou (O) a celkovou mírou stresu při potápění (CMSP). Jinými slovy, čím více je u jedince oslabena racionální sebekontrola, tím více se zvyšuje míra stresu při potápění.

Mezi neuroticismem (N) a celkovou mírou stresu při potápění (CMSP) byla zjištěna korelace na 1% hladině významnosti. Můžeme tedy konstatovat, že u jedinců se sklonem k úzkosti, náladovosti a depresím se projevuje vyšší míra stresu při potápění. Existuje také pozitivní závislost mezi subjektivními potížemi (NEU) a celkovou mírou stresu při potápění. Jinými slovy, čím vyšší percepce stresu při potápění, tím vyšší nárůst subjektivních potíží. Další statisticky signifikantní závislost byla zjištěna na 1% hladině významnosti ve vztahu mezi celkovou mírou stresu při policejní činnosti (IPSS) a celkovou mírou stresu při potápění (CMSP). Z toho je zřejmé, že čím vyšší je míra stresu při policejní činnosti, tím vyšší je míra stresu při potápění.

Relace mezi ostatními proměnnými byly statisticky nevýznamné.

Koreláty IPSS

V této části výzkumu jsme se pokusili prostřednictvím Pearsonova korelačního koeficientu zjistit existenci statisticky signifikantně významných vztahů mezi demografickými proměnnými (věk, seniorita) a IPSS (celkovou mírou stresu při policejní činnosti), dále vztah vybraných charakteristik z dotazníku DOPEN (psychoticismus, extraverte, neuroticismus), SUPOS – 7 (PE, A, O, N, U, D, S, suma SUPOS a NEU) a

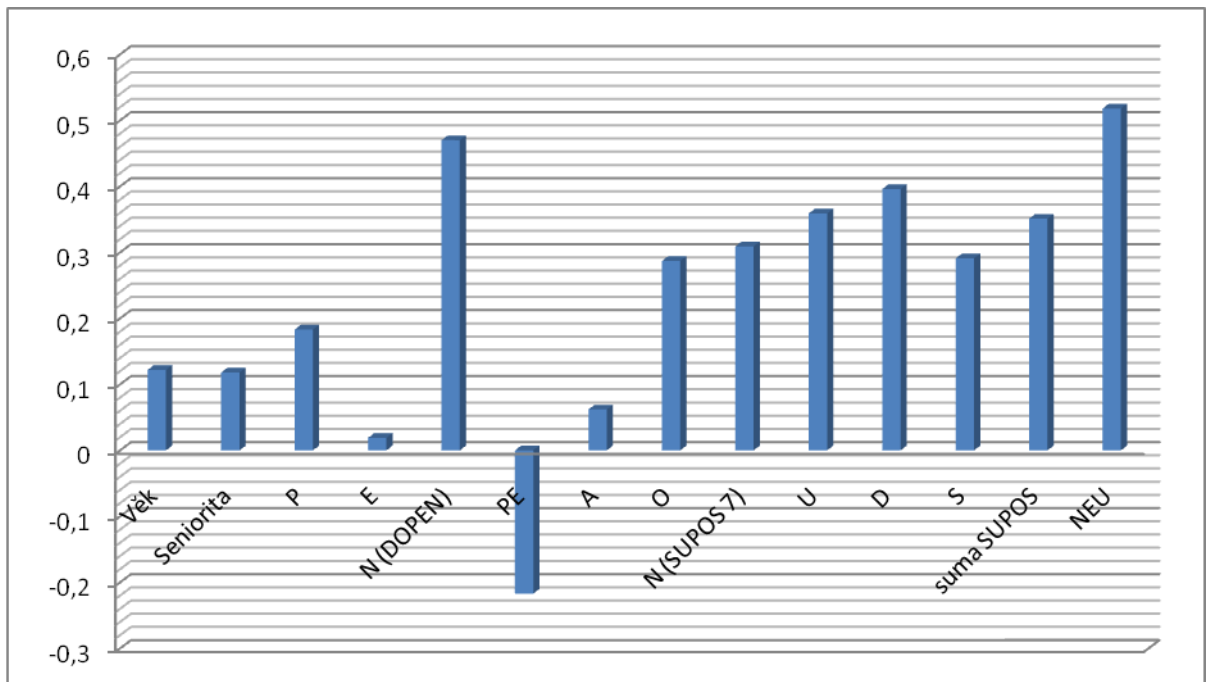
IPSS (celkovou mírou stresu při policejní činnosti).

Výsledky byly porovnány s tabulkou kritických hodnot korelačního koeficientu (signifikantnost korelace) s hladinou významnosti 1% a 5% pro 48 respondentů.

Tabulka č. 12: Koreláty IPSS (celkové míry stresu při policejní činnosti) a vybraných proměnných

Proměnná	Korelace IPSS
Věk	0,122
Seniorita	0,118
P	0,183
E	0,019
N (DOPEN)	0,470**
PE	-0,217
A	0,062
O	0,287*
N (SUPOS 7)	0,309*
U	0,359**
D	0,396**
S	0,291*
suma SUPOS	0,351*
NEU	0,518**
*0,05 = 0,273	
**0,01 = 0,354	

Graf č. 10: Koreláty IPSS a vybraných proměnných



Koreláty uvedené v tabulce č. 12 nám poskytují přehled o vzájemných vztazích mezi celkovou mírou stresu při policejní činnosti (IPSS) a vybranými proměnnými z dotazníků DOPEN, SUPOS- 7, včetně vztahů mezi celkovou mírou stresu při policejní činnosti a demografickými daty (tj. věk policistů a seniorita).

Na základě stanoveného koeficientu signifikantnosti korelace můžeme říci, že existuje signifikantní závislost na hladině významnosti $\alpha=0,05$ mezi:

- O (impulzivita, odreagování se) a IPSS ($r=0,287$)
- N (psychický nepokoj) a IPSS ($r=0,309$)
- S (sklíčenost) a IPSS ($r=0,291$)
- Suma SUPOS a IPSS ($r=0,351$).

Na hladině významnosti $\alpha=0,01$ mezi:

- N (neuroticismus) a IPSS ($r=0,470$)
- U (úzkostné očekávání) a IPSS ($r=0,359$)
- D (psychická deprese) a IPSS ($r=0,396$)
- NEU (subjektivní potíže) a IPSS ($r=0,518$).

Na základě výše uvedeného můžeme konstatovat, že se zvyšující se impulzivitou (O) poroste i míra stresu při policejní činnosti (IPSS). Rovněž byla prokázána statisticky

významná závislost ve vztahu mezi psychickým nepokojem (N) a celkovou mírou stresu při policejní činnosti (IPSS). Jinými slovy, čím více jedinec prožívá psychický nepokoj, tím více pociťuje stres při policejní činnosti a naopak. Pozitivně signifikantní je rovněž korelace mezi sklíčeností (S) a celkovou mírou stresu při policejní činnosti (IPSS). Z toho vyplývá, že se vzrůstající přecitlivělostí narůstá také míra stresu při policejní činnosti. Dále můžeme na základě zjištěných výsledků tvrdit, že se zhoršujícím se celkovým psychickým stavem (suma SUPOS) poroste i celková míra stresu při policejní činnosti (IPSS).

Mezi neuroticismem (N) a celkovou mírou stresu při policejní činnosti (IPSS) byla zjištěna korelace na 1% hladině významnosti. U jedinců se sklonem k úzkosti, starostem a depresím se tedy ve zvýšené míře projevuje vyšší míra stresu při policejní činnosti. S tím souvisí i statisticky signifikantně významné korelace mezi úzkostným očekáváním (U) a celkovou mírou stresu při policejní činnosti (IPSS), mezi psychickou depresí (D) a celkovou mírou stresu při policejní činnosti (IPSS). Jinými slovy, policejní činnost se stává stresující v souvislosti se stoupající mírou úzkostného očekávání a psychické deprese. Existuje také pozitivní závislost mezi subjektivními potížemi (NEU) a celkovou mírou stresu při policejní činnosti (IPSS), z čehož vyplývá, že čím vyšší je percepce stresu při policejní činnosti, tím více se u jedince objevují subjektivní potíže a naopak.

9.6. K cílům výzkumu a platnosti hypotéz

Na základě našich zjištění se nyní vyjádříme k daným cílům a k platnosti šesti hypotéz.

- Jako hlavní cíl práce jsme si stanovili zjistit, jak vnímají policejní potápěči ve svém pracovním prostředí stres a které faktory považují za největší stresory.

Pomocí vlastního dotazníku zaměřeného na zjištění významných zdrojů stresu při výkonu potápěčské činnosti bylo zjištěno, že největší míru stresu vnímají policejní potápěči při pátrání po utonulém dítěti s výsledkem 4,521 pro průměrný hrubý skór. Dále následuje pátrání po osobě (lidských ostatcích) ve značném stádiu rozkladu s výsledkem 4,208 a pátrání po utonulé osobě s výsledkem 3,958.

V rámci policejní činnosti je pro policejní potápěče nejvíce stresující nadměrná administrativa policistů a nedostatečné sociální a existenční jistoty povolání (shodně 37,5%), dále odborné chybování nadřízených (31,25%).

- Pokud jde o vyjádření k dílčím cílům, zajímalo nás, jaký je profil souboru z hlediska faktorů extraverte, neuroticismu a psychoticismu ve srovnání s běžnou populací.

Z výsledků vyplynulo, že zkoumaný soubor policejních potápěčů se liší od norem dotazníku DOPEN a to následovně: dimenze extraverte vykazuje zvýšenou hodnotu od hladiny normálu (o 1,37). Ostatní sledované dimenze (psychoticismus, neuroticismus a lži-skór) vykazují sníženou hodnotu od hladiny normálu. Nejvýrazněji proměnná neuroticismus, kde rozdíl od normy činí 4,47.

- Dalším cílem bylo zjistit kvalitativní rysy psychického stavu policejních potápěčů a porovnat je s běžnou populací.

U vybraného souboru policejních potápěčů byla zjištěna větší míra psychické pohody (28%), aktivity a činnostnosti (25%) než jak jsou zastoupené ostatní sledované ukazatele – O (11%), N (12%), U (9%), D (9%), S (6%). Oproti normě neprojevovaly výsledky zkoumaného souboru policejních potápěčů relevantní rozdíl. Vyšší hodnoty oproti normě byly zjištěny u proměnných psychická pohoda, aktivnost a činnostnost, psychický nepokoj. Nižší hodnoty oproti normě byly zjištěny u proměnných impulzivita, úzkostné očekávání a psychická deprese.

- Dalším cílem bylo zjištění relací mezi vybranými proměnnými a celkovou mírou stresu při potápění (CMSP), dále mezi vybranými proměnnými a celkovou mírou stresu při policejní činnosti (IPSS).

Vybranými proměnnými jsou: věk, seniorita, DOPEN – P, E, N; SUPOS 7 – PE, A, O, N, U, D, S, suma SUPOS, NEU; pro CMSP-IPSS; pro IPSS-CMSP.

Zjistili jsme, že na celkovou míru stresu při potápění má u policejních potápěčů vliv jejich psychická pohoda, impulzivita, neuroticismus, celková míra stresu při policejní

činnosti. Dále byl prokázán vztah celkové míry stresu při potápění a subjektivních potíží policejních potápěčů.

Celková míra stresu při policejní činnosti je ovlivněna těmito proměnnými: impulzivita, psychický nepokoj, sklíčenost, celková kvalita psychického stavu, neuroticismus, úzkostné očekávání, psychická deprese, celková míra stresu při potápění a rovněž byl prokázán vztah celkové míry stresu při policejní činnosti a subjektivních potíží policejních potápěčů.

Na začátku tohoto šetření bylo dále stanoveno těchto šest hypotéz:

H1: Předpokládáme, že s celkovou mírou stresu při potápění bude statisticky významně souviset celková míra stresu při policejní činnosti.

V kapitole 9.5. Vybrané koreláty (Koreláty CMSP) jsou uvedeny výsledky zjištěných korelací. Zde byla zjištěna korelace na 1% hladině významnosti, můžeme tedy říci, že zvýší-li se u policejního potápěče celková míra stresu při potápění, zvýší se u něj i celková míra stresu při policejní činnosti. CMSP a IPSS ($r = 0,669$).

Vzhledem k tomuto korelačnímu výsledku je možné hypotézu přijmout.

Hypotéza H1 tedy byla přijata.

H2: Předpokládáme, že s celkovou mírou stresu při potápění bude statisticky významně souviset snížená kvalita celkového psychického stavu.

V kapitole 9.5. Vybrané koreláty (Koreláty CMSP) jsou uvedeny výsledky zjištěných korelací. Bylo zjištěno, že naměřené korelační hodnoty mezi celkovou mírou stresu při potápění a celkovým psychickým stavem nejsou signifikantní. CMSP a suma SUPOS ($r = 0,254$).

Vzhledem k tomuto korelačnímu výsledku není možné hypotézu přijmout.

Hypotéza H2 tedy nebyla přijata.

H3: Předpokládáme, že s celkovou mírou stresu při policejní činnosti bude statisticky

významně souviset snížená kvalita celkového psychického stavu.

V kapitole 9.5. Vybrané koreláty (Koreláty IPSS) jsou uvedeny výsledky zjištěných korelací. Zde byla zjištěna korelace na 5% hladině významnosti, můžeme tedy říci, že policejní potápěči, kteří pocítují vyšší míru stresu při policejní činnosti, mají i špatný psychický stav. Suma SUPOS a IPSS ($r=0,351$).

Vzhledem k tomuto korelačnímu výsledku je možné hypotézu přijmout.

Hypotéza H3 tedy byla přijata.

H4: S délkou odsloužených let bude statisticky významně stoupat celková míra stresu při policejní činnosti.

V kapitole 7.5. Vybrané koreláty (Koreláty IPSS) jsou uvedeny výsledky zjištěných korelací. Bylo zjištěno, že naměřené korelační hodnoty mezi senioritou a celkovou mírou stresu při policejní činnosti nejsou signifikantní. Seniorita a IPSS ($r=0,118$).

Vzhledem k tomuto korelačnímu výsledku není možné hypotézu přijmout.

Hypotéza H4 tedy nebyla nepřijata.

H5: S délkou odsloužených let bude statisticky významně klesat celková míra stresu při potápění.

V kapitole 9.5. Vybrané koreláty (Koreláty CMSP) jsou uvedeny výsledky zjištěných korelací. Bylo zjištěno, že naměřené korelační hodnoty mezi senioritou a celkovou mírou stresu při potápění nejsou signifikantní. Seniorita a CMSP ($r=0,063$).

Vzhledem k tomuto korelačnímu výsledku není možné hypotézu přijmout.

Hypotéza H5 tedy nebyla přijata.

H6: Neuroticismus bude statisticky významně souviset s celkovou mírou stresu (při potápění i při policejní činnosti).

V kapitole 9.5. Vybrané koreláty (Koreláty CMSP, Koreláty IPSS) jsou uvedeny

výsledky zjištěných korelací. Na 1% hladině významnosti zde bylo zjištěno, že u policejních potápěčů se sklonem k úzkosti, starostem a depresím se ve zvýšené míře projevuje vyšší míra stresu při potápění i při policejní činnosti. N (DOPEN) a CMSP ($r=0,355$), N (DOPEN) a IPSS ($r=0,470$).

Vzhledem k tomuto korelačnímu výsledku je možné hypotézu přijmout.

Hypotéza H6 tedy byla přijata.

10. Diskuse

Policejní profese je sama o sobě profesí velmi náročnou. Jednak po stránce fyzické, psychické, ale i morální. O tom svědčí i fakt, že dominující oblastí je v současné policejní psychologii problematika stresu. Čírtková (2004, s. 129) uvádí, že „stres je jednou z nejčastějších příčin pracovní neschopnosti nebo předčasného odchodu z aktivní služby“. Zaměříme-li se na policejního potápěče, je potřeba podotknout, že navíc samotné potápění od nich vyžaduje zvýšené nároky.

Na základě poznatků uvedených v teoretické části můžeme tedy konstatovat, že policejní potápěči vykonávají svou profesi ve dvou stresových oblastech. První oblast souvisí s přímým výkonem služby a základními povinnostmi policisty dle jeho služebního zařazení, druhá oblast souvisí s vykonáváním potápěčské činnosti a náležitostí, se kterými je tato činnost spojena. Z tohoto důvodu bylo potřeba vytvořit vlastní dotazník, který by byl zaměřen konkrétně na specifické zdroje stresu pod vodní hladinou.

Při shromažďování potřebné literatury, jsme zjistili, že v naší republice problematika psychické zátěže policejních potápěčů doposud nebyla vědecky zkoumána a to i přesto, že policejní potápěči vykonávají svou činnost v rámci Policie ČR již od roku 1970. Dále jsme zjistili, že jedinou studií zabývající se přímo vlivem prostředí na práci policejních potápěčů provedl Míček (2009). Tento se zaměřil na zjištění, zda je možné stresory působící na policejního potápěče při pracovních činnostech eliminovat výcvikem.

Srovnání výsledků s jinými výzkumy je problematické, protože práce zabývající se problematikou spojenou s potápěním jsou zaměřeny z velké části na potápěče rekreační, jejichž motivace a činnost pod vodní hladinou je diametrálně odlišná, a proto tyto výsledky nemůžeme dávat do souvislostí.

V rámci plnění povinností spojených s přímým výkonem služby byly policejními potápěči za vysoce stresující označeny položky spojené s „nedostatečnou sociální a existenční jistotou povolání“(37,5%). Vysvětlením toho může být současná situace u policie, kdy dochází k časté výměně vedení Ministerstva vnitra. Při každé této výměně dochází k reformním krokům, které mají jednoznačně negativní vliv na stabilitu policie jako celku. Tyto negativní vlivy tedy vnímají i jednotliví policisté. Další akcentovaný zdroj stresu „nadměrná administrativa policistů“(37,5%) souvisí se služebním zařazením

policejních potápěčů v rámci organizační struktury Policie ČR. Policejní potápěči kromě své specializace plní administrativní úkoly spojené s přímým výkonem. Tyto úkoly jsou limitovány časovými lhůtami, které musí být dodrženy. „Odborné chybování nadřazených“ (31,25%) je možné vysvětlit tím, že veškeré útvary policie, kromě OSPČV mají potápění pouze jako druhotnou činnost, prvotně jsou zaměřeni na přímý výkon služby. Z tohoto důvodu většina policejních potápěčů považuje vedoucí jednotlivých útvarů za neodborníky – „nepotápěče“.

Za nejméně psychicky zatěžující faktor policejní potápěči považují nepříznivé pracovní prostředí (60, 417%). Policejní potápěči prochází náročným výcvikem, který je mimo jiné zaměřen i na práci ve ztížených klimatických i potápěčských podmínkách (nulová viditelnost, chlad apod.). Výstrojní vybavení policejních potápěčů je v současné době již na vysoké úrovni, která výše popisované podmínky eliminuje. Z těchto důvodů vyplývá, proč tento bod považují za nejméně stresující. Mezi nízké faktory stresu patří dále odpověď týkající se „konfliktů s občany“ (45,833%). Toto zjištění můžeme dát do souvislosti s výzkumem Fouska (2008), který uvádí téměř shodný výsledek u policistů pracujících u služby kriminální policie a vyšetřování. Zařazení této položky mezi nejméně stresové faktory si vysvětlujeme shodně. Tedy špatnou formulací položky (pojem občan si představují při běžném styku, kdy neporušuje zákon). Další nejméně zatěžující zdroj stresu „nedostatečná oprávnění policie v přípravném trestním řízení“ (43,75%) naznačuje, že policejní potápěči považují oprávnění police za dostatečná.

Je potřeba podotknout, že většina odpovědí (50,167%) se pohybovala v průměrných hodnotách neboli v oblasti střední míry stresu. Takovéto hodnocení může být důsledkem středové tendence.

Zaměříme-li se na výsledky spojené s vnímáním stresu v rámci potápěčské činnosti, za nejvíce psychicky zatěžující faktor je z pohledu policejních potápěčů vnímáno pátrání po utonulém dítěti, dále pátrání po osobě (lidských ostatcích) ve značném stádiu rozkladu a pátrání po utonulé osobě. Toto zjištění je ve shodě s výzkumem Mícka (2009), který uvádí rovněž tyto stresory jako nejsilněji vnímané u skupiny instruktorů policejního potápění i u skupiny policejních potápěčů.

Jako nejméně psychicky zatěžující faktor je z pohledu policejních potápěčů vnímána obava ze studené vody a prochladnutí. To může souviset s kvalitní výstrojí policejních potápěčů, jejíž součástí jsou vyhřívací prvky trupu a horních končetin. Dalším

faktorem, který tento bod ovlivňuje, je plánování jednotlivých akcí tak, aby bylo možno potápěče, u kterého se začnou projevovat příznaky prochladnutí, nahradit záložním potápěčem, jenž dokončí požadované činnosti.

Z hlediska osobnostního profilu jsme u námi testovaného souboru policejních potápěčů zjistili, že nejvýraznějším rysem je zde proměnná extraverte, která je přítomna vyšší, než je běžná norma. Toto zjištění dáváme do souvislosti spíše se sociabilitou než impulzivitou, vzhledem k tomu, že pro potápěče jsou důležité vlastnosti jako je soudnost, mentální zralost, sebekritičnost a sebekázeň (Piškula F., Piškula M., Štětina, 1985) a není tedy vhodné, aby byl potápěčem jedinec, který by toužil po vzrušení a vyhledával změnu a riziko. Toto zjištění si tedy spíše vysvětlujeme preferencí sociálních kontaktů a domníváme se, že se u nich extraverte bude projevovat spíše pohotovostí, optimismem a preferencí pohybu. Tuto domněnku potvrzuje i naměřená vysoká míra aktivity a činorodosti a nízká míra impulzivity v dotazníku SUPOS.

Na základě teoretických předpokladů lze očekávat, že jedinci s vyšší mírou extraverte budou mít větší míru odolnosti vůči stresu. My jsme však nezjistili statisticky významné korelace mezi extravertí a celkovou mírou stresu při potápění (CMSP) ani mezi extravertí a celkovou mírou stresu při policejní činnosti (IPSS).

Z výsledků výzkumu dále vyplývá, že skupina policejních potápěčů dosahuje nižšího skóru na škále neuroticismu a psychoticismu oproti běžné populaci. Tento fakt lze předpokládat, protože policejní potápěči procházejí výběrem formou psychologické diagnostiky, při které je nízká míra neuroticismu i psychoticismu, která souvisí s odolností a stabilitou člověka, důležitou podmínkou. S přísným výběrem jedinců na pozice policejních potápěčů jistě souvisí i zjištění, že v celkovém psychickém stavu policejních potápěčů byla ve větší míře prokázána psychická pohoda (28%) a aktivnost a činorodost (25%), zatímco nižší hodnoty oproti normě byly zjištěny u proměnné sklíčenosti, psychická deprese, impulzivita a úzkostné očekávání.

Toto zjištění je významné vzhledem k bezpečnosti a možnému ohrožení života policejního potápěče při výkonu své profese pod vodní hladinou. Sklíčenost s sebou nese riziko přecitlivělosti, které by mohlo oslabit racionální uvažování a ohrozit tak život potápěče.

Převaha psychické pohody v celkovém psychickém stavu policejních potápěčů svědčí o psychické vyrovnanosti, tak důležité pro dodržování zásad spojených

s potápěním, s redukcí možných rizik spjatých s přípravou potápěčské techniky, kdy je důležité neopomenutí veškerých detailů majících vliv na bezpečnost během ponoru.

Právě mezi psychickou pohodou a celkovou mírou stresu při potápění byla zjištěna negativní závislost, z čehož plyne, že míra percipovaného stresu při potápění se bude snižovat se zvyšující psychickou pohodou.

Převaha psychické pohody v celkovém psychickém stavu policejních potápěčů by mohla také souviset s nízkou mírou subjektivních potíží, která byla u námi testovaného vzorku policejních potápěčů zjištěna. Zde je důležité uvést, že mezi subjektivními potížemi na straně jedné a celkovou mírou stresu při potápění i při policejní činnosti na straně druhé byly zjištěny významné vztahy. Zvýší-li se tedy u policejních potápěčů percepce stresu, objeví se i ve zvýšené míře subjektivní potíže.

Na základě výsledků, prostřednictvím kterých jsme zjišťovali závislost mezi celkovou mírou stresu při policejní činnosti i při potápění a proměnnou neuroticismus, byly zjištěny významné vztahy. U obou vztahů byla prokázána statisticky signifikantní významnost na 1% hladině významnosti, z čehož plyne, že u policejních potápěčů se sklonem k úzkosti, starostem a depresím se bude ve zvýšené míře projevovat vyšší míra stresu při potápění i při policejní činnosti. Toto zjištění rovněž potvrzuje statisticky významná závislost na 1% hladině významnosti mezi psychickou depresí a celkovou mírou stresu při policejní činnosti a mezi úzkostným očekáváním a celkovou mírou stresu při policejní činnosti. Statisticky významná závislost mezi psychickou depresí, úzkostným očekáváním a celkovou mírou stresu při potápění zjištěna nebyla, ale předpoklad, že celkovou mírou stresu při potápění bude statisticky významně souviset celková míra stresu při policejní činnosti byl prokázán.

Pokud se zaměříme na závislost věku a délky odsloužených let policejních potápěčů, nepodařilo se nám prokázat statisticky signifikantní závislost ani jedné proměnné s celkovou mírou stresu při potápění ani s celkovou mírou stresu při policejní činnosti. Možným vysvětlením může být specifická skupina. Skupina policejních potápěčů je charakteristická např. tím, že musí být odolnější vůči stresu, mít nižší míru neuroticismu, a to nezávisle na věku.

Dále jsme předpokládali, že se s celkovou mírou stresu při potápění i při policejní činnosti bude statisticky významně souviset snížená kvalita celkového psychického stavu. Tento předpoklad vznikl z dojmu, že policejní potápěči, kteří pociťují při výkonu své

profese stres, mají i špatný psychický stav. Tato domněnka se potvrdila pouze v souvislosti s přímým výkonem služby.

V rámci aplikace zjištěných výsledků, je potřeba zdůraznit, že v současné době u Policie ČR působí 92 policejních potápěčů, kteří jsou zařazeni v různých organizačních strukturách (viz kap. 2.2.). Nám se podařilo získat 48 kompletně vyplněných dotazníků, což představuje výsledky od 52% celé populace policejních potápěčů. Vzorek tedy můžeme považovat za reprezentativní a závěry by tak bylo tedy možné zobecnit.

V souvislosti s pátráním policejních potápěčů po utonulých osobách by bylo zajímavé pro další výzkum zjistit aktuální psychické stavy za jasně vymezený časový úsek (např. po nález utonulé osoby) a na základě toho zjistit rozdíly v celkovém psychickém stavu před a po výkonu potápěčské činnosti u jednotlivých policejních potápěčů. Přínosné by bylo, v souvislosti s problematikou stresu u policejních potápěčů, zjistit, jaké strategie zvládnání stresu policejní potápěči používají a vztah těchto strategií k jiným proměnným.

11. Závěr

Cílem naší práce bylo zjistit, u námi testovaného souboru policejních potápěčů, jak oni sami vnímají stres v pracovním prostředí a co považují za největší stresory. Stanovit profil souboru z hlediska faktorů extraverze, neuroticismu a psychoticismu. Zmapovat rysy psychického stavu policejních potápěčů a oba tyto profily srovnat s běžnou populací. Dále nás zajímaly koreláty získaných demografických proměných (tj. věk a seniorita), vybraných charakteristik z dotazníků DOPEN, SUPOS 7 na straně jedné a celkové míry stresu při policejní činnosti a potápění na straně druhé.

Na základě zjištěných výsledků jsme dospěli k následujícím závěrům:

- Za největší stresory při výkonu potápěčské činnosti považujeme pátrání po utonulém dítěti, pátrání po osobě (lidských ostatcích) ve značném stádiu rozkladu a pátrání po utonulé osobě.
- V rámci policejní činnosti je pro policejní potápěče nejvíce stresující nadměrná administrativa policistů a nedostatečné sociální a existenční jistoty povolání (shodně 37,5%), dále odborné chybování nadřízených (31,25%).
- V profilu policejního potápěče, z hlediska vybraných osobnostních vlastností, jsme zjistili vyšší míru extraverze. Psychoticismus, neuroticismus a lži-skór vykazali sníženou hodnotu od hladiny normálu.
- Z hlediska psychického stavu byla u policejních potápěčů zjištěna větší míra psychické pohody, aktivity a činorodosti, než jak jsou zastoupené ostatní komponenty psychického stavu.
- Policejní potápěči dosáhli vyšších hodnot oproti normě u proměnných psychická pohoda, aktivnost a činorodost, psychický nepokoj. Nižších hodnot oproti normě dosáhli u proměnných impulzivita, úzkostné očekávání a psychická deprese.
- Mezi neuroticismem a celkovou mírou stresu při potápění i při policejní činnosti existuje pozitivní závislost. Můžeme tedy konstatovat, že u jedinců se sklonem k úzkosti, náládovosti a depresím se projevuje vyšší míra stresu při potápění i při policejní činnosti.

- Vztah mezi extraverzí a celkovou mírou stresu při potápění i policejní činnosti nebyl prokázán.
- Mezi psychickou pohodou policejních potápěčů a celkovou mírou stresu při potápění existuje negativní závislost. Jinými slovy, čím je jedinec v lepší psychické pohodě, tím méně vnímá stres při potápění.
- Mezi subjektivními potížemi a celkovou mírou stresu při potápění i při policejní činnosti existuje pozitivní závislost. Jinými slovy, čím vyšší percepce stresu při potápění i při policejní činnosti, tím vyšší nárůst subjektivních potíží.
- Bylo zjištěno, že celková míra stresu při policejní činnosti pozitivně koreluje s položkami impulzivita, psychický nepokoj, sklíčenost, úzkostné očekávání, psychická deprese dotazníku SUPOS – 7 a celkovým psychickým stavem.
- Mezi impulzivitou policejních potápěčů a celkovou mírou stresu při potápění existuje pozitivní závislost. Jinými slovy, čím více je u policejních potápěčů oslabena racionální kontrola, tím více se zvyšuje míra stresu při potápění.
- Vztah mezi demografickými proměnnými (tj. věk a délka služby) a celkovou mírou stresu při potápění i policejní činnosti nebyl prokázán.
- Statisticky významná závislost byla prokázána mezi celkovou mírou stresu při potápění a celkovou mírou stresu při policejní činnosti.

Veškerá tato zjištění svědčí o významu problematiky stresu pro cílovou skupinu policejních potápěčů. Toto téma považujeme za oblast, která by si zasloužila další výzkumné bádání.

12. Souhrn

Stres bývá popisován jako „stav nadměrného zatížení či ohrožení“ (Vágnerová, s. 50). Jednou ze skupin, která je často v souvislosti se svým povoláním stresu vystavena, jsou policejní potápěči. Každý policejní potápěč je zároveň policistou a kromě nároků, vyplývajících z jejich specializace, se jich dotýkají i ty, které souvisí s policií obecně. Tato profese vyžaduje od jedince řadu schopností a specifických vlastností. Naše práce se věnovala právě problematice stresu u policejních potápěčů a zároveň jeho vztahu k osobnostním charakteristikám a celkovému psychickému stavu policejních potápěčů.

Práce byla rozdělena do dvou částí, na část teoretickou a empirickou. V teoretické části jsme se zaměřili na zařazení policejních potápěčů v rámci organizační struktury Policie ČR. Policejní potápěči u Útvaru rychlého nasazení, Zásahových jednotek a Poříčních oddělení vykonávají kromě specifických úkonů spojených s potápěním i činnosti spojené s přímým výkonem dle svého služebního zařazení. Útvar Speciálních potápěčských činností a výcviku zastřešuje veškerý potápěčský výcvik v rámci Policie ČR a provádí speciální potápěčské činnosti ve specifických prostředích (jeskyně, kontaminovaná voda apod.) až do hloubek – 110 metrů. Z výše popisovaného je zřejmé, že stres u policejních potápěčů působí ve dvou rovinách. Jako první zde uvádíme stres spojený s přímým výkonem, k jehož zmapování jsme použily dotazník IPSS. V druhé rovině je stres spojený s potápěčskou činností, pro jehož zmapování byl vytvořen vlastní dotazník, ve kterém byly uvedeny konkrétní problémy, se kterými přichází policejní potápěči při svých činnostech pod vodní hladinou „do styku“.

V teorii je rozvinuta část týkající se potápění z hlediska fyziologických a fyzikálních aspektů, kde jsou nastíněny základní problémy týkající se potápění. S tímto je spojeno dodržování přísných bezpečnostních pravidel při pobytu pod vodní hladinou. Při nedodržení těchto základních pravidel může u potápěčů dojít k poškození zdraví s vratnými či nevratnými změnami. Policejní potápěči pracují pod vodní hladinou v podmínkách, které splňují nejnáročnější stresové aspekty týkající se potápění – chlad, nulová viditelnost, přímý kontakt s mrtvým tělem atd. Při nedostatečném výcviku, jak fyzickém, tak psychologickém, může při výše nastíněných podmínkách dojít u potápěčů až k panice, která se pod vodní hladinou nejčastěji projevuje nutkáním a pocitem dostat se co nejrychleji nad vodní hladinu, což může být v některých případech (hloubkové ponory)

smrtelné.

Policejní potápěči v rámci svých základních specializačních kurzů u OSPČV prochází výcvikem, který je nastaven tak, aby byly schopni možné krizové – stresující situace, které mohou nastat pod vodní hladinou, zvládat. Toto je procvičováno modelovými situacemi, kdy se instruktoři snaží v maximální míře nasimulovat prostředí, ve kterém se policejní potápěči ve své práci budou pohybovat (chlad, nulová viditelnost), přičemž je učí zvládání krizových situací, jak po stránce fyzické, tak po stránce psychické. Po psychické stránce je pod vodní hladinou nejdůležitější, v co nejkratší době, vyhodnotit situaci, která nastala, eliminovat stresory a uklidnit potápěče. Po tomto následují praktické rutinní úkony spojené s bezpečným potápěním.

V návaznosti na teoretickou část byl proveden výzkum, jehož cílem bylo zjistit, jak vnímají policejní potápěči stres ve svém pracovním prostředí a co považují za největší stresory. Dále stanovit profil souboru z hlediska faktorů extraverte, neuroticismu, psychoticismu a zmapovat rysy psychického stavu námi zkoumaného souboru a oba tyto profily srovnat s běžnou populací. Dále nás zajímaly koreláty získaných demografických proměnných (tj. věk a seniorita), vybraných osobnostních charakteristik, vybraných komponent psychického stavu a celkové míry stresu při potápění a při policejní činnosti. Výzkum byl proveden na vzorku 48 probandů, složených z policejních potápěčů a policejních instruktorů potápěčské činnosti z různých částí celé České republiky, z krajských správ Policie ČR a útvarů Policie ČR s celorepublikovou působností. Ke zjištění potřebných dat byly použity čtyři dotazníky: dotazník vlastní konstrukce – Stres při potápění, Inventář pracovního stresu Spielberger, standardizovaný osobnostní dotazník DOPEN, standardizovaný dotazník zaměřující se na psychický stav SUPOS – 7.

Získaná data byla statisticky zpracována. Byl použit Pearsonův korelační koeficient. U některých získaných hodnot byly použity výpočty absolutních a relativních četností, spolu s aritmetickým průměrem.

Stanovili jsme šest hypotéz, které jsme se snažili ověřit provedeným výzkumem. Na základě získaných výsledků můžeme konstatovat, že s celkovou mírou stresu při potápění souvisí celková míra stresu při policejní činnosti. Souvislost snížené kvality psychického stavu s celkovou mírou stresu při potápění se prokázat nepodařilo, souvislost s celkovou mírou stresu při policejní činnosti však ano. Dále bylo v souvislosti se stanovenými hypotézami H4, H5 zjištěno, že délka služebního poměru ani věk nemají vliv

na míru percipovaného stresu při potápění ani při policejní činnosti. Jako významnou se však v souvislosti s celkovou mírou stresu při potápění i při policejní činnosti ukázala být proměnná neuroticismus. Na základě získaných výsledků bylo tedy možné hypotézy H1, H3 a H6 přijmout.

U výzkumných korelátů se projevila určitá významnost na vztahu celkové míry stresu a komponentami psychického stavu policejních potápěčů. Zjistili jsme, že na celkovou míru stresu při potápění má u policejních potápěčů vliv jejich psychická pohoda a impulzivita. Dále byl prokázán významný vztah celkové míry stresu (při potápění i při policejní činnosti) a subjektivních potíží policejních potápěčů. Impulzivita, psychický nepokoj, sklíčenost, úzkostné očekávání a psychická deprese ovlivňují míru stresu při policejní činnosti.

V této výzkumné práci byla prokázána poměrně velká psychická odolnost policejních potápěčů vůči některým pracovním činnostem souvisejícím jak s výkonem potápěčské činnosti, tak s přímým výkonem služby.

Poznatky v této práci poskytují přehled stresujících faktorů, působících v pracovní činnosti policejních potápěčů, jenž mohou negativně ovlivnit celý pracovní proces a ovlivnit fyzické a duševní zdraví policejního potápěče. Tyto poznatky mohou sloužit policejním instruktorům Odboru speciálních potápěčských činností jako podklad pro plánování výcviku a analyzování potápěčských nehod. Tato výzkumná práce bude poskytnuta Odboru speciálních potápěčských činností.

Literatura:

1. Atkinson, R. L. et al. (2003). Psychologie. Praha: Portál.
2. Baštecká, B., Goldmann, P. (2001). Základy klinické psychologie. Praha: Portál.
3. Blatný, M., Kohoutek, T., Janušová, P. (2002). Situačně kongnitivní a osobnostní determinanty chování v zátěžové situaci. *Československá psychologie*, 46(2), 97-108.
4. Burke, T., O'Rear, C. (1998). Forensic diving. *FBI Law Enforcement Bulletin*, 67(4), 1.
5. Čáp, J., Dytrych, Z. (1967). Konflikt, frustrace, stres a utváření osobnosti. Praha: SPN.
6. Čech, J., Borzová, E., Činovský, K., Čuřík, P., Démuthová, S., Dianiška, G., at al. (2005). *Psychológia pre políciu a justíciu*. Trnava: Univerzita sv. Cyrila a Metoda.
7. Čírtková, L. (2004). *Policejní psychologie*. Praha: Portál.
8. Dalecký, J. et al. (2009). *Vybrané problémy služby pořádkové policie*. Praha: Policejní akademie České republiky.
9. Dobeš, D. (2005). *Přístrojové potápění. Praktická příručka pro každého potápěče*. Brno: CP Books.
10. Dvořáková, Z. (2005). *Potápění: základy potápění, výcvik a vybavení, potápěčské sporty*. Praha: Grada.
11. Fousek, L. (2008). *Pracovní spokojenost a stres u policistů*. Nepublikovaná diplomová práce. Univerzita Palackého, Olomouc, Česká republika.
12. Freeman, D. (Ed.). (2002). *Stress & Rescue. Rozpoznání stresu a záchrana při potápění*. ČR: SSI CROTIA.
13. Germonpré, P. (2006). The medical risks of underwater diving and their control. *International SportMed Journal*, 7(1), 1-15.
14. Gunthert, K. C., Cohen, L. H., Armeli, S. (1999). The role of neuroticism in daily stress and coping. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(5), 1087-1100.
15. Hall, C. S., Lindzey, G. (1999). *Psychológia osobnosti*. Bratislava: Slovenské pedagogické nakladateľstvo.
16. Hamer, D., Copeland, P. (2003). *Geny a osobnost*. Praha: Portál 2003.
17. Hartl, P., Hartlová, H. (2000). *Psychologický slovník*. Praha: Portál.
18. Haták, M. (2006). *Pracovní potápění*.

- Zdroj:http://novinky.potapecske.cz/index.php?page=3&dynamic_block=46(2. 4. 2010).
19. Herzogová, Z. (2002). Etické principy policejní práce. *Policista*, č. 4. Příl. I-VIII
 20. Holzapfel, R. B. (1995). *Richtig Tauchen*. München: BLV.
 21. Horáková, M. (2009). Výzkum strategií zvládnání stresu a jejich vztah k dalším charakteristikám u řidičů záchranné služby. *E-psychologie [online]*. 3(2), 10-21. Zdroj:<http://e-psycholog.eu/pdf/horakova.pdf> (3. 3. 2010)
 22. Hošek, V. (1999). *Psychologie odolnosti*. Praha: Karolinum.
 23. Hrnčíř, E., Černoch, O. (1990). *Zdravotnická problematika potápění*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
 24. Charvát, J. (1969). *Život, adaptace a stres*. Praha: Státní zdravotnické nakladatelství.
 25. Irmiš, F. (1996). *Nauč se zvládat stres*. Praha: Alternativa.
 26. Kebza, V. (2005). *Psychosociální determinanty zdraví*. Praha: Academia.
 27. Kebza, V., Šolcová, I. (2004). *Komunikace a stres*. Praha: Státní zdravotní ústav.
 28. Kelley, T. B., Nute, H. D., Zinszer, M. A., Fuelner, M., Stanton, G., Charlton, W., Jr., et al. (2008). *Underwater Crime Scene Investigation: A Guide for Law Enforcement*. Florida: Best Publishing Company.
 29. Kopic, J. (1999). Baro a její kluci.[Elektronická verze]. *Policista*, (10). Zdroj: <http://aplikace.mvcr.cz/archiv2008/casopisy/policista/1999/9910/repo10.html> (12. 11. 2009).
 30. Křivohlavý, J. (1994). *Jak zvládat stres*. Praha: Grada.
 31. Křivohlavý, J. (2003). *Psychologie zdraví*. Praha: Portál.
 32. Kubička, P. (2009). Stres a potápanie. *Potápěč Buddy*, roč. III, č. 15, 40-46.
 33. Kubička, P. (2010). Stres a potápanie. *Potápěč Buddy*, roč.IV, č.16, 54-57.
 34. Kukleta, M. (1972). *Potápění očima lékaře*. Praha: Naše vojsko
 35. Kukleta, M. (1980). *Kapitoly z fyziologie potápěče*. Praha: Ústřední výbor pro spolupráci s armádou.
 36. Lazarus, R. S., Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer Publishing.
 37. Machač, M., Macháčová, H. (1991). *Psychické rezervy výkonnosti*. Praha: Karolinum.
 38. Macháčová, H. (1978). *Objektivní diagnostika duševní zátěže*. Praha: Univerzita Karlova.

39. Maška, R. (2002). Sniper povoláním odstřelovač. Zbraně a náboje, 4 (10), 44-47.
40. Matoušek, O. (2003). Pracovní stres a zdraví. Praha: Výzkumný ústav bezpečnosti práce.
41. Mayerová, M. (1997). Stres, motivace a výkonnost. Praha: Grada.
42. Míček, P. (2009). Příprava příslušníků speciálních jednotek Policie ČR ke zvládnutí krizových situací. Nepublikovaná diplomová práce. Univerzita Tomáše Bati, Brno, Česká republika.
43. Michalík, D. (2008). Psychologie v policejní praxi. Studijní texty.
44. Mikšík, O. (1969). Člověk a svízelné situace. Praha: Naše vojsko.
45. Mikšík, O. (1978). Koncepční východiska studia psychických zátěží v soudobé společnosti. Československá psychologie, 22, č. 5, 419 – 436.
46. Mikšík, O. (1993). Dotazník zaměřený na psychický stav. Praha: Progress.
47. Ministerstvo Vnitřní bezpečnosti České republiky. (2007). Reforma policie České republiky a související problematika vnitřní bezpečnosti: analytické podklady k základním pilířům reformy. Praha: Ministerstvo Vnitřní bezpečnosti.
48. Mohapl, P. (1992). Úvod do psychologie nemoci a zdraví. Olomouc: Univerzita Palackého.
49. Mokry, J. (2001). SDI Rescue Diving Manual. [Učební texty].
50. Nakonečný, M. (2000). Lidské emoce. Praha: Academie.
51. Nakonečný, M. (2003). Úvod do psychologie. Praha: Academia.
52. Nakonečný, M. (2009). Psychologie osobnosti. Praha: Academia.
53. Navrátil, J. (2004). Služební kynologie a hipologie u Policie České republiky. [Elektronická verze]. Policista, (8).
Zdroj:http://aplikace.mvcr.cz/archiv2008/2003/casopisy/pol/0408/propag_info.html
(25. 3. 2010).
54. Pácl, M. (2007). Specifika výcviku potápěčů Policie ČR a vyhledávání předmětů a utonulých osob pod vodní hladinou. Nepublikovaná diplomová práce. Masarykova univerzita, Brno, Česká republika.
55. Pilař, A. (2008). Povolání: Policejní vyjednavatel. [Elektronická verze]. Časopis 112, (3).
Zdroj: http://aplikace.mvcr.cz/archiv2008/casopisy/112/2008/brezen/strana_10.html
(8. 3. 2010).
57. Piškula, F., Piškula, M., Štětina, J. (1985). Sportovní potápění. Praha: Naše vojsko.
58. Prašková, H., Praško, J. (2000). Úzkostné a fobické poruchy. Malá psychiatrie pro

- praktické lékaře. Praha: Galén.
59. Rahimi, M. (1998). Potápění beze strachu. Praha: Granit.
60. Reiterová, E. (2003). Základy statistiky pro studenty psychologie. Olomouc: Vydavatelství UP.
61. Richardson, D., Smith, L. B., Kinsella, J., Shreeves, K., Smith, B., Wohlers, B., et al. (1999). Začněte se potápět. USA: PADI.
62. Ruisel, I., Müllner, J. (1990) Dopen. Příručka. Bratislava: Psychodiagnostické a didaktické testy.
63. Ruiselová, Z., Ficková, E. (Eds.). (1994). Poznávanie a zvládanie závažových situácií I. Bratislava: Ústav experimentálnej psychologie SAV.
64. SDI OPEN WATER MANUAL. (2000). [CD-ROM]. New York: International Trainink.
65. Schinck, A., Schnick, P. (2007). Potápění. Výstroj, rizika, potápěčské kurzy. Čestlice: Rebo.
66. Schreiber, V. (1992). Lidský stres. Praha: Academia.
67. Smékal, V. (2002). Pozvání do psychologie osobnosti: člověk v zrcadle vědomí a jednání. Brno: Barrister & Principal.
68. Stuchlíková, I. (2002). Základy psychologie emocí. Praha: Portál.
69. Svoboda, M. (1999). Psychologická diagnostika dospělých. Praha: Portál.
70. Swickert, R. J., Rosentreter, C. J., Hittner, J. B., & Mushrush, J. E. (2002). Extraversion, social support processes, and stress. *Personality and Individual Differences*, 32, 877-891.
71. Šolcová, I. (2007). Některé psychofyzilogické souvislosti resilience. Praha: Psychologický ústav AV ČR.
72. Švancara, J. (2003). Emoce, motivace, volní procesy. Brno: Psychologický ústav FF MU: MSD.
73. Teather, R. G. (1994). *Encyklopedia of Underwater Investigations*. Flagstaff, AZ: Best Publishing.
74. Vágnerová, M. (2004). Psychopatologie pro pomáhající profese. Praha: Portál.
75. Vaněk, J. J. (2004). O vodě a lidech.[Elektronická verze]. *Policista*, (3). Zdroj: http://aplikace.mvcr.cz/archiv2008/2003/casopisy/pol/0403/pristav_info.html (10. 11. 2009).
76. Vangeli, B. (2009). Zákon o Policii České republiky: komentář. Praha: C.H.Beck.
77. Výrost, J., Slaměník, I. (Eds.). (2001). Aplikovaná sociální psychologie II. Praha:

Portál.

78. Weisgärber, P. (datum neuvedeno). Problémy Policie České republiky prizmatem sociologických metod v modelovém území okresu Prostějov.[Elektronická verze].

Zdroj:

http://web.fame.utb.cz/cs/docs/Weisg_rber_Petr.pdf?PHPSESSID=1fd4004238fa9b47e1764a8762a3279b (10. 9. 2010).

79. Zákon č. 361/2003 Sb., o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů, ve znění pozdějších předpisů.

80. Závazný pokyn Ředitele služby pořádkové policie policejního prezidia ČR č. 7/2010 (ZP ŘS PP PP ČR).

Internetové zdroje:

<http://www.policie.cz/clanek/prubeh-prijimaciho-rizeni.aspx> (26. 3. 2010)

<http://www.policie.cz/clanek/vznik-omezeni-hodnoceni-sluzebniho-pomeru.aspx>
(26. 3. 2010)

<http://www.policie.cz/clanek/sluzebni-prijem-vysluhove-naroky-a-dalsi-socialni-vyhody.aspx> (26. 3. 2010)

<http://www.policie.cz/obrazek/organizacni-struktura-2010-jpg.aspx> (26. 3. 2010)

<http://www.policie.cz/clanek/celorepublikove-utvary-pyrotechnicka-sluzba-pyrotechnicka-sluzba-policie-ceske-republiky.aspx> (12.9.2010)

Přílohy

Seznam příloh:

1. Dotazník Stres při potápění
2. Inventář pracovního stresu Spielberger (IPSS)
3. SUPOS – 7 – PC
4. DOPEN
5. Matice výchozích dat – IPSS
6. Matice výchozích dat – Stres při potápění
7. Výstupy dotazníků Stres při potápění, IPSS, SUPOS – 7, DOPEN
8. Zadání DP
9. Abstrakt DP v českém jazyce
10. Abstrakt DP v anglickém jazyce

Příloha č. 1

Dotazník Stres při potápění

	Stresující okamžik	Míra stresu:				
		nízká/1/	střední /3/	vysoká /5/		
1	Oznámení (zadání) úkolu	1	2	3	4	5
2	Cesta na místo plnění úkolu	1	2	3	4	5
3	Pocit nebezpečí z neznámého prostředí	1	2	3	4	5
4	Špatná až nulová viditelnost pod vodní hladinou	1	2	3	4	5
5	Obava z hyperbarického prostředí (tlak vody)	1	2	3	4	5
6	Obava z řešení krizové situace (např. ztráta vzduchu)	1	2	3	4	5
7	Obava z neúspěchu (nesplnění zadaného úkolu)	1	2	3	4	5
8	Obava z uzavřeného prostoru (potápění pod ledem, jeskyně apod.)	1	2	3	4	5
9	Obava ze studené vody a prochladnutí	1	2	3	4	5
10	Obava z uváznutí pod vodní hladinou	1	2	3	4	5
11	Pátrání po utonulé osobě	1	2	3	4	5
12	Pátrání po utonulém dítěti	1	2	3	4	5
13	Pátrání v kontaminované vodě	1	2	3	4	5
14	Pátrání po věcech pocházejících z trestné činnosti	1	2	3	4	5
15	Pátrání po osobě (lidských ostatcích) ve značném stádiu rozkladu	1	2	3	4	5
16	Časová tíseň	1	2	3	4	5
17	Obava ze ztráty výstroje (maska, ploutve)	1	2	3	4	5

IPSS
INVENTÁŘ PRACOVNÍHO STRESU
 (Modifikace pro povolání policisty)

Pracovní stres může mít významný vliv na životy zaměstnanců a jejich rodin. Účinek stresujících pracovních činností a jejich podmínek je ovlivněn jak mírou stresu tak i jeho frekvencí v čase.

Účelem tohoto přehledu je zjistit Vaše vnímání významných zdrojů stresu ve Vaší práci. Přehled obsahuje 25 tvrzení popisujících činnosti a podmínky spjaté s prací policisty.

Posuzování jednotlivých položek založte na Vaší osobní zkušenosti, stejně jako i na tom, co jste pozoroval u ostatních kolegů. Průměrné stresující činnosti a podmínky označujte číslem 5.

	STRESUJÍCÍ PRACOVNÍ ČINNOSTI NEBO PODMÍNKY	MÍRA STRESU								
		nízká			střední			vysoká		
1.	Přidělení nepřijemných povinností	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2.	Nedostačující materiálně-technické zabezpečení výkonu služby	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3.	Neodpovídající služební příjem	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4.	Nedokonalá organizace výkonu služby	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5.	Nadměrná administrativa policistů	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6.	Nevhodné chování občanů k policistům	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7.	Nepříznivé pracovní prostředí (hluk, změny teploty, klimatických podmínek atd.)	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8.	Snížené možnosti funkčního postupu	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9.	Neodpovídající způsob jednání ze strany nadřízených	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10.	Nedostatečné pravomoci policistů	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11.	Neuznávání role policie veřejností	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12.	Narušené mezilidské vztahy mezi policisty	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13.	Odborné chybování nadřízených	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14.	Přetíženost ve službě	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15.	Nedokonalá legislativa ve výkonu služby	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16.	Neobjektivní posuzování vykonané práce	1	2	3	4	5	6	7	8	9
17.	Nedostačující počet policistů ve službě pro odpovídající zvládnutí úkolů	1	2	3	4	5	6	7	8	9
18.	Konflikty s občany	1	2	3	4	5	6	7	8	9
19.	Nedostatek času na děláni důležitých rozhodnutí	1	2	3	4	5	6	7	8	9
20.	Nesprávně orientovaný výcvik a vzdělávání policistů	1	2	3	4	5	6	7	8	9
21.	Nedostatečné sociální a existenční jistoty povolání	1	2	3	4	5	6	7	8	9
22.	Nedostatečná oprávnění policie v přípravném trestním řízení	1	2	3	4	5	6	7	8	9
23.	Nezájem nadřízených podílet se na řešení problému	1	2	3	4	5	6	7	8	9
24.	Pocit ohrožení zdraví či života ve výkonu služby	1	2	3	4	5	6	7	8	9
25.	Vyšetřování událostí s devastujícími či tragickými důsledky	1	2	3	4	5	6	7	8	9

Pohlaví

Věk

Pracovní zařazení

Vzdělání

Délka praxe u policie

Dnešní datum

IPSS: Inventář pracovního stresu Spielberger. Modifikace pro povolání policisty (Z Vtipil, KP FF UP Olomouc 2002). Autor původní verze: SPIELBERGER, C.D. University of South Florida. Autoři české verze: H. Knotková, F. Man, Praha 2000.

VT 1/2002

SUPOS - 7 - PC

ZAZNAMENEJTE STUPEŇ PROŽÍVÁNÍ NÍŽE UVEDENÝCH POCITŮ A STAVŮ

obvykle

zakroužkováním příslušné číslice:

0 = vůbec ne	1 = zřídka (mírně)	2 = často (silně)	3 = soustavně (velmi silně)
--------------	-----------------------	----------------------	--------------------------------

0 1 2 3	spokojený	0 1 2 3	svěží
0 1 2 3	energický	0 1 2 3	činorodý
0 1 2 3	náladový	0 1 2 3	výbušný
0 1 2 3	rozmrzlý	0 1 2 3	nespokojený
0 1 2 3	napjatý	0 1 2 3	nejistý
0 1 2 3	otrávený	0 1 2 3	pesimistický
0 1 2 3	smutný	0 1 2 3	nešťastný
0 1 2 3	dobře naladěný	0 1 2 3	klidný
0 1 2 3	temperamentní	0 1 2 3	průbojný
0 1 2 3	těžko se ovládající	0 1 2 3	vzteklý
0 1 2 3	netrpělivý	0 1 2 3	neklidný
0 1 2 3	úzkostně naladěný	0 1 2 3	prožívající obavy
0 1 2 3	zmořený	0 1 2 3	vyčerpaný
0 1 2 3	přecitlivělý	0 1 2 3	osamělý

	PE	A	O	N	U	D	S	Σ
HS								
P								

SUBJEKTIVNÍ POTÍŽE A DALŠÍ ÚDAJE:

	vůbec ne	zřídka (mírně)	často (silně)	soustavně (velmi silně)	
0	1	2	3		bolesti hlavy
0	1	2	3		žalud. potíže
0	1	2	3		nechutenství
0	1	2	3		pötivost
0	1	2	3		poruchy spánku
0	1	2	3		nutkání na WC
0	1	2	3		tělesná únava
0	1	2	3		kouření

Příloha č. 4

DOPEN

Návod:

V tomto dotazníku jsou otázky, které se týkají lidského chování a pocitů. Odpovězte prosím, na každou tak, že zakroužkujete odpověď „ano“ nebo „ne“ v záznamním listě, podle toho, jak Vás to nejlépe vystihuje. Nejsou zde žádné správné nebo nesprávné odpovědi, ani žádné „chytáky“. Správná je každá pravdivá odpověď.

1. Máte často střídavě dobrou a špatnou náladu?
2. Nechal(a) jste se někdy pochválit za něco, o čem jste věděl(a), že to ve skutečnosti udělal někdo jiný?
3. Jste hovorný(á), mluvíte rád(a)?
4. Cítíte se někdy mizerně a ani nevíte proč?
5. Byl(a) jste někdy chamtivý(á) a vzal(a) jste si víc, než Vám patřilo?
6. Myslíte si o sobě, že máte živou povahu?
7. Rozrušilo by Vás hodně, kdybyste viděl(a), jak trpí dítě nebo zvíře?
8. Trápíte se často tím, že jste udělal(a) či řekl(a) něco, co jste neměl(a)?
9. Když řeknete, že něco uděláte, dodržíte vždycky svůj slib, a to přes všechny překážky?
10. Umíte se obyčejně ve veselé společnosti úplně uvolnit a rozveselit?
11. Setkáváte se rád(a) s novými lidmi?
12. Jsou Vaše city lehko zranitelné?
13. Stáhnete se při společenské příležitosti do ústraní?
14. Užil(a) byste léky, které mohou mít neobvyklý nebo škodlivý účinek?
15. Zdá se Vám často, že máte všeho "po krk"?
16. Přivlastnil(a) jste si někdy něco (třeba jen špendlík nebo knoflík), i když Vám to nepatřilo?
17. Chodíte rád(a) do společnosti?
18. Působí Vám potěšení, když zraňujete lidi, které máte rád(a)?
19. Trápí Vás často pocity viny?
20. Mluvíte občas o věcech, o kterých nic nevíte?
21. Dáváte celkově přednost čtení před stykem s lidmi?
22. Řekl(a) byste o sobě, že jste nervózní?
23. Máte hodně přátel?
24. Děláte rád(a) žerty, které mohou skutečně někomu ublížit?
25. Myslíte, že jste člověk, který se často trápí?
26. Jako dítě jste plnil(a) příkazy hned a bez odmlouvání?
27. Děláte si starosti s "hroznými věcmi", které by se mohly přihodit?
28. Poškodil(a) nebo ztratil(a) jste někdy něco, co patřilo někomu jinému?
29. Ujímáte se obyčejně iniciativy při navazování nových přátelství?

30. Řekl(a) byste o sobě, že jste nervózní nebo že žijete v napětí?
31. Jste mezi lidmi většinou zticha?
32. Chlubíte se někdy?
33. Dokážete snadno oživit nudnou společnost?
34. Řekl(a) jste někdy o někom něco špatného nebo hanlivého?
35. Vypravujete svým přátelům rád(a) vtipy a veselé historky?
36. Stýkáte se rád(a) s lidmi?
37. Mrzí Vás, když víte o chybách ve své práci?
38. Máte skoro vždycky pohotově odpověď, když Vás někdo osloví?
39. Cítíte se často bez zjevné příčiny skleslý(á) a unavený(á)?
40. Podváděl(a) jste někdy při nějaké hře?
41. Děláte rád(a) věci, při kterých je třeba rychle jednat?
42. Zdá se Vám často, že je život nudný?
43. Využil(a) jste někdy někoho?
44. Myslíte, že je více lidí, kteří se snaží vyhýbat se Vám?
45. Trápíte se někdy kvůli svému vzhledu?
46. Vyhnul(a) byste se placení daní, kdybyste si byl(a) jist(a), že se na to nemůže přijít?
47. Dovedete rozproudit zábavu ve společnosti?
48. Trápíte se dlouho po nějaké nepříjemné zkušenosti?
49. Trpíte na "nervy"?
50. Rozpadají se Vaše přátelství lehko bez Vaší viny?
51. Cítíte se často osamělý(á)?
52. Dodržíte vždy to, co prohlašujete za správné?
53. Potrápíte někdy rád(a) zvířata?
54. Máte kolem sebe rád(a) hodně vzruchu?
55. Byl(a) byste rád(a), kdyby se Vás lidé báli?
56. Odkládáte někdy na zítřek to, co byste měl(a) udělat dnes?
57. Myslí si o Vás lidé, že jste velmi živý(á)?
58. Domníváte se, že Vám lidé hodně lžou?

59. Jste vždycky ochoten(ochotna) připustit, že jste udělal(a) chybu?
60. Potřebujete často povzbuzení od chápavých přátel?
61. Máte víc těžkostí než většina lidí?
62. Jsou lidé, kteří Vám chtějí uškodit?
63. Cítíte se někdy nesmělý(á), když chcete hovořit s přítažlivým člověkem?
64. Jednáte a mluvíte obvykle rychle, bez dlouhého přemýšlení?
65. Zdá se Vám, že se lidé obvykle snadno urážejí?
66. Svalujete většinu svých problémů na někoho jiného?
67. Když uděláte něco důležitého, máte často pocit, že jste to mohl(a) udělat lépe?
68. Dotáhl(a) byste to o mnoho dále, kdyby nebylo lidí, kteří Vám kladli do cesty překážky?
69. Stává se Vám velmi často, že jen tak sedíte a nic neděláte?
70. Zasníte se často během dne?
71. Když na Vás někdo křičí, odpovídáte také křikem?
72. Je (nebo byl) Váš otec dobrý člověk?
73. Míváte záchvaty třesu nebo chvění?
74. Býváte obvykle velmi nešťastný(á)?
75. Dáte mnoho na to, co si o Vás myslí druzí?
76. Míváte často děsivé sny?
77. Mluvíte normálně dost hlasitě?
78. Honí se Vám myšlenky v hlavě tak, že nemůžete usnout?
79. Povídáte si s lidmi tak rád(a), že využijete každou příležitost dát se do řeči s cizí osobou?
80. Trpíte různými bolestmi a obtížemi?
81. Pohybujete se pomalu a beze spěchu?
82. Dřív než se pro něco rozhodnete, požádáte obvykle někoho o radu?
83. Trápí Vás pocity méněcennosti?
84. Děláte si rád(a) legraci z druhých lidí?
85. Rozhodujete se často příliš pozdě?
86. Bylo Vám nepříjemné vyplňovat tento dotazník?

DOPEN

Odpovedový hárok

T - 61

Meno a priezvisko: _____ Vek: _____

P _____ E _____ N _____ L _____

Dátum: _____

2. strana		3. strana		4. strana	
1.	áno nie	30.	áno nie	59.	áno nie
2.	áno nie	31.	áno nie	60.	áno nie
3.	áno nie	32.	áno nie	61.	áno nie
4.	áno nie	33.	áno nie	62.	áno nie
5.	áno nie	34.	áno nie	63.	áno nie
6.	áno nie	35.	áno nie	64.	áno nie
7.	áno nie	36.	áno nie	65.	áno nie
8.	áno nie	37.	áno nie	66.	áno nie
9.	áno nie	38.	áno nie	67.	áno nie
10.	áno nie	39.	áno nie	68.	áno nie
11.	áno nie	40.	áno nie	69.	áno nie
12.	áno nie	41.	áno nie	70.	áno nie
13.	áno nie	42.	áno nie	71.	áno nie
14.	áno nie	43.	áno nie	72.	áno nie
15.	áno nie	44.	áno nie	73.	áno nie
16.	áno nie	45.	áno nie	74.	áno nie
17.	áno nie	46.	áno nie	75.	áno nie
18.	áno nie	47.	áno nie	76.	áno nie
19.	áno nie	48.	áno nie	77.	áno nie
20.	áno nie	49.	áno nie	78.	áno nie
21.	áno nie	50.	áno nie	79.	áno nie
22.	áno nie	51.	áno nie	80.	áno nie
23.	áno nie	52.	áno nie	81.	áno nie
24.	áno nie	53.	áno nie	82.	áno nie
25.	áno nie	54.	áno nie	83.	áno nie
26.	áno nie	55.	áno nie	84.	áno nie
27.	áno nie	56.	áno nie	85.	áno nie
28.	áno nie	57.	áno nie	86.	áno nie
29.	áno nie	58.	áno nie		

Matice výchozích dat – IPSS

Příloha č. 5

	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	40	41	42	43	44	45	46	47	48
1	5	3	4	5	3	2	5	4	4	4	6	7	2	5	3	4	7	3	3	4	2	4	4	6	4	5	4	4	6	3	5	5	2	9	6	5	4	3	3	7	7	6	3	5	4	5	3	6
2	7	5	6	5	6	2	7	6	4	1	6	7	6	5	5	1	4	4	7	4	3	4	5	4	2	5	4	4	4	2	3	1	2	2	7	6	4	5	6	3	6	4	3	6	4	4	4	7
3	8	4	6	8	4	4	6	4	1	5	6	3	4	5	5	6	7	5	7	9	3	4	5	5	3	9	6	6	5	2	3	7	2	9	4	7	3	6	6	5	5	3	3	3	4	6	6	4
4	7	4	6	5	7	2	5	6	3	8	6	3	6	6	7	5	5	6	7	7	4	4	5	4	5	9	5	4	6	2	4	6	3	3	7	6	3	3	6	3	5	7	6	7	6	7	4	7
5	6	9	5	7	7	4	5	6	4	3	2	3	3	7	8	3	4	4	9	3	3	7	4	7	7	9	4	4	7	3	5	6	3	9	8	4	3	7	3	6	4	1	8	8	5	7	2	7
6	5	9	4	6	3	3	5	3	2	3	4	9	2	7	7	5	3	4	6	3	3	3	4	6	6	5	2	5	5	2	6	2	3	1	8	7	3	6	3	4	6	1	9	6	5	5	2	6
7	5	4	3	4	5	2	1	3	3	1	6	3	2	6	5	1	3	2	3	3	2	3	4	3	3	5	2	3	5	4	5	5	2	1	6	6	2	3	3	5	7	1	1	3	3	4	2	7
8	5	1	4	5	4	3	5	3	2	7	4	3	3	6	6	1	4	3	6	8	4	3	5	3	2	7	5	6	6	3	4	8	5	4	6	7	2	4	4	6	5	3	3	3	5	7	1	5
9	6	1	2	5	3	2	3	6	4	9	4	7	3	6	7	3	6	5	8	9	6	3	6	5	3	7	5	4	5	2	6	9	4	9	7	6	2	4	6	6	6	7	3	8	6	8	5	8
10	5	6	4	7	3	2	5	2	2	2	4	5	2	7	5	2	5	4	7	9	3	3	5	2	6	9	2	4	4	3	6	4	5	2	5	7	5	5	6	4	4	3	7	5	6	3	5	3
11	5	1	6	7	3	2	6	2	3	4	4	9	2	7	6	3	4	5	3	4	3	3	5	2	7	5	2	5	4	3	6	5	4	2	7	6	4	4	3	4	4	3	7	5	5	4	1	6
12	4	1	6	6	6	1	5	1	2	2	4	2	2	6	6	4	5	7	8	6	5	3	6	7	2	5	3	6	5	3	5	6	3	9	7	6	3	2	4	4	5	3	3	5	5	7	1	7
13	5	4	3	6	3	2	6	6	3	5	4	8	4	6	7	5	6	6	5	4	4	7	7	3	3	7	3	5	3	3	5	9	3	9	7	7	4	2	6	7	7	4	6	7	7	7	1	7
14	5	4	4	7	6	2	4	3	6	3	4	5	5	5	5	2	7	4	6	6	5	4	5	7	5	7	6	4	4	3	5	5	2	9	7	7	2	6	3	7	7	2	3	4	7	5	1	8
15	5	4	4	6	3	2	7	2	4	7	4	3	2	5	6	3	5	4	6	3	5	4	5	1	6	9	3	4	5	3	4	4	5	1	7	6	3	3	6	5	4	2	4	4	4	4	4	6
16	5	3	5	6	6	2	6	3	4	6	4	7	3	7	6	4	4	6	5	9	6	4	7	4	3	9	3	5	6	5	4	9	4	1	8	7	3	4	4	6	5	4	5	7	5	8	5	7
17	4	6	7	7	6	1	5	2	4	2	4	1	5	5	7	2	5	4	7	5	4	4	5	7	2	5	5	6	7	4	4	2	3	1	7	6	4	6	3	5	6	1	2	5	7	5	4	8
18	5	6	5	7	3	1	2	2	2	1	4	4	2	4	7	1	3	4	6	3	3	3	5	2	5	5	2	5	4	4	6	1	2	1	7	6	3	3	3	4	6	5	3	8	5	5	1	5
19	4	8	6	6	4	3	3	2	2	7	4	2	6	4	7	6	4	2	4	3	4	3	5	4	7	5	4	4	4	3	6	2	4	3	8	5	4	3	3	3	8	2	5	5	5	7	1	7
20	5	7	5	6	3	2	1	2	3	2	4	5	5	7	6	4	4	2	7	7	5	7	7	5	4	7	4	6	4	5	4	6	2	1	7	6	3	5	6	5	5	3	7	7	3	5	1	6
21	6	7	6	6	3	2	8	5	6	8	4	7	6	7	7	5	6	3	5	9	5	3	7	7	2	9	5	5	6	7	3	8	4	9	8	7	3	3	6	7	8	2	6	4	3	5	4	8
22	5	7	7	6	3	2	5	2	5	3	4	3	3	4	2	1	5	3	4	3	3	3	5	1	2	7	6	6	4	1	2	3	4	1	7	6	3	4	4	4	4	3	1	5	5	4	4	8
23	5	3	3	7	3	1	3	6	4	9	4	5	4	4	6	7	4	6	3	7	5	5	7	8	2	7	7	5	3	3	3	7	4	1	7	6	3	2	6	7	5	2	3	6	5	8	5	8
24	4	3	9	5	6	3	5	6	4	2	4	9	5	4	5	2	7	3	4	9	3	3	6	4	5	9	6	6	6	5	3	4	3	1	6	6	2	5	3	5	4	2	3	7	8	4	2	5
25	5	3	7	7	6	2	5	5	2	1	4	4	2	4	3	7	6	2	3	7	5	3	5	2	2	9	5	5	7	4	3	4	3	1	8	6	3	5	3	5	8	1	3	5	8	8	1	7

Příloha č. 6

Matice výchozích dat – Dotazník Stres při potápění

	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	40	41	42	43	44	45	46	47	48			
1	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	
2	3	1	2	2	1	2	3	2	3	1	2	2	1	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	1	2	2	3	2	3	1	3	1	1	2	3	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2		
3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	4	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	2	3	4	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	4	3	2	3	4	2	3	3		
4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	2	5	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3		
5	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3		
6	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4		
7	2	2	3	3	2	3	1	1	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	1	2	3	2	3	2	1	3	1	3	2	1	3	3	3	2	2	3	2	3	1	2	3	2	3	2	2			
8	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	5	4	5	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	5	4	4	5	4	3	3	4	3	5	4	4	3	4	4	3	3			
9	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	4	2	3	3	2	4	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	4	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3			
10	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	5	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	5	3	3	4	3	5	3	5	4	3	4	4	3	3	5	4	4	3	4	4	4			
11	4	5	4	4	4	3	4	5	4	3	4	4	3	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5	4	3	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4		
12	4	4	5	4	5	4	5	4	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	4	4	4	5	4	5	5	4	5	5	5	5	4	4	5	4	5	5	4	5	5	4	5	4	5	4	5	4	5	5		
13	4	4	3	4	4	3	4	5	3	4	3	4	5	5	4	3	4	3	3	4	5	4	4	5	3	4	5	4	3	2	3	4	4	5	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	5	3	4	
14	2	2	3	2	2	1	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	1	3	2	2	2	3	2	2	3	1	2	2	1	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3
15	5	4	5	4	4	4	4	3	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5
16	2	2	2	3	2	1	3	2	3	2	2	1	1	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	1	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3
17	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	1	3	3	3	2	4	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	

Příloha č. 7

Výstupy dotazníků Stres při potápění, IPSS, SUPOS – 7, DOPEN

Subjekt	Věk	Seniorita	Vzd	Zař	CMSP	ISSS			SUPOS – 7 - PC									DOPEN			
						POP	PKP	Suma	PE	A	O	N	U	D	S	Σ	NEU	P	E	N	L
1	25	5	SŠ	POT	53	55	76	131	8	9	3	4	3	4	4	25	2	3	22	2	4
2	25	5	SŠ	POT	51	50	63	113	9	7	2	3	3	2	0	18	4	2	12	12	8
3	27	7	SŠ	POT	53	49	78	127	9	9	6	7	5	7	7	38	4	3	20	7	0
4	28	2	SŠ	POT	53	59	93	152	9	5	0	2	1	5	0	18	9	1	13	5	0
5	29	10	VŠ	POT	50	45	64	109	8	9	4	3	4	2	3	23	3	1	13	5	7
6	30	9	SŠ	POT	46	23	31	54	9	7	3	5	2	1	0	19	0	0	14	2	13
7	30	10	SŠ	POT	54	49	69	118	8	8	4	4	3	4	1	24	4	1	20	3	8
8	31	11	VŠ	POT	47	36	56	92	8	7	3	2	1	2	0	17	1	1	22	0	6
9	31	11	SŠ	POT	53	37	46	83	8	7	0	0	0	0	0	9	1	1	20	1	0
10	31	10	SŠ	ZJ	52	40	65	105	8	5	7	6	4	6	3	37	4	2	7	11	1
11	31	11	VŠ	ZJ	50	44	64	108	10	10	2	4	2	1	1	14	5	2	25	0	4
12	32	12	SŠ	ZJ	53	44	80	124	8	8	5	4	4	4	4	29	7	1	18	0	5
13	32	13	SŠ	POT	50	37	52	89	8	8	3	5	3	3	4	26	4	2	22	2	3
14	32	8	SŠ	POT	53	57	82	139	8	8	4	4	4	5	4	29	10	3	19	6	5
15	33	15	VŠ	POT	53	53	91	144	8	8	3	3	1	2	0	17	2	2	20	0	8
16	33	11	VŠ	INST	55	26	61	87	9	8	0	2	1	0	0	10	3	2	22	2	2
17	33	11	SŠ	POT	57	50	73	123	7	8	1	4	3	3	2	22	4	1	22	6	3
18	34	13	VŠ	INST	51	37	64	101	10	10	5	6	3	3	4	25	5	0	16	1	6
19	35	13	VŠ	INST	56	62	77	139	8	11	5	4	2	3	0	20	1	1	18	0	4
20	36	17	SŠ	POT	54	54	90	144	7	7	5	6	4	3	4	32	4	1	20	19	4

21	36	13	VŠ	POT	53	37	61	98	10	8	4	3	2	0	1	16	4	2	20	0	2
22	36	19	VŠ	INST	47	43	54	97	8	8	4	4	4	4	4	28	2	1	17	1	13
23	36	17	VŠ	POT	53	50	84	134	8	6	3	4	4	4	3	28	2	1	9	2	9
24	36	18	SŠ	POT	52	40	69	109	8	5	4	5	2	4	3	29	4	10	17	11	3
25	37	2	VŠ	POT	51	43	55	98	8	6	4	4	4	5	2	29	5	3	11	1	9
26	38	15	SŠ	POT	58	74	101	175	8	10	6	4	5	6	4	31	9	5	23	16	5
27	38	16	VŠ	POT	50	43	60	103	9	8	3	5	2	4	0	21	3	2	17	0	2
28	38	15	SŠ	POT	55	46	75	121	8	8	4	4	2	3	1	22	4	6	11	7	3
29	38	15	SŠ	POT	54	50	75	125	7	5	4	5	5	5	3	34	8	1	16	5	5
30	39	13	SŠ	POT	47	28	54	82	8	4	2	4	3	2	0	23	5	1	8	2	4
31	39	15	SŠ	POT	53	42	68	110	8	7	4	4	4	3	2	26	6	4	23	12	0
31	39	20	VŠ	ZJ	49	48	80	128	11	11	0	1	2	1	1	7	4	0	17	0	8
33	39	19	VŠ	ZJ	50	34	47	81	9	8	4	2	3	1	1	18	1	4	17	0	5
34	40	18	SŠ	POT	50	41	58	99	8	7	2	2	1	1	0	15	2	4	9	2	4
35	40	20	VŠ	POT	59	67	105	172	7	4	6	8	7	6	6	46	10	2	7	15	4
36	41	21	VŠ	POT	56	60	94	154	8	8	5	3	3	2	0	21	4	2	23	2	7
37	41	18	SŠ	POT	48	32	46	78	8	8	3	3	3	4	2	23	2	0	19	1	7
38	42	22	SŠ	POT	51	45	58	103	6	5	6	5	6	6	3	39	5	1	18	7	7
39	45	18	VŠ	POT	54	47	62	109	8	8	4	4	4	4	4	28	6	0	5	0	3
40	45	25	VŠ	POT	47	50	77	127	9	5	3	4	4	4	4	29	7	2	13	11	5
41	47	24	SŠ	POT	53	51	90	141	8	7	3	4	3	3	0	22	5	0	14	1	5
42	48	30	SŠ	ZJ	52	34	41	75	8	7	3	4	3	4	2	25	7	1	6	7	6
43	48	28	VŠ	POT	52	45	62	107	12	11	5	3	2	2	0	13	1	1	16	0	13
44	50	30	VŠ	POT	53	54	84	138	8	7	5	5	6	7	5	37	5	3	10	12	0
45	55	34	SŠ	POT	51	49	81	130	8	8	4	4	2	2	1	21	4	4	6	11	3

46	56	20	VŠ	POT	55	51	91	142	8	9	4	5	2	2	1	21	6	4	14	5	3
47	56	30	VŠ	POT	52	29	41	70	9	8	4	2	1	1	2	17	1	1	18	1	7
48	60	38	SŠ	POT	56	63	100	163	8	8	5	5	3	2	3	26	4	2	15	11	7

Příloha č. 8 – Zadání DP

Univerzita Palackého v Olomouci
Filozofická fakulta
Akademický rok: 2008/2009

Studijní program: Psychologie
Forma: Prezenční
Obor/komb.: Psychologie (PS)

Podklad pro zadání DIPLOMOVÉ práce studenta

PŘEDKLÁDÁ:	ADRESA	OSOBNÍ ČÍSLO
PLUSKALOVÁ Veronika	Loučany 819, Loučany	F05416

NÁZEV TÉMATU ČESKY:

Stres u policejních potápěčů

NÁZEV TÉMATU ANGLICKY:

Stress among police divers

VEDOUcí PRÁCE:

Doc. PhDr. Zdeněk Vtípil, CSc. - PCH

ZÁSADY PRO VYPRACOVÁNÍ:

Spec. zaměření: K současným sociálním, ekonomickým a psychologickým problémům pracovníků PČR, Osobnost a emocionalita, pojetí, teorie, Náročná životní situace (stres, frustrace, deprivace, vymezení, teorie, determinanty), Speciální policejní profese (vě. potápění), (ps. požadavky, orient. profesiogram), Kritické podmínky a činnosti u policejních potápěčů.
Cíl práce: Profil stresorů u policejních potápěčů.

Metodika: Modif. Spielberg, SVF 78 (?), vybran. osobn. dot. či dotaz. pro zjišť. psych. stavu.

Zkoumaný soubor: Cca 40 resp.

Statistika: Pearson.

SEZNAM DOPORUČENÉ LITERATURY:

- Joshi, V. (2009). Stres a zdraví. Praha: Portál.
Křivohlavý, J. (2008). Psychologie nemocí. Praha: Grada.
Křivohlavý, J. (2008). Psychologie zdraví. Praha: Portál.
Mayerová, M. (1999). Stres, motivace, výkonnost. Praha: Grada.
Merkunová, A., Orel, M. (2009). Anatomie a fyziologie člověka. Praha: Grada.
Praško, J. (2009). Úzkostné poruchy. Praha: Portál.
Říčan, P. (2009). Psychologie osobnosti - Obor v pohybu. Praha: Grada.
Stuchlíková, I. (2009). Základy psychologie emocí. Praha: Portál.
Vágnerová, M. (2008). Psychopatologie pro pomáhající profese. Praha: Portál.
Výrost, J., Slaměník, I. (2008). Sociální psychologie. Praha: Grada
Časopisy: Policista, psychologie v praxi, Čs. psychologie. Elektr. zdroje.

Podpis studenta:

[Handwritten signature]

Datum: 29.5.2009

Podpis vedoucího práce:

[Handwritten signature]

Datum: 29.5.2009

Podpis vedoucího katedry:

[Handwritten signature]

Datum: 29.5.09

Podpis děkana:

[Handwritten signature]

Datum: 03. 06. 2009



Příloha č. 9 – Abstrakt DP v českém jazyce

Vysoká škola: **Univerzita Palackého v Olomouci**

Fakulta: **Filozofická**

Katedra: **Psychologie**

Školní rok: **2010/2011**

ABSTRAKT DIPLOMOVÉ PRÁCE

Jméno: **Veronika Pluskalová**

Obor: **Psychologie – jednooborová**

Vedoucí práce: **Doc. PhDr. Zdeněk Vtípil, CSc.**

Rok imatrikulace: **2005**

Počet stran: **110**

Název diplomové práce:

Stres u policejních potápěčů

Abstrakt diplomové práce:

Diplomová práce je zaměřena na problematiku stresu ve vztahu k osobnostním charakteristikám a psychickému stavu policejních potápěčů. V teoretické části jsou popsány specifika policejní práce se zaměřením na policejní potápěče, je zde uvedena problematika osobnosti, emocionality a stresu. Ústředním tématem je problematika potápění a stresu při potápění. V praktické části zjišťujeme vztah mezi osobnostními charakteristikami, psychickým stavem, demografickými daty policejních potápěčů na straně jedné a mírou stresu při policejní činnosti a při potápění na straně druhé. V rámci výzkumu byly použity dotazníky DOPEN, SUPOS – 7, IPSS a dotazník vlastní konstrukce (Stres při potápění).

Klíčová slova:

Stres, policejní potápěč, psychický stav, osobnost, policie

Příloha č. 10 – Abstrakt DP v anglickém jazyce

University: **Palacký University in Olomouc**

Faculty: **Philosophical**

Department: **Psychology**

Academic Year: **2010/2011**

THESIS SUMMARY

Name: **Veronika Pluskalová**

Field of study: **Psychology – single subject**

Supervisor: **Doc. PhDr. Zdeněk Vtípil, CSc.**

Imatriculation Year: **2005**

No. Of pages: **110**

Title of master theses:

Stress among police divers

Summary of the thesis:

The topic of the diploma thesis is focused on the police divers, the relationship between their personality characteristics, mental condition and their style of coping with the stress. In the theoretical part we can find the specifics of the police job with the attention to the police divers. The main part is about the police diving and the stress caused by it. In the practical part we are discovering the connections between personal characteristics, mental condition, demographic background of the police divers and the measure of the stress by the typical police activities and by the diving. For the research there were the following psychological tests used: DOPEN, SUPOS – 7, IPSS and the questionnaire made only for the purpose of this thesis (The Stress by the diving).

Key words:

Stress, police diver, mental condition, personality, the police

