

Univerzita Hradec Králové

Pedagogická fakulta

Ústav sociálních studií

**Stresové situace a chování policistů pořádkové
policie při a po použití střelné zbraně**

Bakalářská práce

| | |
|-------------------|--|
| Autor: | Ivo Šubrt |
| Studijní program: | Specializace v pedagogice, BSKNS |
| Studijní obor: | Sociální komunikace v neziskovém sektoru |
| Vedoucí práce: | PhDr. Jan Hubert |
| Oponent práce: | PhDr. Josef Kasal, MBA, Ph.D. |



Zadání bakalářské práce

| | |
|-----------------------------------|---|
| Autor: | Ivo Šubrt |
| Studium: | P17K0245 |
| Studijní program: | B7507 Specializace v pedagogice |
| Studijní obor: | Sociální komunikace v neziskovém sektoru |
| Název bakalářské práce: | Stresové situace a chování policistů pořádkové policie při a po použití střelné zbraně |
| Název bakalářské práce AJ: | Stress situations and behaviour of policemen during use and after use firearms |

Cíl, metody, literatura, předpoklady:

Bakalářská práce se zabývá problematikou stresových situací a chování policistů pořádkové policie při použití střelné zbraně. Teoretická část práce definuje hlavní pojmy týkající se tématu, charakterizuje pojem stresu, různé stresové situace, chování ve stresové situaci, popisuje vybrané druhy stresových situací, do nichž se policisté pořádkové policie dostávají v rámci výkonu služby, výcvikové metody zvládnání stresu a stresových situací policistů, služební příprava na výkon služby na ulici a jiných situacích vyplývajících z výkonu služby pořádkové policie, zvládnání stresových situací. Práce mapuje různé druhy stádía stresu od doby oznámení situace až po ukončení zákroku, rizikové chování a prevence na takové chování. Empirická část práce se zabývá problematikou použití střelné zbraně ve službě, přípravou na takovou situaci a vypořádání se s takovou situací v teoretické i praktické rovině. S využitím kvalitativní metody polostrukturovaného rozhovoru.

ČIRTKOVÁ, Ludmila. Policejní psychologie. 1. Praha: Support, 1995, ISBN 80-7178-475-3. JUMR, Zdeněk. Jak přežít v betonové džungli. 1. Praha: Armex, 1980, ISBN 80-86244-19-9. ČERNÝ, Pavel. Manuál obranné střelby. 1. Praha: Grada Publishing, 2004, ISBN 978-80-247-0739-6. SÝKORA, Jaroslav a Josef DVOŘÁK. Jak zvládat krizové situace. Praha: Policejní akademie České republiky, 2000, ISBN 80-7251-050-9. VÁGNEROVÁ, Marie. Vývojová psychologie. 1. Praha: Portál, 2000, 552 s, ISBN 80-7178-308-0. DOČKAL, Petr. Metodická příručka - střelecká příprava. 1. Praha: OTPS MV, 1995, 72 s.

Garantující pracoviště: Katedra sociální patologie a sociologie, Pedagogická fakulta

Vedoucí práce: PhDr. Jan Hubert

Oponent: PhDr. Josef Kasal, MBA, Ph.D.

Datum zadání závěrečné práce: 13.2.2019

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracoval samostatně pod vedením vedoucího práce PhDr. Jana Huberta, uvedl jsem všechny použité literární a odborné zdroje a dodržoval zásady etiky.

V Hradci Králové dne

.....
Ivo Šubrt

Poděkování

Děkuji PhDr. Janu Hubertovi za odborné vedení, cenné rady a připomínky, které mi poskytl při vypracovávání této bakalářské práce. Dále také děkuji rodině a kolegům, kteří mi byli nápomocni anebo mne podporovali.

Anotace

ŠUBRT, Ivo. *Stresové situace a chování policistů pořádkové policie při a po použití střelné zbraně*. Hradec Králové, 2021, 71 s. Bakalářská práce. Pedagogická fakulta Univerzity Hradec Králové.

Bakalářská práce se zabývá problematikou stresových situací a chování policistů pořádkové policie při a po použití střelné zbraně. Teoretická část práce definuje hlavní pojmy týkající se tématu, charakterizuje pojem stres, různé stresové situace, chování ve stresové situaci, popisuje vybrané druhy stresových situací, do nichž se policisté pořádkové policie dostávají v rámci výkonu služby, výcvikové metody zvládnání stresu a stresových situací policistů, služební přípravu na výkon služby na ulici a jiné situace vyplývající z výkonu služby pořádkové policie, zvládnání stresových situací. Práce mapuje různé druhy stádia stresu od doby oznámení situace až po ukončení zákroku, rizikové chování a prevenci takového chování.

Empirická část práce se zabývá problematikou použití střelné zbraně ve službě, přípravou na takovou situaci a vypořádání se s uvedenou situací v teoretické i praktické rovině, a to využitím kvalitativní metody polostrukturovaného rozhovoru.

Klíčová slova:

Stres, stresové situace při policejní práci, stresory u policistů ve výkonu služby, syndrom vyhoření u policistů, post-shooting trauma, střelná zbraň, výzbroj Policie ČR, výcvikové metody Policie ČR.

Annotation

ŠUBRT, Ivo. *Stressful situations and behavior of riot police officers during and after the use of the firearm*. Bachelor Degree Thesis. Hradec Kralove: Faculty of Education, University of Hradec Kralove, 2021. 71 pp.

The bachelor thesis inquires into stressful situations and the behavior of riot police officers during and after the use of a firearm. The theoretical part of the thesis defines the main concepts related to the topic, characterizes the concept of stress, various stressful situations, behavior in stressful situations, describes selected types of stressful situations that riot police officers get into the service, training methods of stress management and stressful situations of police officers, service preparation for the performance of service on the street and other situations resulting from the performance of the riot police service, management of stressful situations. The work maps various types of stress stages from the time of notification of the situation to the end of the procedure, risky behavior and prevention of such behavior.

The empirical part of the work deals with the issue of using a firearm in service, preparation for such a situation and dealing with such a situation in the theoretical and practical level. Using a qualitative method of semi-structured interview.

Key words:

Stress, stressful situations during police work, stressors in police officers in the performance of their duties, burnout syndrome in police officers, post-shooting trauma, firearm, armament of the Police of the Czech Republic, training methods of the Police of the Czech Republic.

Obsah

| | |
|---|----|
| Úvod | 8 |
| 1 Služba u Policie České republiky | 11 |
| 1.1 Uchazeči o práci u Policie ČR | 12 |
| 1.2 Služba pořádkové policie..... | 13 |
| 1.3 Negativní jevy v policejní činnosti | 14 |
| 1.4 Současná výzbroj policistů pořádkové policie..... | 17 |
| 1.5 Krátce o výcviku u Policie ČR..... | 20 |
| 1.6 Oprávnění policisty použít zbraň | 21 |
| 2 Stres | 24 |
| 2.1 Psychická zátěž a stres | 26 |
| 2.2 Druhy stresu – distres a eustres..... | 27 |
| 2.3 Stresory..... | 31 |
| 2.4 Frustrace, deprivace, krize | 34 |
| 2.5 Traumatická událost | 35 |
| 3 Stres u Policie České republiky | 36 |
| 3.1 Stres v policejní práci | 37 |
| 3.2 Syndrom vyhoření u policistů..... | 41 |
| 3.3 Použití střelné zbraně (post-shooting trauma) | 43 |
| 3.4 Psychologická podpora u Policie ČR a zvládnání stresu policisty | 46 |
| 4 Výzkumné šetření | 48 |
| 4.1 Cíl výzkumného šetření a vědecko-výzkumné otázky..... | 49 |
| 4.2 Metodologie tohoto výzkumného šetření | 50 |
| 4.3 Badatelské otázky..... | 52 |
| 4.4 Výsledky výzkumného šetření..... | 52 |
| 4.5 Shrnutí výzkumného šetření | 59 |
| Závěr..... | 64 |
| Citované zdroje | 67 |
| Seznam příloh | |

Úvod

Pro svou bakalářskou práci jsem zvolil téma stres, stresové situace a chování policistů pořádkové policie při a po použití střelné zbraně. Pracuji jako řadový policista v přímém výkonu služby pořádkové policie již 17 let. Stres a stresové situace zažívám při výkonu své pracovní profese poměrně často. Během svého pracovního nasazení jsem získal i osobní zkušenost s použitím střelné zbraně proti jedinci při služebním zákroku. Ač se velká část veřejnosti domnívá, že jsou policisté vůči stresu odolní, není tomu vždy tak. Řeší své starosti v rodinách, ve všedním životě, tak i v zaměstnání. Nejsou to všemocní profesionálové a nevědí všechno. V současné době má práce policisty stále vyšší požadavky na pracovní nasazení. Zvyšující se nároky na pracovní nasazení se pak zákonitě musí někde projevit a následně vyústit ve stresové situace a stres u policistů.

Stresové situace nás v dnešním uspěchaném světě potkávají na každém kroku. Můžeme tedy říct, že se dotýkají každého z nás. Někomu stres napomáhá dojít svých cílů, jiného stres zase zdlouhavě a jistě ubíjí. Někdo si od tzv. „špatného“ stresu umí pomoci sám, jiný to neumí a je odkázán na případnou pomoc ostatních. Můžeme tedy říci, že stres je neoddělitelnou součástí současné společnosti a stresem platíme za dnešní uspěchaný způsob existence. Stres má mnoho povah a tvarů, které nás „někoho dříve, někoho později“ dostihnou, musíme se s nimi nějak poprat. Stres nás provázel v minulosti, provází nás v současnosti a bude nás provázet životem i v budoucnosti.

Reakce na stresory a prožívání stresu jsou ovlivněny mnoha faktory. Mezi ně můžeme zařadit např. genetické dispozice jedince, jeho životní styl. Mezi další faktory můžeme zařadit sociální zázemí jedince, psychické vlastnosti, v jakém povolání jedinec pracuje a s jakými spouštěči stresu přichází do každodenního styku. Ve své bakalářské práci jsem se zaměřil na povolání policisty, tedy povolání, které s sebou přináší četné počty speciálních stresorů. Stres vnímám jako podstatný činitel, který působí na přímý výkon služby, již policista poskytuje společnosti. Je také nejintenzivnějším činitelem působícím na policistu při jeho pochybení, selhání nebo zneschopnění dále uvedenou činnost vykonávat. Policista přispívá k dodržování řádu, jistoty a klidu ve společnosti. Bez efektivní ochrany, poskytované ze strany policie, by v naší zemi nastal zmatek a chaos. Policisté se při své každodenní činnosti setkávají s mnoha, pro jejich profesi příznačnými, stresory. Nejenže denně dávají

v sázku vlastní život, ale někteří si to ani neuvědomují. Velká část z nich na to není dostatečně připravena.

Stresory a stres se v tomto pracovním působení zjevuje ve formách, jakými jsou např.:

- nedostatečný výcvik v základní přípravě, který policistu nepřichystá na možné reálné situace v ulicích a to, jak jim následně čelit;
- nadměrná a zahlcující administrativa, jedna věc se musí sepisovat několikrát, byrokracie;
- neustále se měnící zákony, které musí policista bezchybně znát;
- agresivní občané, pachatelé trestných činů různé závažnosti, kteří jsou často ozbrojeni a odhodláni zbraň použít. V poslední době je ve společnosti velký nárůst osob ovlivněných návykovými látkami, kdy jejich agresivita pod vlivem těchto látek stoupá, vyhledávají konflikty, nedostatečné tresty v tomto druhu kriminality, chybějící respekt z policie;
- tlak společnosti, média útočící na práci policie a vyhledávající, co její příslušníci udělali špatně;
- prověřování jednání a pochybení policistů inspekcí, či dokonce soudem – situace, kdy jsou policisté nuceni použít střelnou zbraň, někdy výhrady a předčasné závěry kontrolních orgánů na místě proti policistům, kteří provedli náročný zákrok, zdlouhavé řešení situace, nejednotný pohled soudů na případy.

Následky stresu se psychologové a další specialisté zabývají a hledají řešení již nějakou dobu. Současným předmětem zájmu psychologů je tzv. post-shooting trauma (tedy psychické poranění vznikající jako následek situace, v níž byl policista nebo jiný jedinec nucen použít střelnou zbraň proti druhé osobě). Post-shooting trauma vychází z koncepce posttraumatické stresové poruchy. V policejní činnosti je uvedené téma v současnosti velmi aktuální. Střelná zbraň je povinnou součástí výbavy každého policisty a k této profesi neodmyslitelně náleží.

Domnívám se, že policisté mnohdy nejsou dostatečně vycvičeni ke správnému a bezchybnému použití střelné zbraně. Podle mého názoru jsou k policii přijímáni také jedinci, kteří se i v dospělosti chovají nezrale, chybí jim zkušenost základní vojenské služby, kázně a respektu, a to jak k lidem, tak i ke střelným zbraním. Někteří z nich si plně neuvědomují důsledky a následky jejího použití. Použití střelné zbraně proti jinému člověku přesahuje kdykoliv a za jakékoliv situace oblast obvyklé

lidské praxe. I když je střelba oprávněná, tedy splňuje všechny zákonem stanovené normy, nemusí být vždy snadné se s jejími následky vyrovnat.

Post-shooting trauma je u nás stále podceňovaným tématem, ačkoli se o něm hovoří již od 90. let minulého století. Je prokázáno, že postupně ovlivňuje mnoho částí policistova života včetně jeho psychické stránky. Nepochybně ne každý policista, který vystřelí, je následně „postižen“ post-shooting traumatem. Na tuto eventualitu by měl být brán zřetel vždy, kdy se policista do obdobné situace dostane. Mělo by mu být poskytnuto primární ošetření nejen po stránce fyzické, ale i po stránce psychické. Je však nutné mít policistu pod dohledem, sledovat jeho chování jak v pracovním, tak i civilním životě, jaké následky na něm použití střelné zbraně zanechalo. Je nutné vědět, jak se policista choval před použitím střelné zbraně, nepodceňovat vzniklé příznaky a signály, které sledovaný policista vysílá do svého okolí, a správně je vyhodnotit.

Cílem mé bakalářské práce je shromáždit a analyzovat psychologické poznatky o problematice stresu a dále dle mých zkušeností popsat stres a stresové prostředí u Policie ČR, především u řadových policistů, blíže se pak zabývat stresory a stresem před, při a po použití střelné zbraně policisty při služebních zákrocích. V souvislosti s tím chci nastínit, na co by se měla příprava a výcvik policistů v současné době i v budoucnu zaměřit, aby nedocházelo ke zbytečným ztrátám na životech, selháním, nebo nežádoucím stresům z uvedeného jednání.

1 Služba u Policie České republiky

Policie České republiky je ozbrojený bezpečnostní sbor, který byl zřízen zákonem číslo 283/1991 Sb., o Policii České republiky, zákonem České národní rady dne 21. června 1991. V dnešní době je postavení Policie České republiky upraveno v zákoně číslo 273/2008 Sb., o Policii České republiky. Kromě postavení a činnosti Policie České republiky (dále jen PČR) vymezuje tento zákon základní povinnosti policistů, také jejich oprávnění k použití donucovacích prostředků a zbraně. K těmto oprávněním uvedený zákon ukládá policistům i povinnosti před a po jejich použití.

Mezi nejdůležitější úkoly pořádkové policie patří převážně ochrana života a zdraví osob, ochrana jejich majetku, dohlížení na dodržování a ochranu veřejného pořádku ve společnosti. Provádí dohled nad bezpečností a plynulostí silničního provozu. Mimo to plní i jiné úkoly vyplývající z trestního řádu zákon číslo 141/1961 Sb. a trestního zákoníku zákon číslo 40/2009 Sb. Hlavní cíle PČR jsou definovány jako: *Chránit bezpečnost a pořádek ve společnosti, prosazovat zákon, chránit život, zdraví a majetek osob, preventivně působit proti páčání trestné a protiprávní činnosti, usilovat o důvěru a podporu veřejnosti.* Mezi hlavní hodnoty PČR patří: *Profesionalita, bezúhonnost, nestrannost, odpovědnost, ohleduplnost.* (Policie České republiky, © 2020, [online])

Pro přehlednost uvádím nejdůležitější právní předpisy, které souvisí s činností PČR, jimiž jsou:

- Ústavní zákon č. 1/1993 Sb., Ústava České republiky,
- Usnesení předsednictva České národní rady č. 2/1993 Sb., Listina základních práv a svobod,
- Zákon č. 273/2008 Sb., Zákon o Policii České republiky,
- Zákon č. 361/2003 Sb., Zákon o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů,
- Zákon č. 40/2009 Sb., Trestní zákoník a Zákon č. 141/1961 Sb., Trestní řád,
- Zákon č. 250/2016 Sb., Zákon o odpovědnosti o přestupcích,
- Zákon č. 361/2000 Sb., Zákon o provozu na pozemních komunikacích a o změnách některých zákonů
- a Vyhláška č. 460/2008 Sb., o způsobu vnějšího označení, služebních stejnokrojích a zvláštním barevném provedení a označení služebních vozidel, plavidel a letadel Policie České republiky a o prokazování příslušnosti k Policii České republiky.

1.1 Uchazeči o práci u Policie ČR

Podívejme se na to, kdo může být přijat do služebního poměru Policie České republiky. Na začátku bych chtěl uvést základní předpoklady, které uchazeč musí splňovat, tedy:

- Minimální věk uchazeče musí být 18 let.
- Bezúhonnost, kterou uchazeč prokazuje opisem z evidence Rejstříku trestů, je řešena zákonem č. 361/2003 Sb. o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů v §14.
- Uchazeč musí dosahovat požadovaného stupně vzdělání pro dané služební místo (dříve to bylo minimálně středoškolské vzdělání s maturitní zkouškou), v dnešní době maturita není podmínkou, uchazeč ji musí složit v době výkonu zaměstnání.
- Plná způsobilost k právním úkonům, nevykonává žádnou živnostenskou nebo jinou výdělečnou činnost a není členem žádné politické strany.
- V rámci přijímacího řízení si pak PČR ověřuje, zda uchazeč splňuje výše uvedené podmínky pro přijetí. Dalšími částmi přijímacího řízení je i komplexní zdravotní prohlídka, psychologické vyšetření a prověrka tělesné zdatnosti. (Policie České republiky, © 2020, [online])

Psychologická vyšetření jsou zaměřena pro výkon služby a jsou upravena vyhláškou MV č. 487/2004 Sb., jejíž prověřování probíhá formou psychologického vyšetření, které je zaměřeno na zjišťování osobnostních předpokladů potřebných pro výkon služby. Uchazeči absolvují celodenní vyšetření, v jehož průběhu vyplňují osobnostní dotazníky, podrobují se testům zaměřeným na výkon a práci ve stresu, dále absolvují řízený rozhovor s psychologem. Výsledkem je pak komplexní posouzení vhodnosti osobnosti uchazeče pro výkon služby. Psychologické vyšetření mohou provádět pouze psychologická pracoviště policie nebo ministerstva vnitra. V případě, že uchazeč nesplní kritéria nutná pro přijetí, může další psychologické vyšetření podstoupit nejdříve za dva roky. (Policie České republiky, © 2020, [online])

Fyzická způsobilost je u Policie ČR nezbytná a pro výkon služby velmi důležitá. Jejím cílem je prověřit úroveň pohybových schopností a dovedností každého nového uchazeče. Prověrky se uskutečňují formou testů tělesné zdatnosti před komisí. Jednotlivými disciplínami, které musejí být splněny v požadovaném zadání, jsou: člunkový běh, celomotorický test, cvičení kliků a běh na 1 000 metrů (dříve byl běh

na 12 minut, a dále i plavání, které bylo dle mého názoru důležité, jelikož v dnešní době mnoho policistů plavat neumí). (Policie České republiky, © 2020, [online])

U psychotestů se v současné době hledí spíše na kvantitu než na kvalitu uchazečů. Když se podívám, jací uchazeči se od roku 2015 hlásí k práci u Policie ČR, nemohu pochopit, jak někteří z nich mohli obstát u psychologického pohovoru. Hovořím o tomto přímo ze své praxe. Uvedeným jedincům chybí logické myšlení, schopnosti komunikovat s lidmi a okolím, selský rozum a schopnost vytvořit si vlastní úsudek na vzniklou situaci. Když nastane nějaký problém, neumějí ho sami řešit. Často panikaří, dělají chyby, které se v ostré akci „kupí jedna na druhou“, vznikají pak rizika končící zbytečným problémem.

Stálo by za úvahu, zda by k přijetí do služebního poměru u Policie ČR neměla být zvýšená věková hranice nových uchazečů z dnešních 18 let na 25 let. Je zřejmé, že mladým lidem v současnosti chybí základní vojenská služba, která by je naučila samostatnosti a respektu k autoritě.

Po splnění všech potřebných formalit potřebných k přijetí k Policii České republiky uchazeč v den nástupu skládá služební slib: *„Slibuji na svou čest a svědomí, že při výkonu služby budu nestranný(á) a budu důsledně dodržovat právní a služební předpisy, plnit rozkazy svých nadřízených a nikdy nezneužiji svého služebního postavení. Budu se vždy a všude chovat tak, abych svým jednáním neohrozil(a) dobrou pověst bezpečnostního sboru. Služební povinnosti budu plnit řádně a svědomitě a nebudu váhat při ochraně zájmů ČR nasadit i vlastní život.“* (Vokuš, 2010, s. 8).

1.2 Služba pořádkové policie

Ze své již dlouholeté pracovní činnosti a zkušenosti mohu uvést, že pořádková policie je doslova základním pilířem PČR. Je nejpočetnější složkou u policie, co se týče počtu policistů, je to nejuniverzálnější část police, co se týče obsahu pracovní činnosti. V krátkosti se budu věnovat pracovní náplni výkonu služby pořádkové policie. Tato součást Policie ČR zajišťuje bezpečnost a zdraví osob i majetku ve městech i na vesnicích, dále zajišťuje ochranu veřejného pořádku, dohlíží na bezpečnost a plynulost na silnicích. Plní úkoly předepsané v trestním a přestupkovém řízení. Přímý kontakt s veřejností zajišťují obvodní oddělení PČR. Policisté na těchto útvarech vykonávají dozorčí službu, hlídkovou službu a dále spisovou službu.

Dozorčí služba přijímá oznámení, žádosti a další podněty a úkoluje hlídky při nápadu trestné činnosti, dále koordinuje hlídky při pátracích akcích. Hlídková služba je pak nejviditelnější činností pořádkové policie. Při své činnosti policisté vykonávají preventivní službu, kdy se snaží předcházet páčání přestupků a trestných činů, a v případě jejich zjištění se snaží odhalovat jejich pachatele. Velmi často v rámci své činnosti provádějí prvotní opatření na místech činu a pátrají po hledaných a pohřešovaných osobách a vyhledávají kradené věci. V přestupkových a trestních řízeních se policisté pořádkové policie zaměřují především na majetkovou kriminalitu. (Policie České republiky, © 2020, [online])

1.3 Negativní jevy v policejní činnosti

Jak již bylo výše uvedeno, PČR je ze zákona i svého postavení ve společnosti povinna respektovat, dodržovat a ochraňovat všechny právní i morální normy a hodnoty, tedy ochraňovat život, zdraví a majetek jednotlivců a hodnoty společnosti. Profese policisty má v České republice u společnosti delší dobu nízkou společenskou úroveň. Ovlivňuje to především silně rozporuplný postoj společnosti vůči policii jako instituci. Občas se k policii dostanou i jedinci, kteří si přinášejí do nové profese celou řadu negativních návyků, hodnotových postojů a morálních soudů, které jsou v řadě případů v rozporu s požadovanou společenskou etikou a kázní policisty a s právním řádem jako takovým. Mnoho negativních ohlasů mají např. dopravní policisté, kteří jsou mnohdy samotnými řidiči uráženi. Pouze malá část pokutovaných řidičů přiznává svou chybu.

Na policisty ve službě pak působí řada vlivů a tlaků, kterým jako běžní občané v dřívější době vystaveni nebyli. Jedná se například o nepravdivé služby, rostoucí počet úkolů při plnění služby, více kladených nároků na psychiku, větší kontakt s lidmi venku na ulici, větší míra agrese lidí, s nimiž řeší nějaký incident. Nejvýznamnějším faktorem je negativní a velmi kritický vztah společnosti k policii, nedostatečný respekt k její společenské funkci, což je i často posilováno komentáři ve veřejnoprávních médiích či v rámci politických střetnutí.

Chvála na Policii ČR v médiích je slyšet jen sporadicky. Úspěchy policistů, podle mého názoru, veřejnost příliš nezajímají, jelikož úspěchy policistů nejsou dobrým prodejním artiklem v médiích nebo novinách jako práce hasičů nebo rychlé záchranné služby. Na policisty je současně vyvíjen tlak ze strany kontrolních orgánů,

kteřé mají prošetřovat a hodnotit výkony policistů a jejich jednání a chování při výkonu služby. Policisté se v současné době při výkonu služby setkávají s velkou řadou faktorů, které jejich postavení a výkon služby silně ovlivňují a ztěžují. Ty se vzájemně ovlivňují a jeden na druhý nabalují. Pociť profesní hrdosti a sebevědomí jdou velmi často stranou a vytrácejí se ze základních hodnot policistů.

Naopak vzniká prostředí, ve kterém se začínají množit podmínky pro vznik nežádoucích vlivů pro výkon povolání, a těmi jsou stres nebo syndrom vyhoření. Objevují se další fenomény, které vedou v tom lepším případě až k ukončení služebního poměru po dovršení určitého roku služby, kdy mají policisté nárok na výsluhu. Následkem toho začínají chybět zkušené policisté, kteří by měli zaučovat nově příchozí strážníky. V horším případě má stres za následek zdravotní komplikace, nebo dokonce rozhodnutí sáhnout si na život. K méně závažným stresujícím okolnostem z mého pohledu patří:

- Nedostatečně upravené zákony, které dávají příslušníkům PČR jen malé pravomoci, a i ty jsou omezeny a podmíněny mnoha faktory, které policista obtížně může brát v potaz, pokud má na své rozhodnutí jen několik vteřin. Při služebním zákroku, kdy se na ulici potýká s pachatelem a přemýšlí, jaký donucovací prostředek použije, nebo jak použije zbraň proti pachateli, aby to bylo v souladu se zákony a nikdo jej netrestal za zneužití pravomoci. (Neoprávněnému použití zbraně s následkem se budu věnovat rozsáhleji dále.)
- Nízké finanční ohodnocení a neadekvátní ohodnocení policistů není motivující. (Mám na mysli převážně policisty na nižších pozicích, ty na ulicích a v přímém výkonu služby, kteří jsou pro systém nepostradatelní.)
- Neustálé snižování počtů policistů v přímém výkonu služby, dříve z důvodů nedostatku peněz, v současné době z důvodu odchodu policistů do civilu za lepší pracovní nabídkou, nebo z důvodu šikany nadřízených.
- Na jednotlivých policejních útveřech (pořádková policie, dopravní policie) často chybí starší, déle sloužící kolegové, kteří by zaučovali, vzdělávali mladší kolegy a předávali jim své cenné zkušenosti z praxe, z ulice. Osobní a místní znalost je pro výkon pořádkové policie na obvodních odděleních tou nejdůležitější činností (např. kdo se do okrsku nastěhoval nový, jaké zájmové osoby se potulují po okrsku, jaké závadové osoby v okrsku bydlí a zdržují se). Policie za poslední dobu prodělala velmi citelnou generační obměnu, která bohužel zapříčinila odchod velkého množství zkušených policistů s dlouholetou praxí. To vyvolalo nutnost doplnit volná

služební místa, což bylo provedeno, dle mého názoru, ne vždy kvalitním nábořem uchazečů, a v současné době se to projevuje jak ve výkonu služby, tak i při řešení situací na ulici nebo při jednání s lidmi.

– Řadoví policisté jsou v současné době přetíženi administrativní činností, která je pro ně často jedním z nejvíce stresových faktorů vůbec. Kvůli administrativní chybě může docházet k různým pochybením, která pak jsou policistům vytýkána na poradách, nebo připomínána vedoucími mnohdy po dobu několika měsíců. Jsou kráceni na odměnách, nebo jsou i za drobná pochybení v administrativní činnosti trestáni kázeňsky. Policisté jsou ubezpečováni, že se pracuje na snížení a zjednodušení administrativy, aby mohli sloužit venku na ulicích. Je pravdou, že se děje pravý opak a administrativy jen přibývá. Administrativně slabší policista může být v práci na ulici vynikající, třeba v komunikaci s lidmi.

– Dalším stresujícím aspektem je nezáměr nadřízených o své podřízené, zejména o jejich osobní problémy. Pokud vyvstane nějaký problém v rodině, problém na pracovišti, mnohdy by stačilo si o něm v začátcích promluvit, rozebrat tíživou situaci, v rámci možností dotyčnému pomoci. Všímovost a ochota nadřízených by často mohla zachytit tyto problémy v začátcích. Nerozrostly by se pak do větších rozměrů.

Za závažné spouštěče stresu u policistů považují následující okolnosti:

– Policista je během výkonu své služby při výjezdech nebo na ulici v neustálé nejistotě. Nikdy totiž neví, s kým vlastně na ulici jedná (o jakého člověka jde, zda není ozbrojený, zda to není hledaný pachatel apod.), musí být neustále ve střehu. Ve střehu nelze vydržet po celou dobu služby.

– Z důvodů nedostatku financí je řada policistů nedostatečně proškolená v otázkách střelby a sebeobrany. Je nedostatek střeleckých a výcvikových zaměstnání. Dle mého názoru by se tomuto tématu měla věnovat delší a aktivnější příprava, je nezbytně nutné neustále policistům vštěpovat do hlavy jejich oprávnění, aby se pak na ulici nebáli podle oprávnění jednat.

– Použití střelné zbraně se všemi k tomu se vztahujícími důsledky a následky jsou pro policistu velmi stresující záležitostí. Řadoví policisté na takovou možnost často nejsou vycvičeni a připraveni. Ačkoli není každý konflikt ve službě je nutné řešit užitím střelné zbraně, přesto je nutné mít stále na paměti, že jeden zbrklý a neuvážený výstřel může mít katastrofické a celoživotní následky, a to jak pro

policistu, tak i pro druhou osobu. Proto by se příprava jak nových policistů, tak i těch déle sloužících neměla v žádném případě podceňovat. Jak jsem zmiňoval již dříve, policista má na rozhodování, zda při služebním zákroku na ulici použije donucovací prostředky nebo střelnou zbraň, mnohdy jen pár vteřin. Po jejich použití policista myslí na to, jak zásah sepíše, aby byl v souladu se zákonem. Inspekce nebo jiné orgány věc prověřují několik měsíců nebo i let.

Také trend zvyšující se agresivity spojené s užíváním návykových látek – drog je v současné době velkou hrozbou. Drogová kriminalita totiž k sobě váže veškerou kriminalitu, nejprve tu nejzákladnější jako řízení pod vlivem návykové látky, poté následuje majetková trestná činnost, která posléze přechází i k násilné trestné činnosti. Vše je spojeno s užíváním návykových látek a člověk pod jejich vlivem již nepřemýšlí, co provádí a násilí vůči běžným občanům ani policistům mu není cizí.

1.4 Současná výzbroj policistů pořádkové policie

Současnou hlavní výzbrojí policistů zařazených do pořádkové služby policie České republiky je krátká střelná zbraň. Nejčastější se jedná o pistoli značky CZ 75 D Compact, kterou má každý policista přidělenou. Jedná se o ryze českou pistoli, vyráběnou Českou zbrojovkou Uherský Brod. Je dodávána v plastovém kufríku. Ke zbrani patří plastové pouzdro, které je opatřeno dvěma pojistkami, sloužícími k zabránění odcizení pistole z pouzdra nebo její manipulaci neoprávněnou osobou. (Obrázek č. 1 – pistole CZ 75 D Compact, vyobrazen v příloze)

Jedná se o samonabíjecí pistoli, která je v současné době základní výzbrojí každého policisty. Vychází z konstrukce pistole CZ 75, od které se liší zejména rámem z lehké slitiny. Je opatřena drážkami pro uchycení laserového zaměřovače nebo svítilny. Tvar drážkování rukojeti umožňuje střelbu v rukavicích. Splňuje normy NATO. Je určena pro dlouhodobé nošení a mířenou střelbu do vzdálenosti 50 m. Hmotnost s prázdným zásobníkem je 800 g. Délka této zbraně je 184 mm, výška 137 mm a šířka 37 mm. Mířidla jsou vybavena třemi luminiscenčními body pro míření za snížené viditelnosti. Bezpečnostními prvky jsou vypouštění kohoutku z napnuté do klidové polohy, bezpečnostní ozub na kohoutku, zářez na kohoutku, který brání nechtěnému výstřelu v případě, že během ručního napínání kohoutku dojde k jeho vysmeknutí, kohoutek na bezpečnostním ozubu se neopírá o závěr, ale je mírně odkloněn dozadu. Blokování zápalníku zabraňuje pohybu zápalníku, pokud

není spoušť stisknuta nadoraz, zabraňuje nechtěnému výstřelu zejména při pádu nabitě zbraně. Zásobník je velkokapacitní s kapacitou 14 nábojů. Používá náboje 9 mm Luger. Každá pistole je opatřena výrobním číslem na hlavni, na rámu a na závěru a je opatřena matnou nereflexní povrchovou úpravou. Pistole CZ 75 D Compact je užívána Policií České republiky ve službě od roku 2001, kde postupně nahradila pistoli vzor 82. Pistole CZ 75 D Compact s příslušenstvím a její varianty se prodávají i soukromým majitelům. (Přikrylová, 2017, s. 9)

Další služební střelnou zbraní policistů pořádkové policie ČR je samopal Heckler & Koch MP5, Maschinenpistole 5 (Obrázek č. 2 – samopal Heckler & Koch MP5, Maschinenpistole 5, vyobrazen ve dvou variantách v příloze). Tento samopal je německé výroby a je v současnosti vyráběn mateřskou firmou Heckler & Koch v Obersdorfu.

Tímto samopalem jsou v současné době vyzbrojovány útvary pořádkové policie jako např. Obvodní oddělení Policie, které drží v současné době prvosledové hlídky a dále Pořádkové jednotky. Vyvinut byl v 60. letech 20. století a poprvé byl představen a vyzkoušen roku 1966. Tato zbraň je vybavená pevnou, sklopnou nebo vysouvací pažbou. Tento samopal je v současné době používán po celém světě ve vojenských a policejních úřadech; prakticky všemi speciálními jednotkami na celém světě. Jeho hlavní výhodou je jeho kompaktnost. Používá závěr uzamčený uzamykacími válečky, dosahuje vysoké přesnosti a spolehlivosti. Použitý systém uzamknutí vykazuje velmi vysokou výrobní náročnost a tím i vysokou pořizovací cenu zbraně. Zbraň používají i české speciální jednotky. Vzhledem ke svým parametrům je tato střelná zbraň v současnosti zajímavá pro operace uvnitř v budovách. Díky zaměřovačům, a to optice a kolimátoru, je tato zbraň velmi přesná na krátkou i delší vzdálenost. Nevýhodou uvedeného samopalu je jeho vysoká pořizovací cena i cena dokupovaného příslušenství. V současné době tento samopal nahrazuje ve výzbroji pořádkové policie bezpečnostního aparátu Policie České republiky zastaralé útočné pušky Samopal SA vz. 58 a samopal Sa vz. 61. PČR má k dispozici MP5A5 v kombinaci se svítilnou a kolimátorem, střelbou dávkami, jednotlivě a třířannou střelbou (samopaly novější výroby pak dvojrannou), vždy v ráži Luger 9 mm, tedy stejná ráže jako služební zbraň PČR, pistole CZ 75 D Compact. Samopal střílí z uzavřeného závěru, používá systém uzamčení válečky. Zbraň disponuje zásobníkem na 30 nábojů. (Přikrylová, 2017, s. 10-11)

Další zbraní v současné době je Taser X26P (Obrázek č. 3 – Taser X26P, ve žlutém provedení v příloze). Jedná se o distanční elektrický paralyzér, nesmrtící zbraň založenou na principu elektrického šoku, která vystřelením elektrod paralyzuje nervovou soustavu. Délka elektrod se liší od 3,5 metrů až po 10 metrů. Každá délka je na vyměnitelné hlavici jinak barevně označená. Jedná se o relativně bezpečnou zbraň, nezpůsobuje vážná fyzická zranění. Svým tvarem připomíná střelnou zbraň, ale ochromí pouze kosterní svalstvo. Taser střílí dvě elektrody na velmi tenkých vodičích, do kterých je veden elektrický proud, jenž po průniku do měkkých tkání těla ochromí útočnicka na několik minut. Při aplikaci nedojde k narušení činnosti srdce. Zasažený člověk zůstane při vědomí, vnímá své okolí, ale není schopen ovládat své svalstvo, po zásahu vždy padá na zem. Elektrický výboj lze do těla pachatele pouštět opakovaně, když byl první výboj neúčinný, a to do té doby, než dojde k vytažení zapíchnutých hrotů ze svalové tkáně. Výhodou je, že výstřel většinou není smrtelný jako u pistole, ale výsledek na pár minut stejný. Nevýhodou oproti běžnému paralyzáru je nutnost nabití nové hlavice po každém výstřelu. Počet projektilů se musí pravidelně doplňovat a v případě potřeby většího použití mohou projektily dojet. Stejnou zbraň používají zejména policejní složky v USA, Kanadě, Hongkongu a v současné době již i v Čechách. Distanční paralyzér typu „taser“ je donucovacím prostředkem, k jehož užití policisty opravňuje ustanovení § 52 písm. d) zákona č. 273/2008 Sb. Útvary Policie České republiky jsou v současné době těmito tasery vybaveny. (Vokuš, 2017, [online])

Dále bych chtěl upozornit, že se na tento donucovací prostředek vztahují všechna ustanovení týkající se použití donucovacích prostředků. V současné době je přednostně určen pro policisty zařazené na odděleních služby pořádkové policie. Zde se slouží takzvané prvosledové hlídky, neboť profil výkonu služby uvedených složek si žádá vybavení efektivním nesmrtícím donucovacím prostředkem, umožňujícím vyhnout se rizikům a negativním následkům po užití střelné zbraně. I k použití tohoto typu výzbroje musí být policisté řádně proškoleni, stejně tak jako u střelných zbraní, a absolvovat v pravidelných intervalech i přeškolení.

1.5 Krátce o výcviku u Policie ČR

Každý nově přijatý policista absolvuje základní odbornou přípravu, tzv. „ZOP“, jež vzdělává policisty formou odborného školení ve vzdělávacím zařízení Útvaru policejního vzdělávání a služební přípravy PČR. Základní odborná příprava trvá celkem 12 měsíců a má čtyři části. Na konci Základní odborné přípravy, po složení zkoušek, je „hotový policista“ připravený na výkon služby „na ulici“. (Policie České republiky, © 2020, [online])

První měsíc probíhá „nástupní příprava“, která zahrnuje pořadovou a základní střeleckou přípravu, na Policejní akademii nebo v rámci krajských Školících policejních středisek. Tato část je stejná pro všechny nastupující policisty bez ohledu na jejich služební zařazení. V rámci nástupní přípravy je ověřena jejich psychická a fyzická příprava, dále si policista vytvoří základní návyky pro službu u ozbrojeného sboru a pomocí emocionálních prožitků navazuje vztah k Policii ČR.

Po dalších šest měsíců následuje odborná příprava – I. etapa probíhá na útvech policejních vzdělávání v Praze, Brně, Holešově a Jihlavě. Během této části jsou policistovi vštěpovány zákonné normy (Listina základních práv a svobod, Ústava ČR, Zákon o policii, trestní zákoník a trestní řád, zákony o přestupcích, Zákon o obecní policii, Zákon o pozemních komunikacích a Zákon o provozu na pozemních komunikacích, tzv. tabákový zákon a mnoho dalších), interní předpisy Policie ČR. Dále je policista zocelován po fyzické stránce a absolvuje přípravu v použití donucovacích prostředků a sebeobrany. A v neposlední řadě je soustavně cvičen ve střelbě ze služební zbraně. To vše doplňují např. nácviky modelových situací, ale i exkurze na odborná pracoviště policie nebo účasti na výcvicích již sloužících policistů, např. v rolích figurantů.

Následuje tříměsíční řízená praxe v rámci Školních policejních středisek jednotlivých krajů, tam se po dobu přibližně šesti týdnů ověřují znalosti policistů v jednotlivých problematikách (oprávnění policisty, domácí násilí, služba policisty na úseku bezpečnosti a plynulosti silničního provozu, atp.) a tyto jeho znalosti jsou dále prohlubovány prakticky modelovými situacemi a rozšiřovány – školení na použití dlouhé služební zbraně, použití zastavovacích pásů, cvičení zákroku proti „šílenému“ tzv. aktivnímu střelci, a jiné. Zbýlých šest týdnů je policista zařazen na některý ze základních útvarů, anebo absolvuje tzv. kolečko po různých základních útvech obdobného typu, aby se řádně seznámil s prací na obvodních odděleních, na

odděleních hlídkové služby i na dopravním inspektorátu. V obou případech je policista součástí službukonajících hlídky a účastní se úkonů a zákroků, které policistům služba nachystá.

Poslední dva měsíce probíhá odborná příprava – II. etapa. Během této části jsou opakovány nabyté znalosti a dovednosti policisty a další modelové situace, zpravidla obohacené jejich dokumentováním – administrativou. Tuto část završuje závěrečná zkouška, po jejímž splnění je policista způsobilý nastoupit do přímého výkonu služby.

Cíl a obsah základní odborné přípravy je charakterizován několika principy, policejní práce musí být službou občanovi; policista musí být vysoce profesionální, kvalifikovaný, motivovaný a disponující vysokým etickým standardem; vzdělání a výcvik policisty musí být založeny na kompetenčním přístupu a je nutno zdůraznit osobní odpovědnost každého policisty za sebevzdělávání. (Policie České republiky, © 2020, [online])

Bližší obsah a podoba policejního vzdělávání se řídí interními akty řízení Policie ČR. Obsah, rozsah, forma základní odborné přípravy jsou dlouhodobě diskutovány. Poté co policista nastoupí do výkonu, účastní se pravidelných výcviků a různých školení dle svého zařazení. Od každého policisty se očekává, že se bude samostatně dále rozvíjet, a to jak fyzicky, tak i po stránce vědomostní. Před uplynutím tří let služby musí policista složit služební zkoušku, která prověří jeho dosavadní znalosti potřebné pro výkon další služby.

1.6 Oprávnění policisty použít zbraň

Policista by měl vždy postupovat v souladu se Zákonem o Policii České republiky číslo 273/2008 Sb., případně rovněž dle dalších norem (např. trestní řád). Zákon o Policii ČR definuje povinnosti i oprávnění policistů. Mezi nejvýznamnější z nich patří oprávnění omezit osobní svobodu osoby, použít donucovací prostředky a zbraň ze zákonných důvodů.

Dle § 51 zák. č. 273/2008 Sb. o PČR je „*Policista je oprávněn použít při zákroku donucovací prostředek a zbraň, k jejichž používání byl vycvičen.*“ Výčet donucovacích prostředků je stanoven v § 52 zák. č. 273/2008 Sb. o PČR a v § 53 zák. č. 273/2008 Sb. o PČR jsou policistovi vymezeny *Obecné podmínky použití donucovacích prostředků.* Oprávnění použít zbraň se tato práce věnuje dále.

- **Použití zbraně podle zákona č. 273/2008 Sb. o PČR**

Okolnosti použití zbraně jsou přesně definovány v § 56 odst. 1 zákona číslo 273/2008 Sb. o Policii ČR:

„a) v nutné obraně nebo v krajní nouzi,

b) jestliže se nebezpečný pachatel, proti němuž zakročuje, na jeho výzvu nevzdá nebo se zdráhá opustit svůj úkryt,

c) aby zamezil útěku nebezpečného pachatele, jehož nemůže jiným způsobem zadržet,

d) nelze-li jinak překonat aktivní odpor směřující ke zmaření jeho závažného zákroku,

e) aby odvrátil násilný útok, který ohrožuje střežený nebo chráněný objekt anebo prostor,

f) nelze-li jinak zadržet dopravní prostředek, jehož řidič bezohlednou jízdou vážně ohrožuje život nebo zdraví osob a na opětovnou výzvu nebo znamení dané podle jiného právního předpisu nezastaví,

g) jestliže osoba, proti níž byl použit donucovací prostředek, hrozba namířenou střelnou zbraní nebo varovný výstřel, neuposlechne příkazu policisty směřujícího k zajištění bezpečnosti jeho vlastní nebo jiné osoby, nebo

h) ke zneškodnění zvířete ohrožujícího život nebo zdraví osoby.“

Pojem nutná obrana je definován § 29 trestního zákoníku č. 40/2009 Sb. a pojem krajní nouze je definován § 28 trestního zákoníku č. 40/2009 Sb.

Dle § 56 odst. 2 zák. č. 273/2008 Sb. o PČR je dále, že *„Použití zbraně v případech uvedených v odstavci 1 písm. a) až f) je přípustné pouze za podmínky, že užití donucovacího prostředku by bylo zřejmě neúčinné.“* Dále § 56 odst. 3 zák. č. 273/2008 Sb. o PČR stanovuje, že *„Před použitím zbraně v případech uvedených v odstavci 1 písm. a) až e) je policista povinen vyzvat osobu, proti které zakročuje, aby upustila od protiprávního jednání, s výstrahou, že bude použito zbraně. Od výzvy s výstrahou lze upustit v případě, že je ohrožen život nebo zdraví policisty nebo jiné osoby a zákrok nesnese odkladu. Při použití zbraně je policista povinen dbát nutné opatrnosti, zejména neohrozit život jiných osob a co nejvíce šetřit život osoby, proti níž zákrok směřuje“*, což definuje § 56 odst. 4 zák. č. 273/2008 Sb. o PČR. Pojem zbraň je pro účely uvedených ustanovení definován v § 56 odst. 5 zák. č. 273/2008 Sb. o PČR.

V § 57 zák. č. 273/2008 Sb. o PČR jsou policistovi vymezeny „*Povinnosti policisty po použití donucovacího prostředku nebo zbraně*“. A to tak, že:

- *Po použití donucovacího prostředku nebo zbraně, při kterém došlo ke zranění osoby, je policista povinen ihned, jakmile to okolnosti dovolí, poskytnout zraněné osobě první pomoc a zajistit lékařské ošetření.*
- *Dále je povinen učinit neodkladné úkony nebo jiná opatření, aby mohla být řádně objasněna oprávněnost použití zbraně.*
- *Zárok, při kterém bylo použito donucovacího prostředku nebo zbraně, je policista povinen bezodkladně ohlásit svému nadřízenému a sepsat o něm úřední záznam s uvedením důvodu, průběhu a výsledku jejich použití.*

Dále § 58 zák. č. 273/2008 Sb. o PČR policistovi vymezuje *Zvláštní omezení* použití donucovacích prostředků a zbraně a § 59 zák. č. 273/2008 Sb. o PČR upravuje použití donucovacích prostředků při *Zároku pod jednotným vedením*.

- **„Přežít a vrátit se ze služby domů“**

Služba u Policie České republiky je nelehká, neboť policisté mnohdy čelí nevyzpytatelným pachatelům závažné trestné činnosti. To občas vede k nejhoršímu, a to smrti ve službě. Policista málokdy ví, proti komu stojí a jak se dotyčný bude chovat. Pachatel se snaží využít své situace a za každou cenu se z nepříjemné situace dostat za použití veškerých možných prostředků, takže i střelné zbraně. Pachatel přitom nemusí ctít zákon, jedná pouze tak, jak mu umožňuje situace. Může se spolehnout na fakt, že proti němu stojí policista, jenž bude vždy jednat pouze tak, jak mu dovoluje a ukládá zákon.

O situacích, v nichž pachatel nejedná podle zákona, vypovídá dokumentární film „Přežít“ Miroslava Hrušky, který vyrobilo Ministerstvo vnitra ČR v roce 2013. Tento film je natočený dle skutečných událostí a obsahuje autentické výpovědi policistů, kteří čelili tváří v tvář smrti ve službě. Bývá pouštěn jako příkladné video policistům na kurzech a školách při výuce, aby ukázal, jaké následky může mít rutinní služba v případě banálních pochybení, nebo podcenění situace ze strany policistů. (Přežít, © 2013, [dokumentární film])

2 Stres

V následující kapitole budou ve stručnosti vysvětleny klíčové pojmy, se kterými budu ve své bakalářské práci dále pracovat. V další části se pak budu zabývat hlavně tím, jak stres ovlivňuje policejní profesi a pracovní nasazení policistů. Pojem stres většina odborníků používá ve smyslu reakce organismu na stresující podmínky, a nikoliv ve smyslu situace. Situace či podmínky jsou stresorem a stres je reakcí na ně.

České pojetí slova „stres“ je odvozeno od výrazu „stress“, jež poprvé použil Hans Selye. Význam slova stres znamená odezvu organismu a osobnosti na zátěžovou okolnost. Působící tlak ztěžuje uspokojování nároků, zvládnání úkolů i zvládnutí cíle. Příčina stresu se označuje ve společnosti jako stresor. Z psychologického hlediska můžeme stres posuzovat jako okolnost nadměrné zátěže nebo ohrožení. (Selye, 1966, s. 248)

Stresem se v současnosti zabývá každá kniha nebo učebnice psychologie. Stres se v našem každodenním životě promítá do každé profese. Stres je v současné době spojován s okolnostmi, kdy od jedince vyžadujeme běžné a osvojené činnosti, ovšem za obtížnějších a tíživých okolností pro jejich uskutečnění. Běžné činnosti jsou znesnadňovány či narušovány vnějšími tlaky i okolnostmi, např. velkým tlakem na zvýšenou odpovědnost ve výrobě, kdy se klade důraz převážně na vyšší výkon za menší časové období, v samostatném úsudku, časovém deficitu na svoji regeneraci, pocitu ohrožení. (Čírtková, 2006, s. 126) V dnešní době se přepracovanost, stres a jiné nemoci léčí převážně různými medikamenty. Když je však stres léčen „podomácku“, sáhnou jedinci často po alkoholu nebo drogách. Tato cesta dle mého úsudku stres a psychické problémy ještě více prohloubí a zhorší.

Termín stres poprvé použil kanadský endokrinolog a fyziolog Hans Selye (1966, s. 82) v roce 1936, kdy přes všechny rozdílnosti v oblasti stresorů, projevů stresu a reakcí orgánů na stres přišel s definicí a v širokém pojetí vylíčil stres jako stav organismu následovně: *„Stres je stav projevující se ve formě specifického syndromu, který představuje souhrn všech nespecificky vyvolaných změn v rámci daného biologického systému.“* Vědci Selyeho definici pokládali za příliš všeobecnou, a proto jimi byla postupem doby přepracována podle toho, na co se ve svém zkoumání zaměřili.

Lazarus stres vymezil jako „nárok na jednotlivce, který přesahuje jeho schopnost se s nárokem vypořádat, bez problémů mu čelit“. (Schreiber, 2000, s. 16)

Schreiber (2000, s. 17) pojal definici stresu takto: „stres je libovolný vliv životního klimatu jako např. psychologický, politický, sociální, fyzikální nebo chemický, kdy tyto vlivy přímo i nepřímo ohrožují život a zdraví některých přecitlivělých osob“. Uvedená definice je poměrně důkladně a obsahově výstižná, kdy v sobě samé upravuje veškeré do současné doby zjištěné a prozkoumané poznatky zabývající se touto oblastí. Nerozlišuje však jasně mezi vlivem ve smyslu stresoru a jeho důsledkem, tedy stresem.

Podle Švingalové (2006, s. 45) je stres spíše souhrnem procesů organismu na konkrétní podněty nebo stresory, které narušují jeho pravidelné fungování. Jedinec je vystaven takové zátěži, kdy se domnívá, že k jejímu zvládnutí nemá potřebnou adaptační kapacitu. Důležitá je především subjektivita emočního zpracování určité situace. To, jak který jedinec je náchylný ke stresu, záleží z větší části na jeho životním postoji. Lidé s nežádoucím postojem jsou v životě většinou velmi pasivní, cítí se jako oběť, zodpovědnost nejsou schopni řešit a snaží se ji přenést na ostatní. Jsou proto náchylnější ke stresu a stresovým situacím. Naproti tomu jedinci s proaktivním postojem přistupují k řešení úkolů velmi aktivně, přejímají za sebe odpovědnost, soustřeďují se více na přítomnost a budoucnost, minulost už neřeší.

Podle Švingalové (2006, s. 47) se stres projevuje v několika oblastech, např.:

- **V psychické oblasti** se stres nejčastěji projevuje např. zvýšenou angažovaností v čemkoliv, pasivitou nebo naopak agresivitou, zhoršenou pozorností, nevnímáním a myšlením, duševním vyčerpáním v emocionální oblasti, dochází k celkovému útlumu aktivity. Převládá depresivní naladění, pocity smutku, frustrace, beznaděje, jedinec prožívá marnost ve všem, co dělá. Naplňuje se míněním o své postradatelnosti až bezcennosti ve společnosti, že nikomu tady chybět nebude. Většinou dochází u jedince k poklesu a ztrátě náklonnosti ke své profesi.
- **U fyzických projevů** můžeme pozorovat veliké spektrum různých příznaků, nejčastěji se objevují v rámci tělesných projevů, jako jsou např. svalový třes, slabost, ochablost, neustálá únava, průjem, zvracení, špatný spánek, nadměrné pocení a další hojné poruchy. Nemusí se současně projevovat všechny, můžou být zastoupeny jen některé.

- **Po stránce sociální** dochází k narušování vzájemných vztahů, vlastní i cizí komunikace, v práci i v osobním životě se nedokáže jedinec soustředit na zadanou nebo vykonávanou práci. Nastává velký nezájem o hodnocení druhých osob, jedinec velmi razantně omezuje kontakt s kolegy nebo jinými jedinci. Má nechuť vykonávat svou profesi se vším okolo, vzrůstá procento konfliktů, dále je nevšímavý ve vztahu k prostředí.

„Stres je komplexní odezva organismu na fyzickou nebo psychickou zátěž, zajišťuje optimální činnost všech funkcí organismu v nových podmínkách.“ (Pelcák, 2015, s. 5) Za připomenutí stojí definice týkající se stresu od Křivohlavého, který početné kvantum definic stáhl do uceleného charakteru stresu, kdy konstatuje, že *„stresem se obvykle rozumí vnitřní stav člověka, který je buď přímo něčím ohrožován, nebo takové ohrožení očekává a přitom se domnívá, že jeho obrana proti nepříznivým vlivům není dostatečně silná“*. (Křivohlavý, 1994, s. 10)

Definice stresu podle Praška a Praškové velmi stroze o stresu říká, že *„stres je obrannou reakcí organismu na současnou nadměrnou zátěž vyvíjenou na jedince“*. (Praško, Prašková, 1996, s. 11)

2.1 Psychická zátěž a stres

Stres je mnohdy nahrazován slovem zátěž. Máme-li jedince postaveného před zátěžovou situací, jeho chování je podřízené jeho vlastnostem a připravenosti tu či onu zátěžovou situaci zvládnout. Zátěžová situace někdy vyvolává doprovodné jevy v činnosti organismu. Psychosociální zátěže můžeme dle Psychologického slovníku definovat jako: *„Zátěž, která plyne ze svízelných sociálních vztahů či situací; jejími ukazateli mohou být: ztráta pocitu dobrého zdraví, zesilující pocity nejistoty, rostoucí pocity vnitřního nebo vnějšího ohrožení, prohlubující se pocity nedostačivosti v sociálních rolích a úkolech, neschopnost přizpůsobit se novým situacím, pocit ohrožení života, který vede k životnímu bilancování.“* (Hartl, Hartlová, 2000, s. 699)

Vágnerová k zátěži uvádí, že účinkem působení zátěže na jedince může docházet k oslabení psychické rovnováhy. Narušení rovnováhy se u jedince projevuje obratem, nebo změnou v jeho následném chování, prožívání, nebo v jeho uvažování. Vágnerová rozlišuje celkem šest druhů zátěže, kdy se jedná o frustraci, konflikt, trauma, krizi, deprivaci a stres. (Vágnerová, 2004, s. 48)

Zátěž a stres mohou vést u disponovaných osob k myšlenkám na sebevraždu. Například šestatřicetiletý lékař se v souvislosti se svým stresem v práci nechal slyšet, že „...když je toho na mě moc, cítím tu prázdnotu a myslím si: to přece nezvládneš, pak je pro mě vždy velkou útěchou, když si představím: vždyť se můžeš kdykoli zabít, a pak máš pokoj...“ (Schmidbauer, 2000, s. 20)

Vzájemné působení subjektu s napjatými životními souvislostmi je aktivním dějem obnovování osobní nedotknutelnosti a vyrovnanosti s životními okolnostmi. Končí obnovením rovnováhy či duševním selháním s nesourodými konsekvencemi v duševnu jedince. Základ této reakce vyjadřuje název psychická zátěž. Při posuzování zatížení rozeznáváme tři kategorie jevů:

- Požadavky kladené na činnost.
- Chování jedince při činnosti, jež se projevuje v objektivní a prožitkové sféře.
- Nároky požadavků a podmínek na vlastnosti jedince. (Pelcák, 2015, s. 11)

Míru subjektivně prožívaného duševního zatížení můžeme dělit do čtyř kategorií:

- Běžná zátěž (prezentuje život v běžných kontextech života);
- Optimální zátěž (stimuluje a podmiňuje duševní vývoj jedince);
- Hraniční zátěž (znázorňuje požadavky, se kterými se jedinec vyrovnává s neobyčejným vypětím duševních sil, jedinec je schopen v akceptovatelné úrovni zátěžovou okolnost řešit);
- Extrémní psychická zátěž (prosazují se rozmanité projevy dezintegrace, maladaptivní projevy, psychické selhání). (Pelcák, 2015, s. 11)

„Působení různých druhů zátěží může vyvolat psychickou nerovnováhu, která má někdy částečný či dočasný charakter. Tato nerovnováha se může projevit změnami v prožívání, uvažování i chování, v extrémních případech může vyústit v dezintegraci psychiky.“ Zátěžové situace je možné hodnotit z hlediska aspektu závažnosti, možného přínosu pro rozvoj dalších kompetencí, případně celé osobnosti. Proto v této spojitosti rozeznáváme frustraci, deprivaci a konflikt. (Pelcák, 2015, s. 12)

2.2 Druhy stresu – distres a eustres

„Stres v žádném případě nemusí být pouze škodlivý; je zároveň kořením života, neboť každé hnutí mysli a každá činnost zapříčiňuje stres. Stejný stres, po kterém jeden člověk onemocní, může znamenat pro druhého životodárné uzdravení.“ (Selye, 1966, s. 246)

Všichni v životě zažíváme stres. Pokud nejsme schopni v reálném životě zvládnout psychické a fyzické dopady všedního života, říkáme, že jsme ve stresu. Stres je bezprostřední reakcí, většinou obranou na ohrožení organismu. Ve společnosti má výraz stres silně hanlivý význam, a proto se v našem mozku ihned dostanou do popředí signály, že je něco špatně a co tomu řekne okolí.

Většina lidí chápe pod pojmem stres jenom něco záporného, čemu je nutné se jakkoli vyhnout, co vytěsnit ze života, ihned řešit. Není to však správné řešení, jelikož stres nemusí být jen špatný a škodit nám. Sám o sobě stres škodlivý není, škodlivým se pro jedince stává až tehdy, je-li ho na něj příliš a neví, jak ho má řešit a bránit se mu. Proto nemůžeme hovořit o tom, že stres a stresory znamenají špatný, nebo dobrý pocit. Vše záleží na tom, jak na ně reagujeme my sami a jak si s tím umíme poradit my, nebo naše tělo. *“Největší peklo si člověk dovede vytvořit ve svém vlastním nitru.”* (Čírtková, 2006, s. 125)

Rozdělení stresu použil již sám Selye, který jej člení na dva základní typy, eustres a distres. Návaznost na zmíněné stresory pro názornost zmiňuji na Obrázku č. 4 uloženém v příloze. (Večeřová-Procházková a Honzák, 2008, s. 189, [online])

- **Distres**

Jednoznačně se jedná o záporný druh stresu, který je spojen s negativními vlivy na lidský organismus. Míra a doba jeho působení značně ovlivňuje psychickou a somatickou stránku jedince. Vyskytuje se v souvislosti se situacemi, které již nedokážeme pomocí vlastních sil účelně zvládat. Tento stres vnímáme jako přímé ohrožení a klade velké nároky na mobilizaci všech obranných mechanismů, kterými jedinec disponuje. Distres bychom mohli tedy definovat jako zátěž, která oslabuje jedince a podporuje v jedinci negativní zážitky v prožívání, škodí v mezilidském chování, tedy v důsledcích člověku škodí. V případě distresu se tedy jedná o situaci, při které působící stresory převáží nad veškerými obrannými mechanismy, které pomáhají člověku působení stresu zvládat. (Vágnerová, 2004, s. 50)

Křivohlavý k této problematice uvádí: *„že k distresu dochází tam, kde se domníváme, že nemáme dost sil a možností, kde nejsme schopni zvládnout to, co nás ohrožuje a emocionálně nám není dobře.“* (Křivohlavý, 2003, s. 169) Podle Praška s Praškovou (1996, s. 12) tento druh stresu, nazývaný jako distres, na jedince útočí v případech, kdy zátěž přestaneme zvládat, máme pocit přetížení a v tomto stavu nestačí jen potřebný nadhled. Stresu je příliš a jedinec už není schopen se s ním

vypořádat. Distres se ve společnosti označuje jako nezdravý, spojený s negativním vlivem na naše zdraví, tělo, mysl. Tento druh stresu bývá pro nás vždy nepříjemný, spojený s negativními emocemi a nepřispívá k duševní pohodě, rovnováze. Distres nás vyčerpává, unavuje, ničí a pustoší, tedy s tímto druhem prožíváme ve velké míře nepříjemné pocity. Je možné tedy vymezit, že distres nás upozorňuje na trvání hrozby.

- **Eustres**

Uvedený druh stresu můžeme vymezit jako něco, co nás obklopuje, žádá si určitý druh oživení, ale nejedná se o stav s negativním projevem. V jádru se jedná o kladný zážitek, který na jedince působí příjemně, pozitivně ho stimuluje a posunuje kupředu. Eustres můžeme tedy hodnotit jako zátěž podněcující jedince k povzbuzující činnosti, kterou se projevuje. Trénuje i posiluje jedince, je podmínkou vývoje a růstu osobnosti a ve svých důsledcích jedinci prospívá. (Vágnerová, 2004, s. 50)

Můžeme tedy říct, že se jedná o prožívání příjemné události, kterou může být např. úspěšné zvládnutí složité zkoušky, narození potomka v rodině, pracovní úspěch, výhra v loterii. Podle Praška a Praškové (1996, s. 12) se jedná o typ stresu, o kterém hovoříme v případě, kdy máme okolnost zcela pod naší kontrolou a působí na nás pozitivně.

Ve své práci Večeřová - Procházková a Honzák (2008, s. 189, [online]) zmiňují, že za eustres můžeme pokládat stav, kdy na člověka působí nejpříznivější míra stresu, kterou je motivační energie, díky níž člověk dosahuje úžasných výkonů. Tento druh stresoru má pro nás obvykle pozitivní účinek a kvůli němu máme chuť čelit dalším stresorům, na které ve svém životě narazíme. Z toho vyplývá, že jedinec ve svém životě nepochybně nějaké to kvantum stresu vyžaduje a díky němu je schopen posunovat laťku úspěchů dál a zvládat cíle, které si určil ke svému spokojenému životu.

Vágnerová (2004, s. 48) ve své knize uvádí čtyři charakteristické rysy negativně prožívaných stresových situací:

- jedinec má v dané situaci pocit, že ji nemůže ovlivnit,
- jedinec nabývá pocitu, že není schopen předvídat vznik stresové situace, a tudíž se na ni ani připravit,
- jedinec získává pocit, že danou situaci nemůže zvládnout, protože na něj klade z jeho pohledu nepřiměřené nároky,

- jedinec pocítuje nepříjemný tlak okolností vyžadujících příliš mnoho změn, které na něj zpětně kladou velké nároky na adaptaci. Tento proces může vyvolávat nejistotu a dezorientaci, dosud fungující strategie chování ztrácí svůj význam.

Stres nemusí mít pro jedince jen negativní smysl. Určitá míra stresu může jedince nabudit, stimulovat a povzbudit jej k hledání funkčního řešení stavu a tím obohacovat jeho rozhled a život. Vyhledávání stresových stavů může být u některých jedinců i záměrné, jelikož někomu přináší příjemné pocity, které jsou vyvolány vyplavováním endorfinů do mozku. Tyto sklony se projevují snahou o vybití při extrémních sportech, přetěžováním jedince neúměrnými výkony, přetěžováním vlastních schopností, někdy až hazardním jednáním (horské túry, plavání, rychlá jízda). Překonáním uvedených hazardů jedinec podporuje pocit rozvoje svých schopností a posílení své sebedůvěry. (Vágnerová, 2004, s. 54)

Švingalová (2006) také ve svém díle uvádí, že pokud zažíváme nám příjemný stres, který se zdá být v hranicích našich zvladatelných možností, a myslíme si, že máme schopnost se s ním vypořádat, jedná se tedy o eustres, jinak řečeno pozitivní stres. Prožíváme spokojenost a štěstí z toho, že jsme sami schopni se s danými podmínkami řádně vypořádat, což nám pomáhá v motivaci a v lepší integraci naší vlastní osobnosti ve společnosti. Tento stres je pozitivně emočně zabarven, můžeme ho zažívat opakovaně, například v situacích, jako je svatba, narození dítěte. Lidé tento stres můžou i sami navozovat např. při adrenalinových sportech a následné radosti, co všechno dokázali a pokořili.

Člověk je uzpůsoben k adaptaci na vnější prostředí. V případě, že je přizpůsobení obtížné, hovoříme o zátěži, kde pojmy zatížení a tíseň považujeme v základě za synonyma. V nejširším smyslu mluvíme o energetickém nároku, který je kladen. Fáze zátěže pak záleží na schopnostech jedince. O zátěži mluvíme poté, kdy dochází k dílčí mobilizaci zásob energie jedince. V případě, že si zatížení nárokuje všechny možnosti jedince, jde o zátěž hraniční. Nejhorší případ nastává tehdy, jestliže jsou nároky zátěže závažnější než schopnost určitého jedince, tehdy hovoříme o zátěži extrémní. (Hošek, 1999, s. 28)

Při akutním stresu je náš organismus vystaven okamžité a často nenadálé zátěži a odezva na něj bývá velmi silná, dravá a neúměrná vyvolané situaci. Kupříkladu během času stráveného na pracovišti můžeme zažívat ustavičné návaly akutního stresu, kdy je třeba okamžitě něco řešit. Když z pracoviště odcházíme domů, stres

náhle ustupuje. Jedinci jsou poměrně dobře zařízeni k tomu, aby takový druh stresu ovládali a mohli být schopni ho snášet i po docela dlouhou dobu. Stále je však nezbytné najít si mezi stresujícími okolnostmi chvíli klidu, kdy dochází k oddechu a k regeneraci naší energie. Akutní stres není pouze škodlivý, ale nabývá i formy eustresu, tedy dobrého stresu motivujícího a popohánějícího vpřed. Vlekly chronický stres se rozvíjí při dlouhodobém působení stresorů. Organismus se může na tyto vlivy poměrně dobře adaptovat, přesto současně může docházet k jeho opotřebovávání. Člověk může prožívat pocity úzkosti, beznaděje, bezvýchodnosti prožité situace. Chronický stres se rozvíjí v době, kdy jeden stresový moment pronásleduje druhý. Vlekly stres tedy představuje ucelený děj, v němž jedna porucha stíhá další. (Jones, Moorhouse, 2010)

Působením nepřestávajícího stresu dochází u jedince nejčastěji k poruchám spánku, nechutenství, poruchám zažívání. Snadněji se poddává nemocem a únavě. Přílišný stres převážně působí jako rušivý element, zhoršující efektivitu člověka. Pod účinkem dlouhodobého stresu zanikají mozkové buňky rychleji (a naopak při působení eustresu dochází ke stimulaci neuroneogeneze). (Lečbych, 2004, [online])

Dalším druhem stresu je tzv. stres intermitentní, který je pro organismus nejnáročnějším druhem. Uvedený stres je svou povahou vlekly, ale s tím rozdílem, že jedinec se na něho nemůže připravit. V uvedeném případě se příznaky střídavě zjevují a zase ztrácejí a organismus se na ně není schopen dobře připravit. Má nejhojnější vztah k psychosomatickým onemocněním a také k syndromu vyhoření. (Lečbych, 2004, [online])

2.3 Stresory

Stresory jsou faktory, neboli podněty různého rázu, např. fyzikálního, chemického, psychosociálního, které působí na organismus. Posléze jsou kognitivně klasifikovány jako zátěžové a stresové. Ucelený seznam stresorů však neexistuje. Převládá široká interindividuální a intraindividuální rozmanitost. Shodný stresor může u jednoho jedince vyvolat silnou stresovou reakci a u druhého nemusí vyvolat reakci žádnou. Může se také stát, že shodný stresor u téhož jedince někdy stres vyvolá a podruhé ne, a to v naprosto shodné situaci. Otůžilost vůči zatížení je dána svérázností osobnosti. Podstatné je prožívání a vyhodnocování zatížení. Pokud je

však stresor dostatečně účinný a intenzivní, může akutní stresová porucha, problém nebo jiné zatížení vzniknout i u velmi rezistentního člověka.

Stresory rozdělujeme na tělesné a duševní, přičemž se mohou prolínat. Fyzickým stresorem může být vymknutí kolena, podvrtnutí kotníku, bolesti kloubů apod., má okamžitě i své důsledky, většinou zdravotního, ale i psychického rázu. Psychickým stresorem je třeba úmrtí v rodině, závažné zranění blízké osoby, autonehoda. Může mít i tělesné důsledky. Nejčastější každodenní stresor je možno rozdělit stručně do čtyř skupin, a to vztahové, pracovní, výkonové a ty související s životním stylem, nemocemi a handicapy. (Praško, 2003, s. 123)

Mimo dlouhodobých stresorů na nás každodenně působí celá řada mikrostressorů, tedy drobných situací, které jsou spouštěči potíží a strachu a mohou být zákeřnější, protože jim nikdo z lidí, jedinců nevěnuje dostačující pozornost. (Švingalová, 2006, s. 89)

Vnější stresorem, tedy spouštěčem může být jakékoliv prožité trauma nebo nepříjemná životní událost. Pro lepší pochopení můžeme zařadit do stresorů smrt v rodině, ztrátu dlouhodobého zaměstnání, dlouhodobě na nás působící nepříznivé podmínky, jako je hluk, horko, bolest, tedy vše, co nás pomalu, ale jistě ubíjí. Stres většinou vnímáme jako něco pro nás nepříjemného nebo negativního. To ale nemusí být vždy, jeho určité množství je pro naše žití potřebné. Přispívá nám ke zdokonalení paměti, hromadí energii. Existence bez stresu by byla nudná a nakonec by se sama mohla stát naším stresorem. Řadu sportovců, adrenalinových nadšenců, amatérských a rekreačních sportovců a dalších jedinců k lepšímu výkonu pohání právě stres. Vždy se ale musí udržet v určité ohraničené míře, jinak započne působit negativně, bude nás oslabovat ve výkonech. Lidé, u nichž v životě převládá stres nad přijatelnou mírou, mají sklon k nemocem jak fyzickým, např. vysoký krevní tlak, infarkt, tak i duševním, např. sebevražedné pokusy, deprese. (Praško, 2003, s. 125)

Podle Atkinsona lidské tělo jedince zareaguje na vnímané stresory uvnitř těla sepnutím podstatných pohotovostních pochodů. Pokud se jedinec rychle s vzniklým ohrožením vyrovná, odezvy poleví a fyziologický stav se srovná zpět do normálu. Jestliže ale stresová okolnost nepřestává, je jeho snahou adaptace na nepřetržitý stresor, což je provázáno souborem vnitřních pochodů. Těmi mohou být např. zrychlení metabolismu, zrychlení srdeční činnosti, zvýšení krevního tlaku, zrychlené dýchání, svalové napětí. (Atkinson, 2003, s. 492)

Každý jedinec prožívá různé životní děje zcela osobitým způsobem. Tak i podoba zvládnání stresu je u každého jedince jiná, tedy individuální. Přesto se vyskytují jisté metody, které umožňují nalézt ochranu před přílišnou zátěží. Metoda zvládnání stresu je nazývána coping (z angl. zvládnání). (Irmíš, 1996, s. 83)

- **Stresové situace**

Jedinec se postupem celého svého života ustavičně setkává s nejrůznějšími stresujícími situacemi. Zda určitá situace bude účinkovat na jedince stresově, nebo jaký rozsah stresu zapříčiní, záleží na mnoha činitelích. Mezi ně patří především osobní hodnocení prožité situace a její vysvětlení, jinak řečeno emoční zpracování celé příhody. Dále pak psychofyzická rezistence toho či onoho organismu a jeho adaptační kapacity, vědomí možností ovlivnitelnosti situace, schopnost předvídatelnosti stresové situace, míra důvěry ve své nadání nastalé situace řešit a vyřešit, podpory v okolí a její provázanosti, současný duševní stav, osobnostní předpoklady a trvalejších osobnostní temperament a nepochybně druh, intenzita a délka trvání působení stresoru. (Švingalová, 2006, s. 110)

Stresory můžeme rozlišovat v těchto kategoriích:

- vnější ty bývají zapříčiněné hlavně působením fyzikálních nebo chemických vlivů, jako jsou např. hluk, teplo, chlad,
- časové, ty začnou působit na jedince zejména v době, kdy má dokázat splnit mnoho úkolů ve velmi krátké časové době a hrozí, že nestihne vše úspěšně dokončit, např. práce v kanceláři, student při psaní bakalářské práce,
- zodpovědnost, převažuje pocit strachu ze selhání, vnitřně je vnímán pocit z rizika, ohrožení, projevuje se převážně před vystoupením před vícero lidmi, převažuje obava z možné ostudy, můžeme sem zařadit zkouškový stres, ústní projev před zkušební komisí, maturitní zkoušku, státnice atd.,
- pracovní a profesní, jedná se o osobitý druh stresu. Pramenem pracovního stresu mohou být nejrůznější činitele, jako je např. pracovní prostředí, do kterého spadají mezilidské neshody, svízelná komunikace, atmosféra uvnitř pracoviště, neshody ve vlastním životě. Kromě toho s pracovním stresem souvisí pracovní náplň, ale i způsob organizace práce, dále požadavky na kvalitu, zodpovědnost a vykonání množství práce pracovníka. V zaměstnání existence možnosti kariérního postupu, využití odborné kvalifikace jedince, nebo podíl na pracovních postupech. K pracovnímu stresu také přispívá pracovní prostředí,

např. nedostatečné osvětlení, hluk na pracovišti, prašnost ve výrobě, příliš velká nebo nízká teplota, chybějící osobní prostor a klid na práci. (Švingalová, 2006, s. 110)

2.4 Frustrace, deprivace, krize

Frustrací se všeobecně rozumí taková situace, kdy interní či externí okolnosti komplikují schopnost ukojení současných potřeb člověka nebo jí brání. Tyto „nepříznivé podmínky“ oddalují či znemožňují dosažení cíle na poměrně dlouhé období. (Čírtková, 2006, s. 37) Frustrace souvisí s okolnostmi, při nichž jedinec nemůže rezignovat na cílové rozhodnutí, avšak jeho snaha nesměruje k dosažení cílového stavu. (Mikšík, 2009, s. 54)

Deprivací rozumíme neobvyklou frustrující okolnost, kdy jedinec trpí v důsledku nepřítomnosti určitých vnějších podnětů, jež uspokojují jeho potřeby. (Čírtková, 2006, s. 38) Deprivaci můžeme tedy hodnotit jako stav, při němž nedochází k uspokojování základních biologických, existenciálních potřeb, nebo nejsou uspokojovány v dostatečné míře. Při frustraci můžeme volit náhradní řešení, v případě deprivace pouze vzpouru nebo rezignaci. (Říčan, 2010, s. 112)

Deprivaci chápeme jako nedostačující ukojení podstatné psychické nebo fyzické potřeby jednotlivce. Jedná se o citové strádání způsobené nejčastěji nedostatkem vnímavosti k pocitům jednotlivce. Může se jednat o nedostatek prokazované a vnímané osobní vážnosti, pocíťované jistoty, sdílené lásky nebo vzájemných sociálních vztahů, ale i osobního strádání z nedostatku dalších podnětů. Deprivaci lze také pojímat jako skrývání či odpírání prospěchu. (Říčan, 2010, s. 112)

Slovo krize bylo zpočátku užíváno převážně v lékařství, a to pro údobí, které předcházelo výrazné změně v pacientově zdravotním stavu, ať již ve směru uzdravení nebo úmrtí. V současných desetiletích se pak pojem krize větší měrou uplatňoval a užíval v souvislosti s jevy majícími psychologický či sociální charakter. Původy výkladu krize jsou spojeny se jménem Erika Lindemanna, který ve 40. letech 20. století věnoval pozornost reakci lidí na katastrofu způsobenou požárem. Na jeho práci pak navazoval Gerald Caplan (1917-2008), jenž kromě klinického hlediska zdůrazňoval i rozpracoval teorii psychické krize. Na základě jejich prací se krize od 60. let 20. století definuje jako proces, postup neboli reakce na situaci, kterou

jedinec nemůže lehce řešit v rámci svých běžných, naučených a již osvědčených taktik, jimiž obvykle zátěžové stavy zdolává. (Baštecká, 2005; Matoušek, 2003b)

Vymětal (1995, s. 88) krizi definuje v oblasti psychosociální jako následek kolize s nějakou bariérou, kterou nejsme schopni za podpory vlastních sil, vyrovnávacích strategií, eventuálně za podpory spřízněných osob překonat v přijatelném čase a navyklým způsobem.

2.5 Traumatická událost

Každý z nás během života zažije mnoho stresujících situací, ne však traumatickou příhodu. Traumatickou událost je možno vymezit jako zážitek, který takřka u každého jedince způsobí ostrou tíseň a osobitou stresovou reakci. Pod tento výraz můžeme zařadit události, při kterých jde o ohrožení života, zdraví a tělesné či psychické integrity, nejdůležitějších hodnot. V našich podmínkách vznikají traumata nejčastěji v souvislosti s autonehodou, železničním neštěstím, povodní nebo požárem, nebo s násilnou trestnou činností, jako je vražda, znásilnění, nebo jiný brutální čin jako např. násilí na lidech, třeba seniorech nebo dětech.

Traumatizující událost je definována jako typ události, to, co se děje nebo stalo. Obvykle jde o něco překvapivého, pro jedince šokujícího, život ohrožujícího. Prožité trauma padá téměř na všechny jedince a navozuje téměř u všech poznatelné projevy tísně, beznaděje, děsu. Nacházíme však i četné odlišnosti mezi tím, jak daného jedince traumatická událost poznamená. Sama ohrožující událost stresující být nemusí, stresujícími se stávají okolnosti, které se stanou až po odeznění ohrožující události, ale v její souvislosti. Jako příklad můžeme uvést operaci po dopravní nehodě a reakci na amputaci končetiny. Reakci rodiny a přátel na ochrnutí jedince, následné nepochopení a různé výčitky na jedincovo chování před nehodou, např. ze strany rodičů, manželky, družky a následný rozvod nebo rozchod. Popř. další zranění nebo usmrcení při dopravní nehodě, následné soudní líčení, rozsudek. To vše může účinek traumatické události zvyšovat a problematizovat její následující překonání. Smutnou skutečností bývá i fakt, že v ojedinělých případech bývají důsledky traumatu subjektivně chápány jako více traumatizující než daná příhoda, a dokonce i zápas o holý život. Traumatická příhoda je schopna vyvolat hluboké a nezvratné změny v oblasti fyziologické, emoční i kognitivní. Ději takového rozsahu se nelze přizpůsobit, jelikož ohrožuje základní ideje o světě, které člověk má.

Narušuje jeho chápání světa jako upraveného a chráněného místa. Člověk není v dané události schopen najít smysl či význam a není schopen z ní vyváznout a porozumět jí. (Praško, 2003b)

3 Stres u Policie České republiky

Pod policejním stresem si můžeme vybavovat takové situace, které jsou většinou policistů chápány jako zátěžové. Když tedy označíme takovou situaci jako stresovou, je to naprosto obvyklé a stres není důsledkem špatného výběru policistů či osobnosti. (Čírtková, 2006, s. 184)

Policejní stres převážně spojujeme s policistou, který:

- byl vybrán podle platných výběrových kritérií, např. prošel fyzickými, zdravotními i psychickými testy,
- je součástí fungujícího oddělení (na pracovišti funguje rozdělení rolí nadřízený, podřízený, disciplína, atmosféra není problémová),
- během běžného výkonu služby se setkal se situací, která je svými parametry nad rámec obvyklých lidských zkušeností, narušuje emoční rovnováhu jedince a příznaky stresu jsou už hojným a pravidelným jevem. (Čírtková, 2006, s. 185)

Psychologové se v poslední době věnují zejména poslednímu uvedenému znaku, kdy se snaží označit a vylíčit situace, při nichž dochází u policistů k výraznému nárůstu stresu. Do policejního stresu můžeme zařadit na první místo:

- post-shooting trauma (použití střelné zbraně proti jedinci), situace ohrožující život a zdraví zasahujících policistů (mimořádné situace, ve kterých dochází ke kontaktu se smrtí). (Čírtková, 2006, s. 185)

Po psychické stránce patří práce policisty, dle mého názoru, k nejnáročnější profesi, a to především z důvodu kladených nároků. V polovině minulého století byl ve Spojených státech amerických využíván bezpečnostními sbory slogan „*To protect and to serve*“ (přesný překlad je „chránit a sloužit“), zde se také nechala inspirovat Policie České republiky a od 1.2.2008 se začala podobným sloganem „Pomáhat a chránit“ řídit a používat jej jako jeden ze svých znaků, propagujících význam policejní práce jako vstřícné služby. Za tímto sloganem hledejme situace, ve kterých si jedinec neumí nebo nemůže sám pomoci, a výkon služby tam, kde je někdo nějakým způsobem ohrožován a tedy potřebuje ochranu. Tímto Policie dává

společnosti najevo, že práce policisty je zajímavá, není stereotypní, je naplňující a současně po psychické a fyzické stránce velice náročná.

Vzhledem ke své dosavadní sedmnáctileté praxi u PČR hodnotím toto povolání jako psychicky a fyzicky náročné. Domnívám se, že jsem ve službě nasbíral dostatek zkušeností a přišel jsem do styku s mnoha případy a dalšími faktory, které s sebou služba u Policie ČR přináší. Největší a nejtěžší psychickou zátěží pro mě byla tříletá služba na místním oddělení v centru Prahy.

3.1 Stres v policejní práci

Stresory souvisejí s výkonem policejní práce. Začíná to již službou veřejnosti, je to práce – služba nepřetržitá, bez ohledu na místo, roční období, denní dobu nebo klimatické podmínky.

- **Stresory fyzikální**

Policista musí pracovat ve dne v noci, když je zima nebo léto. Přestávku si předem naplánovat nemůže. Oblečení do služby se v poslední době v mnohém zlepšilo, byly nakoupeny kvalitnější materiály, co se týče oblečení. Pokud však chce mít policista v průběhu služby trochu pohodlí, musí investovat nemalé finanční prostředky do nákupu kvalitního civilního oblečení pod služební stejnokroj, aby byl do služby vzhledem ke klimatickým podmínkám zde v Krkonoších připraven.

Pokud policista slouží v noci na horách, stojí venku, kde hustě sněží, fouká velmi silný vítr, teplota je -25°C , hledá například pohřešovanou ztracenou osobu a prochází po hřebenech hor, bez zakoupených civilních doplňků se neobejde. Tyto pátrací akce jsou časté v zimní i letním období. V letních měsících zažívá policista diskomfort kvůli horkému počasí v černé kombinéze a vestě.

- **Stresory chemické**

Oznámení a následný rychlý výjezd Policie ČR na místo události má povahu především oznámené situace, mnohdy bez konkrétních údajů o hrozícím nebezpečí. Velmi často stává, že policista po příjezdu na místo musí zasahovat v místech, kde je ohrožen dalšími faktory. Může se jednat o začínající požár, dopravní nehodu na silnici, kde musí řídit dopravu, toxické látky, vznikající při výrobě OPL, či výpary různých látek v případě autonehody, výfukové zplodiny. Výkon služby často probíhá ve zdraví závadném prostředí, mezi osobami trpícími různými nemocemi

a infekcemi. Kromě těchto stresorů na policisty působí i jiné prostředky, jako jsou například různé povzbuzující látky (např. kofein z vypité kávy nebo energetických nápojů), které policisté konzumují, aby vydrželi ve stavu bdělosti.

- **Stresory biologické**

Dalším stresorem je nepravidelná strava. Policista se nemůže mnohdy v klidu najíst, nebo nejí pravidelně. Totéž platí o pitném režimu. Nepravidelná strava a nedostatečný pitný režim jsou podle mého názoru spouštěči a tzv. urychlovači stresu a dalších obtíží. Patří sem také komplikace způsobené opakovanými a rychlými změnami zima - teplo.

- **Stresory psychosociální**

Dle mého názoru se jedná o nejrizikovější skupinu stresorů z hlediska dlouhodobého působení. Patří sem chování nadřízených, rostoucí administrativní zatížení. Důsledky stresorů předchozích tří kategorií na sobě policista pocítí ve velmi krátké době, působení stresorů z této oblasti je nenápadné, dlouhotrvající a pak zákeřné, co se týče vypuknutí a následků. Každá událost se nějakým způsobem odrazí a zanechá v policistovi stres, který v něm skrytě působí a nabaluje na sebe další negativa.

Policista na ulici je neustále pod drobnohledem a kontrolou veřejnosti, která si může jednání a vystupování policisty, byť jde o krajní situace, i nahrávat. V různých médiích se následně objevují videa, v nichž je policistovi hrubě nadáváno, je zesměšňován. Osobnostní práva policistů by měla být lépe chráněna. Policista může užit při výkonu veřejné moci jen skromné prostředky. Ve spojitosti s ustavičnou veřejnou kontrolou souvisí další stresor. Veřejnost očekává, že policista bude fungovat jako stroj, bez nároku na jídlo a pití. Dále bez dalšího ohledu na aktuální počasí, únavu, příp. pracovní dobu je policista pro společnost specialistou ve všech možných odvětvích práva a v dalších odvětvích.

Policisté jsou členy ozbrojené složky. V očích občanů jsou to právě ti, kteří prosazují právo v dané zemi, naplňují a prezentují vlastnosti, jako jsou např. tvrdost, statečnost a hrdinství. Každý policista by měl mít alespoň část těchto vlastností, ale nesmíme zapomínat, že jsou to stále jen lidé, kteří musí podle zákona, předepsaným způsobem, reagovat při nahlášení mimořádných událostí, nebo stresujících či traumatických událostech. (Charoen, 1999, s. 69, [online])

Problémy týkající se stresu se v současné době dostávají do popředí zájmu policejních psychologů a policejní psychologie jako takové. Působení stresu a jeho následky jsou v naší republice nejhojnějším důvodem pracovní neschopnosti či předčasného odchodu z aktivní činné služby. Víím, že policisté nejsou jedinou profesí, která trpí na následky a důsledky stresu v zaměstnání, ale každé zaměstnání má své zvláštní zdroje pracovní zátěže a stresu. Takže otázkou není, zda jsou policisté vystaveni stresu více či méně než jiné profese, ale jaký druh stresorů ohrožuje právě policisty při výkonu jejich povolání. Policisté procházejí jinými druhy stresorů než jiní zaměstnanci, protože se značně více než jiné složky dostávají do život ohrožujících situací, kde o životě nebo smrti rozhodují i setiny vteřin. Musí prosazovat právo, zajišťovat veřejný pořádek a fungovat v nebezpečném prostředí. Tento komplex pracovních situací se u jiných složek nevyskytuje. (Patterson, 2009, [online])

Ve zkratce bych zde rád pro ilustraci výše uvedeného zmínil jeden případ použití zbraně proti jedinci, který se stal, a nepatří mezi ty zrovna povedené:

Jednalo se o rutinní každodenní oznámení před koncem směny. Podnapilý muž pod vlivem drog doma dělal nepořádek, rozbíjel vybavení bytu. Jeho manželka stihla věc oznámit na linku 158, a to místo, kdo je pachatel a ve zkratce co se na místě děje. Hlídku pachatele znala, nebrala v potaz hrozící nebezpečí, jelikož na místě uvedené jednání několikrát řešila. V době příjezdu byl na místě klid, jenž otupil jejich ostrážitost. Hlídku vešla do bytu v druhém patře, muže měla v tu chvíli za zády. Nikdo si nevšiml položené pistole na botníku. Nastala panika, muž stál s pistolí v ruce, křičel na policisty. Ti si uvědomili svou chybu. Začal působit stres, nervozita. Muž vyhrožoval, že je zabije, nemá co ztratit. Policisté v dané situaci sáhli po služebních pistolích a ve stresu a ve vzniklém zmatku zazněl v prostoru chodby výstřel. Muž padl a jeden z policistů zjistil, že se jednalo o plynovou pistoli. Strážníci poskytli postřelenému první pomoc, vše oznámili na operační středisko a na místo přijel přivolaný lékař. Následně byla vyrozuměna Generální inspekce bezpečnostních sborů, Odbor vnitřní kontroly, nadřízený, kriminální služba a začalo vyšetřování, zda byl zákrok oprávněný. Muž zákrok přežil, vyšetřování se táhlo po dobu šesti měsíců. Policisté byli opakovaně vyslýcháni. Oba byli ve stresu z toho, co se stalo, a dále z nastalé situace, která se jim neustále vracela, kdykoliv se jich někdo na to zeptal. Přemýšleli, zda na místě neudělali něco špatně. Zákrok byl vyhodnocen, jako neadekvátní, chybný a špatně provedený a to již z šetření nadřízených obou policistů, tak i z šetření inspekce. Inspekce dokonce podala návrh k soudu s obžalobou jednoho policisty. Inspekce vydala závěr, kde se policisté dozvěděli, že se jejich zákrok dal řešit jinak, že na místě došlo k vážným pochybením z jejich strany, že jednali neprofesionálně, ignorovali svou bezpečnost. Oba byli postaveni mimo službu, přišel další stres, co bude dál. Po předvolání k soudu se vše potvrdilo, kdy v dané věci byl jeden policista odsouzen, druhý byl řešen kázeňsky. Takové pochybnosti mohou vést strážníky až k myšlence na sebevraždu, vidí v ní jediné východisko ze situace, jelikož si již nic jiného nepřipouštějí, začnou se cítit, tak že selhali a že to je konec.

Uvedený zákrok byl vyhodnocen Generální inspekcí jako neadekvátní ze strany policistů a bylo zahájeno trestní stíhání. Policista, jenž vystřelil, byl následně uznán vinným a odsouzen za přečin Ublížení na zdraví z nedbalosti podle § 148 odst. 1 zákona číslo 40/2009 Sb., (trestní zákoník), udělena soudem podmínka s náhradou škody, týkající se náhrady léčebných výloh a finančního odškodnění pachatele a dále byl policistovi ukončen jeho služební poměr u Policie ČR. Služební poměr ukončen z důvodu, že policista ztratil bezúhonnost a měl zápis v rejstříku trestů. Druhý policista byl za chyby při zákroku řešen kázeňsky svým nadřízeným. Z uvedeného příběhu je patrné, že chyby se již začaly kupit od začátku, už od přijetí oznámení. Budu se jim věnovat níže a přiblížím Vám je.

Hned zpočátku byla oznámená situace policisty hrubě podceněna. Policisté se spoléhali na fakt, že dotyčného znali a podobné situace v minulosti vyřešili v klidu a v pohodě. Další velkou chybou byly nedostatečné přijaté informace. Za fatální pochybení lze považovat nepozornost po vstupu do bytu, policisté neměli přehled, co se jim děje za zády. Ani jeden z nich nereagoval na pistoli položenou na chodbě na botníku. Jakmile vzal muž zbraň do ruky, nastala panika, začali se ukazovat pochybení. Situace byla nepřehledná, oba policisté se snažili rychle reagovat, na vzniklou situaci, pachatel na ně křičel, oni zase křičeli s namířenou zbraní na pachatele a zde nastal zlom, ve zmatku, panice ze strany policistů vyšel výstřel ze služební zbraně a muž (pachatel) padl zraněn k zemi. Dalším šetřením bylo zjištěno, z provedeného toxikologického vyšetření, že postřelený muž nebyl jen pod vlivem alkoholu, ale byl také pod vlivem drog, což byla ta hlavní změna v chování uvedeného muže. Dříve při minulých zásazích byl pouze pod vlivem alkoholu. Z toho tedy plyne, že stačí jedna změna v návyku pachatele a situace může být jiná než několik stejných předchozích incidentů u stejného jedince.

Základními typy policejních stresů jsou:

- extrémní situace s velkým rizikem posttraumatické stresové poruchy (dále už jen PTSP), většina osob má problémy své zážitky z místa akce psychicky zpracovat,
- exponované (nenormální) situace, riziko PTSP je v těchto situacích nižší (při jejich mentálním zpracování se více prosazují i individuální, subjektivní hlediska),
- náročné (zátěžové) situace, riziko PTSP je minimální (při mentálním zpracování těchto okolností hrají obrovskou roli individuální, subjektivní momenty). (Čírtková, Spurný, 2001, s. 15)

Konkrétní ilustrace policejních stresů jsou:

- zákroky na místě masakrů a katastrof (v terminologii krizového managementu se v této souvislosti používá anglický pojem "disaster"),
- použití střelné zbraně, smrt kolegy ve službě, extrémní mrtvoly, mimořádně tragické nehody,
- individuálně různé situace, které utkví v mysli jako tzv. "osobní pomníčky" (např. náročný zákrok vůči dětskému pachateli, pronásledování ujíždějícího auta pod majákem, střelba pod stresem, braní rukojmích). (Čírtková, Spurný, 2001, s. 15)

3.2 Syndrom vyhoření u policistů

Název burnout označuje v interpretaci do češtiny „vyhořet“ či „vyhoření“. Jev pojmenoval v roce 1974 americký psychoanalytik německého původu H. J. Freuderberger (1927-1999), kdy jej poprvé popsal a publikoval v časopise „Journal of Social Issues“, ve svém článku „Staff burnout“. Původně tímto termínem popsal stav zaměstnanců v charitách a krizových centrech. (Pelcák, 2015, s. 52)

Následně budu citovat několik definic, které mě zaujaly a dle mého názoru vystihují uvedený syndrom. „*U někoho jsou to pocity únavy a exhausce (vyčerpání), neschopnost setrást pocit chladu, pocit fyzické vyčerpanosti, u druhého třeba řada tělesných obtíží počínajících opakovanými bolestmi hlavy, dechovou tísní, přes gastrointestinální obtíže doprovázené poklesem váhy, až po nespavost a depresi. Ve stručnosti lze říci, že tento syndrom zasahuje na nejrůznějších místech celou psychosomatickou oblast. To jsou převážně tělesné projevy. Mohou se však objevit příznaky ve sféře psychické a behaviorální (chování): například osoba známá povídavostí je náhle zamklá. Objevuje se psychická únava, nuda, rezignace, ale také zvýšená iritabilita (podrážděnost), ostře až nespravedlivě kritické postoje a další změny.*“ (Venglářová, 2011, s. 23-24)

V Krivohlavého knize „Jak neztratit nadšení“ je možné postřehnout i další definice autorů Agnes Pines a Elliott Aronson: „*Burnout je formálně definován a subjektivně prožíván jako stav fyzického, emocionálního a mentálního vyčerpání, které je způsobeno dlouhodobým zabýváním se situacemi, které jsou emocionálně těžké (náročné). Tyto emocionální požadavky jsou nejčastěji způsobeny kombinací dvou věcí: velkým očekáváním a chronickými situacemi.*“ Dále např. Maslach a Jackson uvedli: „*Burnout je syndromem emocionálního vyčerpání, depersonalizace*

a snížení osobního výkonu. Dochází k němu tam, kde lidé pracují s lidmi, tj. tam, kde se lidé věnují potřebným lidem.“ (Křivohlavý, 1998, s. 49-50)

Oldřich Matoušek ve Slovníku sociální práce uvádí, že syndrom vyhoření „*je soubor příznaků vyskytujících se u pracovníků pomáhajících profesí odvozený z dlouhodobé nekompenzované zátěže, kterou přináší práce s lidmi. Je to stav psychického, někdy i celkového vyčerpání doprovázený pocity beznaděje, obavami, případně i zlostí. Pracovní motivace klesá, výkon se zhoršuje, klesá i sebevědomí.“* (Matoušek, 2003b, s. 263)

Domnívám se, že vyhoření není totéž jako stres, nemůžeme tedy slučovat pojmy vyhoření jedince a stresovaný jedinec. Jak jsem již uvedl výše, počáteční nadšení je doprovázeno nadprůměrným pracovním nasazením. Nadšení, které získá při prvotním obeznámení s profesí, časem opadá, až dotyčný své těžiště hodnot přesouvá z priorit na později, a přehodnocuje je, můžeme hovořit o určité stagnaci. V policejní praxi je to zejména administrativa, kontakt s lidmi, konflikty na pracovišti nebo nefungující zázemí v rodině. Postupně přichází zklamání ve všem, co jedinec dělá, a dále i frustrace a postupné slevování z pracovních hodnot. Dělá pouze to, co musí, co se od něho očekává, aby měl klid. V ničem se neangažuje, nic navíc ho nezajímá. (Pelcák, 2015, s. 53)

To se promítá i do soukromého života policisty, což ovlivňuje jeho kvalitu života, ale také jeho zdravotní stav. Zde bychom mohli uvést, že mezi základní symptomy vyhoření patří fyzické a psychické vyčerpání, vnitřní odcizení se od kolektivu a pokles pracovního nasazení. Co se týče zdravotní stránky, vyhoření se převážně podepisuje na kardiovaskulárních poruchách, jako je akutní infarkt myokardu, nebo mozková mrtvice. Syndrom vyhoření můžeme najít v Mezinárodní klasifikace nemocí 10 pod skupinovou diagnózou Z73 – Problémy spojené s obtížemi při vedení života, v kategorii Z73.0 – Vyhasnutí, vyhoření. Postižený jedinec trpí pocity zatrpklosti, dojmem, že se mu nic nedaří, že nic nemá cenu. Syndrom vyhoření postupně vede ke ztrátě zájmu o práci, k únavě, nebo k psychické zátěži. V extrémních případech však syndrom vyhoření může jedince dohnat až k alkoholismu, toxikománii, a dokonce sebevražedným pokusům. (Pelcák, 2015, s. 54, 58)

K syndromu vyhoření v policejní praxi se schyluje podle mě již od silně emotivní náborové kampaně. Policisté v ní zachraňují životy, aktivně vbíhají do hořících domů, nahánějí závodně vozidla – to je ten oheň, který značí především vysokou

motivaci, aktivitu a pracovní zapálení, nasazení. Nově nastupující policista je po tzv. Základní odborné přípravě, při níž absolvoval teoretickou, fyzickou, střeleckou a praktickou přípravu, umístěn na obvodní oddělení, kde doplní volnou personální tabulku. Rutinní práce po nějaké době policistu přestává bavit, chodí do práce znechucen, s obavami, těší se na konec pracovní doby. Pracovní aktivita a nasazení z něj rychle vyprchají, postupně přecházejí v nechuť něco dělat, nebo se aktivně vzdělávat.

Často nastává problém s nadřazeným ohledně absence očekávaných výsledků. U takového policisty se začnou hromadit ohrožující příznaky uvedeného syndromu. Pokud mu není umožněno přeložení na jiné oddělení, dochází až k vyhasnutí. Mnohým pak nezbyvá jiná možnost než služební poměr ukončit. V některých případech nejsou potíže odhaleny včas a dochází k tragickým koncům, policista je pohřešován nebo si sáhne na život, zastřelí se na služebně, spáchá sebevraždu v domácím prostředí.

3.3 Použití střelné zbraně (post-shooting trauma)

„Někoho jsem zastřelil! Myslel jsem si, že se budu cítit dobře. Vím, že takticky jsem udělal vše správně – ale necítím se tak dobře. Jsem si jistý, že se necítím jako hrdina. Co je se mnou sakra špatně? Copak jsem ztratil rozum? Jsem opravdu zmatený...“ (Placer chaplains, © 2020, [online])

Post-shooting trauma – „zranění“ po střelbě, představuje jedno z relativně nových, ale velmi aktuálních témat v policejní psychologii. Tento termín vznikl v Anglii. Do češtiny je možno ho volně přeložit jako psychickou stresovou reakci, která vzniká po použití střelné zbraně proti jedinci, nebo jakékoli poranění způsobené střelnou zbraní. Bylo však dokázáno, že někdo tyto situace zvládá špatně, má výčitky po celý zbytek života, špatně spí, situace se mu vrací stále dokola. Jiný ji snáší bez jakýchkoli následků. Tato problematika byla nastolena zhruba v 80. letech v USA v přímé souvislosti s PTSP – viz výše. V Evropě byly první studie post-shooting traumatu vypracovány na konci 80. let. Tyto potvrdily studie z USA. K typickým reakcím po použití střelné zbraně dle Čírtkové patří zejména následující projevy:

- zvýšená citlivost (přecitlivělost) na nebezpečí (ve všech lidech bude hledat nebezpečného pachatele),

- obavy z budoucích situací, strach, že policista selhal v akci, „Nikdo mi nebude důvěřovat v akci, nikdo nebude chtít se mnou sloužit“,
- problémy s normami, služebními předpisy i s nadřízenými, „Něco jsem zanedbal, nedodržel, budu potrestán“,
- konflikty v rodině a v okruhu známých a přátel, „Jsem výbušný na okolí, rodinu, hádavý, netolerantní“,
- abúzus alkoholu nebo medikamentů, „Hledám útočiště v alkoholu, lécích, nebo dokonce v drogách“,
- podrážděnost, popudlivost, sexuální problémy,
- sebevražedné jednání, „Už s tím nemůžu žít, hledám příležitost, jak to vše ukončit ze své strany“. (Čírtková, 2006, s. 130, 132)

Všechny výše uvedeny projevy byly zaznamenány samostatně při šetření a zjištění, zda použití služební střelné zbraně bylo oprávněné, a to v souladu se všemi platnými zákony, či neoprávněné, a tudíž po pochybení ze strany policisty. Z tohoto vyplývá, že i po vyhodnoceném oprávněném použití střelné zbraně policistou může dojít k rozvinutí post-shooting traumatu. Poznatky takto získané kvalitním psychologickým výzkumem post-shooting traumatu směřují k následnému zkvalitnění střeleckého výcviku a kvalitnější přípravě policistů a zvláště k lepší a kvalitnější psychologické péči o řadové policisty, kteří mají zkušenosti s použitím střelné zbraně proti jiné osobě. Psychologická péče by se měla poskytovat vždy, a to samostatně, nezávisle na průběhu vyšetřování případu použití střelné zbraně jinými orgány.

V policejní praxi existují dle Čírtkové dva hlavní důvody vzniku riskantních situací: Prvním důvodem je nevhodné chování samotných policistů, kteří se snaží vyprovokovat agresi vůči své osobě. Policista buď vědomě, nebo i nevědomě používá při komunikaci s osobou nevhodný způsob jednání. Dojde k obtížné okolnosti. Následně dochází k verbálnímu (slovnímu) nebo fyzickému (tělesnému) útoku ze strany jedince k policistovi. Druhým důvodem jsou chyby při zajišťování vlastní bezpečnosti. Policisté se dostávají do nebezpečných situací nejen tehdy, když svým nepatřičným chováním podněcují jedince, ale také bez kterékoli vyzývavosti, a to tehdy, když udělají chyby při zajišťování vlastní nebo partnerovy bezpečnosti na místě řešení banální situace. Podstatou této druhé varianty je chybný odhad celé

situace, její podcenění, nekladení důrazu na věc, včasné nerozpoznání blížícího se nebezpečí. (Čírtková, 2006, s. 137)

Policisté většinou podcení, nerozpoznají signály blížícího se nebezpečí. Zůstávají nečinní, tím se připravují o drahocenný čas i nadhled nad situací. Pasivita je faktor, který přidává na nebezpečnosti a může vést k následnému zbytečnému vyhocení celé situace, následné rvačce, nebo dokonce až ke zranění nebo smrti policisty nebo osoby pachatele. Můžeme tedy uvést, že se jedná o nesprávné posouzení a vyhodnocení situace, ze které pak vyplývá neefektivní konání zúčastněných stran. (Čírtková, 2007, s. 58)

Pro zajímavost bych zde chtěl zmínit několik základních chyb, které se opakují, a při výcviku je na tyto chyby ze strany lektorů řádně upozorňováno. Tyto chyby byly popsány také v různých manuálech o bezpečnosti na ulici, jako je například kniha mapující situaci 70. až 80. let 20. století s názvem: „Jak přežít v betonové džungli“. Velmi podrobně poukazuje na problémy vyplývající z rizik číhajících na řadové policisty ve výkonu služby na ulici v USA. Seznamuje policisty s různými nástrahami při zákrocích v bytě, při kontrolách vozidel. Uvádí, jak jim následně čelit, když se do nich policisté dostanou. Je doplněna mnoha fotografiemi, popisky a náčrtky, jak čelit různým nepříjemným situacím na ulici, anebo jak se do nich vůbec nedostat. Jak se jim vyhnout, co dělat při výkonu služby, aby se policista vrátil domů živ a zdravý. Seznamuje čtenáře s druhy taktik pohybu a chování v rizikovém prostředí, popisuje veliké množství praktických příkladů úspěšných i neúspěšných zásahů policie v ozbrojených střetech se zločinci, jež často vedou ke zbytečným ztrátám na životech policistů i nevinných kolemjdoucích osob.

Níže bych chtěl poukázat na základní a nejčastější chyby řadových policistů vznikající při běžném výkonu služby, jež končí tragicky, nebo se vyhroťí do stresových situací:

- Policista bere celou vzniklou situaci na lehkou váhu, váhá použít násilí jako legitimní prostředek k zajištění vlastní bezpečnosti, myslí si, že to nějak zvládne a pachatele umluví.
- Nepřiměřené a bezstarostné přibližování se k osobám a autům bez ohledu na zajištění vlastní bezpečnosti, z toho pramení poté následné chyby při kontrole vozidel (policista špatně stojí při kontrole, zbytečně se naklání do vnitřku vozidla, nenasvítí si vnitřní prostor vozidla, není dostatečně kryt partnerem).

- Chyby při prohlídce (domovní, osobní), na místě je policistou zanedbaná osobní prohlídka nebo prohlídka jiného prostoru, jedná se o hrubé nedodržení taktických zásad.
- Chyby v souvislosti s krytím, kdy není využito možnosti se krýt za jakýkoliv předmět, vozidlo, roh domu atd., pachatel je pronásledován, aniž by byly na místě možnosti se krýt.
- Policista včas nerozpozná, že jeho protivníkem je agresivní pachatel s narušeným deviantním chováním (podcenění situace, školácká chyba).

Podle Čírtkové je kombinace zde výše uvedených faktorů považována za smrtelný koktejl kupících se chyb, které pokaždé dříve nebo později vyústí ve stresovou situaci. (Čírtková, 2006, s. 140)

3.4 Psychologická podpora u Policie ČR a zvládání stresu policisty

Na závěr teoretické části své bakalářské práce bych chtěl uvést, jaké jsou možnosti psychologické podpory u Policie ČR. Zmíním také několik způsobů zvládání stresu na základě vlastních zkušeností.

- **Psychologická podpora u Policie ČR**

Psychologickou péči nárokuje policistům zákon o služebním poměru č. 361/2003 Sb., a ta je formou psychologické podpory poskytována policistům a ostatním zaměstnancům z rezortu Ministerstva vnitra bezplatně. Psychologická podpora Policie ČR má několik principů – diskrétnost, mlčenlivost, dobrovolnost a anonymitu. V rámci psychologické podpory je zřízena linka pomoci v krizi, která funguje 24 hodin denně na telefonním čísle 974 834 688. Důvodem jejího zřízení dne 14.11.2002 byl *„narůstající počet náročných služebních zásahů i výskyt sebevražedného jednání v řadách policistů“*. (Vymětal a kol., 2010, s. 8-13)

Na linku pomoci v krizi se obracejí policisté např. po použití služební zbraně, v případě vztahových problémů s kolegy a nadřízenými, sebevražedné tematiky – sebevražedných myšlenek či obav o kolegu, dopadů po šetření dopravní nehody s úmrtím dítěte atd. Kromě těchto extrémních stresujících prožitků jsou nejčastějším tématem partnerské a rodinné vztahy a další osobní problematika. (Vymětal a kol., 2010, s. 16-17)

Uvedu jeden z příkladů intervence v rámci posttraumatické intervenční péče o policisty, kteří prožili při výkonu služby traumatizující událost:

„Střelba“ „Interventa kontaktuje nadřízený policistů s tím, že při pronásledování nebezpečného pachatele došlo ke střelbě. Pachatel uniká, jeden z policistů byl zraněn a druhý odmítá vypovídat. Intervent přijíždí na dané pracoviště a situaci probírá s nadřízeným. Rozhovorem s nezraněným policistou intervent zjišťuje, že ten má projevy akutní reakce na stres, které se v situaci ohrožení života běžně objevují. Patří sem např. nemožnost vzpomenout si na některé části incidentu, problém koncentrovat pozornost, obavy ze selhání, pocity viny v souvislosti se zraněním kolegy. Intervent doporučuje odložit výslech policisty z důvodu jeho momentálního stavu, který je normální reakcí na extrémní zátěž. Nadřízený zajišťuje dopravu policisty do jeho bydliště. Objektivní výpověď poskytl policista hned druhý den. Zranění kolegy naštěstí nebylo smrtelné, ale vyžádalo si kratší hospitalizaci. Také byl jemu a jeho rodině nabídnut pohovor s interventem a předán kontakt na linku pomoci v krizi pro možnost anonymní konzultace“. (Vymětal a kol, 2010, s. 48-49)

Na systému posttraumatické intervenční péče participují, vedle policejních psychologů, i interventi z řad policistů, kteří byli speciálně pro tuto činnost vyškoleni.

V roce 2010 byl v rámci Psychologické podpory Policie ČR zřízen Systém psychologické pomoci obětem trestné činnosti a mimořádných událostí. V rámci tohoto systému poskytují vyškolení krizoví interventi přímou krizovou intervencí obětem. Policisté se v rámci této problematiky mohou obrátit na speciální telefonní číslo 974 834 788. Příručka s těmito a dalšími informacemi je standardně dostupná policistům na jejich odděleních. (Vymětal a kol, 2010, s. 64)

- **Zvládání stresu policisty**

Jak bylo uvedeno v kapitole Stres – Stresory. Každý jedinec zvládá stres jinak a i způsoby vyrovnávání se se stresem jsou u každého jedince odlišné, což je patrné i v policejní praxi. Někteří policisté svůj stres z těla dostanou nějakou sportovní činností, adrenalinovým sportem, pobytem v přírodě, prací na zahradě. Jiní zase ve svém volnu stres odbourávají dobrým pitím a cigaretou či doutníkem. Někdy to však nemusí stačit. Není tedy ostuda, pokud policista vyhledá v případě, že stres už sám nezvládá, pomoc odborníka, třeba přímo policejního psychologa, který mu buďto pomůže nebo ho nasměruje na správnou cestu bez toho, aby dostal nálepku slabocha.

4 Výzkumné šetření

V teoretické části své bakalářské práce jsem se zaměřil na stres a stresové situace u policistů pořádkové policie s podrobnějším zaměřením na situaci použití střelné zbraně. Seznámil jsem s problematikou, při které došlo k použití střelné zbraně, většinou jsem čerpal z praxe, zmínil jsem typy zbraní, jimiž jsou policisté při výkonu běžné služby vyzbrojeni. Dále jsem se věnoval současné problematice stresu, jeho vzniku v policejní práci. Nakonec jsem se zaměřil na situace, kdy bylo nutné služební střelnou zbraň použít, a na vzniklé následky. Za své dosavadní praxe u Policie ČR jsem se během výkonu služby setkával s různým množstvím stresových situací. Aby bylo možno zmírnit dopady stresu, je nejprve nutné uvést, které situace policisté vnímají jako stresové. Stres je totiž jedním z nejčastějších důvodů, pro který se policisté rozhodnou ukončit svůj služební poměr u sboru. Jedním z nejvýznamnějších aspektů, který práci policisty odlišuje od jiných profesí, je nošení střelné zbraně a její možné použití proti jinému jedinci. Takový incident může vést až ke vzniku post-shooting traumatu. V současné době se již při základním výcviku policistů dbá na to, aby se naučili bezpečnou manipulaci se střelnou zbraní a věděli, za jakých podmínek služební střelnou zbraň smí a mají použít. Již v rámci základní odborné přípravy (dále už jen ZOP) jsou policisté vystavováni řadě modelových situací, při kterých je nácvik použití střelné zbraně proti jedinci cvičen. Avšak použití střelné zbraně proti jedinci je událost, která bude vždy přesahovat běžnou lidskou zkušenost. Ačkoli bude policista jednat oprávněně, tedy dle všech platných zákonů, může v něm taková událost zanechat hluboké psychické následky. Použití zbraně záleží vždy na mnoha faktorech a okolnostech, jako jsou např. osobnost policisty, chování pachatele, další okolnosti incidentu na místě.

Pro úpravu střeleckých výcviků a přípravy policistů je nutné zjistit, jaké okolnosti a události, při nichž dojde k použití služební střelné zbraně, policisté vnímají jako ty, které pro ně jsou nejvíce stresové, a na ty se poté zaměřit. V rámci použitých rozhovorů jsem záměrně vybral policisty sloužící u pořádkové policie (jsou to policisté, kteří slouží na obvodních odděleních a místních odděleních), jelikož ti po obdržení hlášení o nějakém incidentu (protiprávní jednání, fyzické napadení, občanské soužití atd.), většinou žádné další informace nemají a musí si na místě poradit sami. Někdy se stane, že hlídka už podle jména ví, o koho se jedná a s kým bude mít na místě tu čest. Jestli u sebe jedinec má zbraň nebo něco jiného,

co se dá za zbraň považovat, se většinou hlídky dozvědí až po příjezdu na místo. Je pravdou, že někdy operační důstojník z IOS (integrovaného operačního střediska) hlídce jedoucí na místo incidentu řekne, že byl na místě výskyt nože, nebo že pachatel u sebe měl střelnou zbraň. Někdy se střelná zbraň zjistí provedenou lustrací, pokud je osoba vlastníkem zbrojního průkazu a střelné zbraně, provede se varování hlídky jedoucí na místo. Avšak ze své zkušenosti vím a vědí to i lidé v naší zemi, že mezi lidmi je mnoho nelegálně držných zbraní, které osoby nemají přihlášené, nebo jsou to zbraně opatřené načerno k páchání trestné činnosti atd.

Jiné útvary, jako např. zásahové jednotky nebo Útvar rychlého nasazení, se většinou specializují na náročné zákroky, tedy i na použití střelné zbraně a samotnou střelbu proti osobě. Vědí dopředu, o jakou osobu se jedná, jakou má minulost, nějakou dobu ji sledují atd. A právě z cílového zaměření jednotlivých složek vyplývá i typ, styl a vedení jejich výcviku. Policisté pořádkové policie jsou proškoleni na všechny typy své činnosti od dopravních nehod až po zadržování pachatelů, není tudíž možné připravit je pouze na specializované typy činností, tedy laicky řečeno, na určitý typ práce je důležitý jiný typ dovedností. Je však pravdou, že policisté, kteří přicházejí každodenně do přímého kontaktu s občany, by měli být schopni ochránit sami sebe a okolí a být si jisti při manipulaci a použití střelné zbraně, aby nedošlo ke zbytečným ztrátám na životech.

4.1 Cíl výzkumného šetření a vědecko-výzkumné otázky

Hlavním cílem výzkumného šetření je prozkoumání okolností, při nichž dochází k použití střelné zbraně, a zjištění, která část od kontaktu s pachatelem, přes samotný výstřel až po vyšetřování celého incidentu, působí na řadové policisty nejvíce stresově. Zjištěné poznatky bych rád následně zužitkoval i v praxi. V rámci přípravy tohoto výzkumného šetření jsem po nastudování problematiky a v souladu s cílem výzkumného šetření definoval několik výzkumných otázek, na které v rámci tohoto výzkumného šetření hledám odpověď.

Výzkumné otázky:

1. Jak vypadá situace, při níž policista použije zbraň?
2. Jaké jsou pocity a chování policisty po použití zbraně?
3. Co by policisté zlepšili, aby pro ně byla situace, při níž dojde k použití služební zbraně, snazší?

4.2 Metodologie tohoto výzkumného šetření

Tato bakalářská práce využívá kvalitativní výzkumnou metodu, neboť její výzkumné šetření nezjišťuje kvantitu zkoumaného jevu, ale naopak samotné projevy, kterým se snaží porozumět. Metodologicky při tomto výzkumu postupují dle publikace Jana Hendla „*Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*“. Ten přirovnává práci kvalitativního výzkumníka k činnosti detektiva vyhledávajícího a analyzujícího jakékoliv informace, jež by přispěly k osvětlení výzkumných otázek, a z tohoto následně vyvozuje závěry. (Hendl, 2008, s. 48)

Užitou metodou pro sběr dat je v tomto výzkumném šetření polostrukturovaný rozhovor. Tato metoda umožňuje výzkumníkovi držet se předem stanoveného tématu, ale zároveň poskytuje respondentovi prostor pro jeho autentickou výpověď.

• **Rozhovor**

Gavora (2000, s. 138-139) v publikaci „*Úvod do pedagogického výzkumu*“ uvádí, že je na místě dát přednost rozhovoru před dotazníkem právě v případě, že chce badatel získat bezprostřední, osobní a důvěrné odpovědi, což by bez osobního kontaktu nebylo možné. Je vhodnější použít rozhovor než třeba dotazník, když badatel předpokládá jejich nízkou návratnost. Počet respondentů je vzhledem k tématu úzký, kvantitativní metoda tedy není vhodná. Jak uvádí Hendl, rozhovor je užitečný také v případě, že zkoumaný jev nelze pozorovat, což v případě použití střelné zbraně policistou proti osobě skutečně nelze. (Hendl 2008, s. 162)

Rozhovor je založen na osobním styku badatele a jeho respondenta. Při tomto osobním styku badatel vede rozhovor tak, že klade otázky, a respondent mu je zodpovídá. Pořadí otázek je předem dáno a všem respondentům bude kladena stejná baterie otázek. U rozhovoru zároveň počítám s tím, že bude zcela anonymní, a to i s ohledem na choulostivost tématu. Celkový počet otázek je 13 a z důvodu anonymity respondentů se vyhýbám identifikačním otázkám, s výjimkou délky služby respondentů a regionu jejich zařazení. Všechny otázky se zabírají zkoumanou problematikou a jejich vyhodnocení bude probíhat ve vzájemných souvislostech.

- **Vyhodnocení**

Nahromaděné údaje získané prostřednictvím rozhovorů budu interpretovat v tomto výzkumném šetření. Pro vyhodnocení výsledků využiji metody indukce, převedu tedy pravidelnosti v datovém materiálu do obecného pravidla. Aby toto bylo možné, budu muset seřadit rozhovory tak, abych je mohl vzájemně kategorizovat, kódovat a hledat pravidelnosti. Kódování bude použito „otevřené“, v odpovědích respondentů budu lokalizovat témata se vztahem k položeným otázkám a prostudované literatuře. A rovněž také např. „nové myšlenky“. Přitom se budu snažit neztratit ze zřetele, že cílem je tematické rozkrytí textu. Výsledkem by měla být jakási interpretace chování lidí v daném kontextu. U výzkumného šetření mohou být odpovědi respondentů subjektivní, a to z důvodu snahy uspokojit badatele, ale spoléhám, že respondenti budou odpovídat spontánně. Na základě provedeného bádání by mělo být možné vyvodit předpoklady či hypotézy pro budoucí další výzkumná šetření. (Hendl, 2008, s. 34, 247-249)

- **Plán výzkumného šetření, výzkumný soubor a předvýzkum**

Pro provedení tohoto výzkumného šetření bylo nezbytné po stanovení cíle, výzkumné metody, výzkumných a badatelských otázek zajistit respondenty, aby bylo možné výzkumné šetření realizovat. Oslovil jsem několik kolegů, o nichž jsem věděl nebo slyšel, že použili služební zbraň proti osobě, současně jsem požádal policejní metodiky v kraji o kontakt na další policisty, kteří měli tuto zkušenost. Přitom se ukázalo, že těchto případů bylo v kraji za poslední léta pouze několik. Celkem jsem tak oslovil šest služebně činných kolegů a požádal je o účast na tomto výzkumném šetření. Z oslovených kolegů byla ochotna se zúčastnit pouze třetina. Následně jsem sestavil na základě výzkumného cíle a výzkumných otázek baterii badatelských otázek a požádal jsem svého blízkého kolegu, zdali by se mnou provedl rozhovor dle těchto otázek a tento sepsal, jako když sepisuje s někým úřední záznam o podání vysvětlení. Tak se také stalo. Tento „předvýzkum“ mi poskytl možnost zhodnotit využitelnost sestavené baterie otázek a případně ji upravit. Bez dalších úprav jsem rozhovor provedl s dalšími respondenty. Dále následovalo vyhodnocení. Respondenty jsem označil Policista 1, 2, 3. Přepisy rozhovorů jsou v příloze.

4.3 Badatelské otázky

Při rozhovorech v rámci tohoto výzkumného šetření bylo použito 13 níže uvedených badatelských otázek:

- 1) Přibližte situaci, která předcházela zákroku s použitím zbraně, délka služby u Policie ČR a zda se jednalo o řešení oznámení či něco jiného?
- 2) Jaké informace jste měli k dispozici? (od IOS, případně co jste si sami odvodili po obdržení informace a pak při příjezdu na místo)
- 3) Co se na místě dělo v době vašeho příjezdu, jak se chovaly osoby na místě?
- 4) Co vedlo k použití zbraně, jak situace gradovala, popř. jiné faktory, které nasvědčovaly, že k použití zbraně dojde?
- 5) Jak byla použita zbraň při zákroku?
- 6) Co jste v té chvíli cítil a jak jste se cítil jako osoba?
- 7) Co jste dále udělal bezprostředně po střelbě?
- 8) Jaké byly vaše pocity na místě po skončení zákroku, na co jste v tu chvíli myslel a co se kolem vás dále dělo?
- 9) Měl jste pocit strachu z neoprávněnosti použití zbraně? Případně měl jste obavy z něčeho jiného a z čeho?
- 10) Cítil jste podporu ze strany Policie ČR během prováděného šetření proti vaší osobě? Byla vám ze strany Policie ČR poskytnuta nebo alespoň nabídnuta nějaká psychologická péče?
- 11) S odstupem času, co všechno hodnotíte jako stresové faktory?
- 12) Které faktory vám pomohly zákrok s použitím střelné zbraně zvládnout?
- 13) Co jste naopak vnímal jako prostor ke zlepšení, aby byly pro policisty takovéto situace snazší?

4.4 Výsledky výzkumného šetření

Otázka 1. Přibližte situaci, která předcházela (prvnímu) zákroku s použitím zbraně, délka služby u Policie a zda se jednalo o řešení oznámení či něco jiného?

Policista 1: Sloužící 17 let u pořádkové policie, z toho část v Praze a část v Královéhradeckém kraji, použití služební zbraně po 5 měsících ve výkonu služby při výjezdu na oznámení během noční služby.

Policista 2: Sloužící 24 let u pořádkové policie v Královéhradeckém kraji, použití služební zbraně po cca 21 letech služby, při výjezdu na oznámení během noční služby.

Policista 3: Sloužící 29 let v Praze u pořádkové a později u dopravní policie, první použití zbraně po cca 6 letech služby, při běžné silniční kontrole během denní služby.

Otázka 2. Jaké informace jste měli k dispozici? (od IOS, případně co jste si sami odvodili po obdržení informace a pak při příjezdu na místo)

Oznámení o násilném přepadení Baru, podříznutá servírka

Oznámení o konfliktu mladíka s dívkou na ulici a o střelbě

Běžná silniční kontrola

Policistům 1, 2 bylo během noční služby operačními důstojníky oznámeno, že v jejich teritoriu dochází k nebezpečnému protiprávnímu jednání (ozbrojení pachatelé). Policisté 1 i 2 obdrželi od operačního důstojníka solidní informace poskytnuté svědky, dle kterých si mohli vytvořit obraz o situaci na místě a dle toho k provedení zákroku i přistoupit.

Situace, která byla popsána operačním důstojníkem Policistovi 2, však nekorespondovala s tím, že Policista 2 chvíli před oznámením v místě hlídkoval a byl tam idylický klid (rozpor s oznámením).

Policista 3 neměl předem žádné informace o situaci, která bude následovat, neboť během denní služby prováděl běžnou silniční kontrolu vozidla a jeho řidiče. Při této silniční kontrole nic (např. v chování řidiče) nenasvědčovalo tomu, že by nemělo jít o rutinní kontrolu vozidla.

Otázka 3. Co se na místě dělo v době vašeho příjezdu, jak se chovaly osoby na místě?

Zavražděná žena, pachatelé se zbraní

Nepřehledná situace, hluk a křik

Agrese pachatelů vůči policistům

Vozidlem sražený policista

Policista 1 s kolegou přijeli na místo připraveni na nejhorší. Zkušenější kolega inicioval provedení zákroku a s využitím místní znalosti vstoupili do baru, kde našli tělo servírky. Situace byla nepřehledná. Po ohlášení příslušnosti policistů k Policii ČR následoval v místě rámus a agrese schovaných pachatelů vůči policistům. Pachatelé zaútočili na policisty pomocí nožů.

Policista 2 s kolegou po příjezdu na místo zjistili, že osoby, mezi nimiž mělo dojít k údajnému napadení (mladík měl ohrožovat dívku zbraní a ze zbraně i vystřelit), už nejsou přítomní. Oznamovatelka na místě popsala policistům tyto

osoby a směr jejich útěku z místa. Následně se proto policisté vydali za těmito osobami.

V případě Policisty 3 docházelo k běžné silniční kontrole, kdy policista obdržel od řidiče doklady a šel tyto doklady tzv. vylustrovat do služebního vozidla. Kontrolovaný řidič využil situace a rozjel se s vozidlem, přitom nabral na kapotu vozidla druhého policistu, který prováděl krytí lustrujícího kolegy (Policisty 3), a také naboural do policejního vozidla. Poté začal policejní hlídce ujíždět a ta jej pronásledovala služebním vozidlem.

Otázka 4. Co vedlo k použití zbraně, jak situace gradovala, popř. jiné faktory, které nasvědčovaly, že k použití zbraně dojde?

Útok pachatelů s nožem na policisty

Pachatel mířil na hlavu poškozené, poté i na policistu

Ujíždějící pachatel, který svým vozidlem a bezohlednou jízdou ohrožoval životy a zdraví lidí

Zatímco Policista 1 s kolegou provedli vstup do přepadeného baru a prováděli takticky kontrolu prostoru, poté co kolega Policisty 1 prokázal příslušnost k policii zvoláním „Policie ČR“, z prostor baru z různých směrů vyběhli dva pachatelé. Následovala střelba ze služebních zbraní policistů, kdy kolega Policisty 1 dvakrát vystřelil na jednoho pachatele (později Policista 1 zjistil, že měl dotýčný pachatel nůž v ruce) a Policista 1 vystřelil dvakrát na druhého pachatele, ten držel nůž v ruce, zatímco běžel k Policistovi 1.

Policista 2 s kolegou dostihli opodál místa hlášeného napadání a střelby ze zbraně obě osoby. Pachatel držel v ruce pistoli a mířil s ní na poškozenou. Policista 2 vyzval pachatele k odhození zbraně, ten však reagoval tak, že zbraň ihned otočil směrem k Policistovi 2, a na to Policista 2 reagoval výstřelem ze služební zbraně na pachatele.

Při pronásledování ujíždějícího řidiče Policistou 3 a jeho kolegou, ujíždějící řidič „jel v protisměru, nerespektoval semaforey, ujížděl po chodnících, kde v té době chodili lidé“ a tím ohrožoval bezpečnost ostatních lidí. Policista 3 mimo obydlenu oblast několikrát vystřelil na ujíždějící vozidlo. Poté vozidlo zastavilo.

Otázka 5. Jak byla použita zbraň při zákroku?

Proti osobě nebezpečného pachatele

Na kola ujíždějícího vozidla

Policisté 1 a 2 při zákroku stříleli ze služební zbraně na osobu nebezpečného pachatele. Policista 1 vystřelil dvakrát. Policista 2 vystřelil jedenkrát. Oba policisté pachatele svými výstřely zasáhli. Policista 3 při zákroku vystřelil ze služební zbraně několikrát na kola ujíždějícího vozidla. Přitom jedna ze střel Policisty 3 prošla konstrukcí vozidla a zasáhla osobu řidiče - pachatele.

Pachatelé postřelení Policisty 1, 2, 3 své střelné zranění přežili. Nikoliv však pachatel postřelený kolegou Policisty 1.

Otázka 6. Co jste v té chvíli cítil a jak jste se cítil jako osoba?

Pocit hrůzy z nálezů mrtvé (známé) osoby

Nervozita ze zákroku, tlukot srdce

Stres ze střelby na osobu a z jejího zranění

Policista 1 uvedl, že po příjezdu na místo byl nervózní z toho, co se bude dít, bušilo mu srdce jako o závod. Po vstupu do přepadeného baru cítil hrozný pocit z toho, že viděl na zemi ležet podříznutou, jemu „známou“ servírku z baru. Poté co došlo ke střelbě na pachatele, bylo pro Policistu 1 stresující vidět osobu pachatele ležet v kaluži krve a křičet.

Policista 2 popsal situaci jako velmi rychlou, svým pocitům nevěnoval pozornost. Bušilo mu srdce, navzdory tomu jednal tak, jak byl vycvičen.

Policista 3 uvedl, že na něho dopadl stres při vytahování ujíždějícího řidiče z vozidla, když zjistil, že má řidič oblečení od krve a je zraněný.

Otázka 7. Co jste dále udělal bezprostředně po střelbě?

První pomoc pachateli. První pomoc poškozené

Přivolání Rychlé záchranné služby. Hlásná služba operačnímu důstojníkovi

Odzbrojení pachatele. Kontrolování situace

Poté co došlo ke střelbě na pachatele a jejich zranění, Policisté 1, 2, 3 obdobně uvedli, že s kolegy vyrozuměli operačního důstojníka hlásnou službou, přivolali

záchrannou službu a začali poskytovat první pomoc pachatelům, které postřelili. Navíc v případě Policisty 1 se jeho kolega snažil oživovat těžce zraněnou servírku z přepadeného baru. Policista 2 dále zmínil, že odzbrojil s kolegou pachatele, a to tak, že umístili zbraň z jeho dosahu a dále kontrolovali situaci na místě.

Otázka 8. Jaké byly vaše pocity na místě po skončení zákroku, na co jste v tu chvíli myslel a co se kolem vás dále dělo?

Kontrolní orgány na místě

Dotazování, vysvětlování

Nepříjemné pocity, pocity dusna

Nabídka psychologické pomoci

Na místo se dle Policistů 1, 2, 3 dostavily v popsáných případech i kontrolní orgány, z důvodu vyšetřování oprávněného použití zbraně. Policista 1 popsal situaci na místě jako kolotoč vysvětlování. Byla mu odebrána služební zbraň, dále se podrobil dechové zkoušce a čelil neustálým dotazům. Situace v něm vyvolávala nepříjemné pocity a připadal si jako zločinec. Vůbec prý nevnímal, kdo po něm chce, jelikož na něho neustále někdo mluvil a chtěl informace. Přitom se silně potil a přemýšlel, zda udělal vše správně.

Na místě Policistu 1 – podpořil vedoucí z oddělení, který ho ubezpečil, že na základě zjištěných informací od svědka vše dobře dopadne. Následně byl odvezen z místa na oddělení, kde mu byla nabídnuta psychologická pomoc a ukončení aktuální služby. Policista 2 – pociťoval na místě úlevu, že situaci zvládli a myslel na to, že zákrok provedl správně. Přítomnost kontrolních orgánů na místě dle něho vyvolávala dusnou atmosféru. Policista 3 – se na místě vykřičel na postřeleného ujíždějícího řidiče - pachatele, ten se mu na místě za své konání omluvil.

Otázka 9. Měl jste pocit strachu z neoprávněnosti použití zbraně? Případně měl jste obavy z něčeho jiného a z čeho?

Obavy z pochybení, nepříjemné otázky

Střelná zbraň vs. “plynovka“

V oprávněnost zákroku

Policista 1 – se obával, aby se situace neotočila proti němu. Přemýšlel, jestli bude moci dál sloužit u policie, nebo jestli půjde do vězení a budou si na něho ukazovat

prstem. Nepomáhaly mu ani komentáře některých kolegů a vyšetřovatelů přítomných na místě: „*A další mladej kovboj, zase místňáci nám přidělávají práci, další, co spasí svět, a další co nejdřív střílí a pak myslí, hrdinů plné hřbitovy, a další co chce vše vyřešit sám.*“ Ulehčením mu bylo, když mu přestaly být kladeny nepříjemné otázky od početných vyšetřujících orgánů. Na událost myslel i doma.

Dle Policisty 2 – nebyl čas předem přemýšlet, jak má jednat, nad tím, jestli na něho právě namířila „pravá“ střelná zbraň, anebo „neškodná“ plynová zbraň. Při zákroku šlo o záchranu života.

V případě Policisty 3 – i tento policista musel absolvovat vyšetřování oprávněnosti použití zbraně. Dle Policisty 3 nejde zavřít nad ujžděním očí, ať už je jeho motiv jakýkoliv (v tomto případě opilý řidič za volantem). Policista 3 také konstatoval, že od vyšetřujících policistů očekával větší pochopení.

Otázka 10. Cítil jste podporu ze strany Policie ČR během prováděného šetření proti vaší osobě? Byla vám ze strany Policie ČR poskytnuta nebo alespoň nabídnuta nějaká psychologická péče?

Kolega, podpora vedoucího

Psychologická podpora

Podpora řadových kolegů

Policista 1 – velkou oporu vidí ve svém kolegovi z hlídky. Ze strany vedení oceňuje nabídku psychologické pomoci. Navíc mu jeho vedoucí nabídl odbornou pomoc při sepisování záznamů o zákroku a byl mu oporou i v dalších věcech, které nespécifikoval. Rovněž také Policista 1 zmínil, že ho podpořili i zkušenější kolegové, kteří ho ubezpečovali, že se to stává a že má být v klidu a rád, že vůbec žije.

Policista 2 – pocíťoval dusnou atmosféru při vyšetřování na místě, někteří jej sice na místě uklidňovali, jiní hráli role „hodných a zlých poldů“ a tlačili jej s kolegou do brzkého sepsání úředního záznamu o zákroku, a to navzdory jejich aktuálnímu psychickému rozpoložení.

Policistu 3 – událost podráždila, trvalo poměrně dlouho, než byla vyhodnocena oprávněnost použití služební zbraně. Přitom využil podpory policejního psychologa, od kterého dostal radu, podle níž se řídí dodnes: „Důležité je, když nastoupíš ráno do služby, tak se z ní musíš večer i živ a zdrav vrátit domů.“ Tuto radu dostal i od svého vedoucího, což mu pomohlo situaci zvládnout.

Otázka 11. S odstupem času, co všechno hodnotíte jako stresové faktory?

Kolegy z nejmenovaného útvaru

Soudkyně a její „slovíčkaření“

Výhrůžky policistovi ze strany pachatele

Policista 1 – hodnotí jako nejhorší jednání kolegů z nejmenovaného útvaru, který dále nspecifikoval. Mohl tím myslet například útvar Inspekce Ministerstva vnitra, který tehdy vyšetřoval policisty, a tedy i oprávněnost použití služební zbraně. V současnosti tuto činnost provádí Generální inspekce bezpečnostních sborů.

Policista 2 – označil jako stresující fakt, že se musel i s rodinou na čas odstěhovat z důvodu výhrůžek ze strany pachatele a jeho „kumpánů“.

Dle Policisty 3 – bylo stresujícím zážitkem pokračování věci u soudu s pachatelem. Ačkoliv už bylo vyšetřování věci uzavřené, stres se mu vrátil. U soudu pachatel otočil a tvrdil, že bylo jeho přiznání vynuceno pod nátlakem a že vlastně nic neudělal. Soudkyně se snažila brát policistu „za slovo“ v jeho neprospěch. Nakonec se pachatel přiznal s vysvětlením, že mu někdo poradil, aby změnil svou výpověď, a dostal následně odškodnění.

Otázka 12. Které faktory vám pomohly zvládnout s použitím střelné zbraně zvládnout?

Vedoucí jako opora

Zkušený kolega v hlídce

Policejní psycholog, policejní výcvik

Všichni tři respondenti, Policisté 1, 2, 3, ocenili podporu svého vedoucího. Policista 1 vnímal jako významný faktor, že byl v hlídce se zkušeným kolegou. Policistovi 2 pomohl zvládnout náročnou situaci výcvik, kterým u policie prošel. Policista 3 ocenil pomoc policejního psychologa a podotkl, že ho u policie udržel jeho pozitivní vztah k policejní práci.

Otázka 13. Co jste naopak vnímal jako prostor ke zlepšení, aby byly pro policisty takovéto situace snazší?

Optimalizovat výcvik a přípravu na situace, kdy je použita služební zbraň

Výběrovější nábor, chybí vojna

Naučit se pomoci policistovi, kterému je vyhrožováno pachatelem

Zlepšení vybavení, výstroje, výzbroje

Změnit přístup k vyhodnocování oprávněnosti použití služební zbraně

Změnit přístup justice k ujíždějícím řidičům

Policista 1, který použil služební zbraň krátce po nástupu ze základní odborné přípravy na ulici, vidí prostor ve zlepšení výcviku policistů, aby na takovéto situace byli připraveni hned po nástupu „na ulici“. Také by uvítal kvalitnější nábor nových kolegů policistů.

Jak bylo uvedeno výše, Policistovi 2 bylo vyhrožováno ze strany pachatele a jeho „kumpánů“, což ho donutilo se na čas odstěhovat ze svého bydliště, aby přešel odvetným akcím. Dle něho by se policie měla naučit policistovi v takové situaci pomoci. Dále Policista 2 ocenil zlepšení vybavení, výstroje a výzbroje.

Podle Policisty 3 by se měl změnit přístup při vyhodnocování oprávněnosti zákroků policistů, „vyšetřovatelé i soudy by se měli zbavit pocitu, že polda musel za každou cenu pochybit a více řešit kontext celé události“. Rovněž by se měl změnit přístup justice k ujíždění, aby se trestu báli pachatelé, nikoliv policisté.

4.5 Shrnutí výzkumného šetření

V této bakalářské práci byly v rámci výzkumného šetření provedeny rozhovory s řadovými policisty sloužícími u pořádkové policie, kteří mají zkušenost s použitím střelné zbraně proti osobě a ujíždějícímu vozidlu. Rozhovory, provedené v rámci tohoto výzkumného šetření, jsou reprodukovány v přílohách B, C, D. Popsané zákroky použití služební zbraně byly následně, po provedeném vyšetřování, vyhodnoceny jako oprávněné. Výzkumným šetřením jsem hledal odpověď na tři výzkumné otázky, které jsem uvedl již výše.

Při hledání odpovědi na výzkumnou otázku **Jak vypadá situace, při níž policista použije zbraň?** Dle odpovědí na badatelské otázky č. 1, 2, 3, 4, 5 se ukázalo, že taková situace může nastat bez ohledu na to, jestli má policista odslouženo ve výkonu služby řadu let, nebo pouze pár měsíců. Rovněž ani nerozhoduje, zda policista právě slouží denní či noční službu a jestli provádí rutinní kontrolní činnost, anebo je vyslán řešit nějaké vyhocené oznámení. Ve dvou popsáných případech se jednalo o zákroky, při nichž policisté zasahovali proti

pachatelům se zbraní. Situace na místě byly nepřehledné a byly provázeny např. přítomností mrtvé nevinné osoby, rámusem a křikem, agresí vůči policistům. K použití zbraně policisty vedlo nebezpečné jednání pachatelů ohrožující nevinné osoby i policisty. V dalším případě policista použil zbraň proti vozidlu, se kterým pachatel ujížděl z místa rutinní silniční kontroly, avšak odražená střela pachatele zasáhla a poranila.

Druhá výzkumná otázka zjišťovala: **Jaké jsou pocity a chování policisty po použití zbraně?** Dle výpovědí policistů se ukázalo u badatelských otázek č. 6, 7, 8, že taková situace není pro policisty jednoduchá. Naopak, policisté pociťovali nervozitu ze zákroku, tlukot srdce, nepříjemný pocit z přítomnosti mrtvé nevinné osoby na místě, stres ze střelby na osobu a z jejího zranění, byť se jednalo o osobu pachatele, který se choval nebezpečně, a také potřebu se vykřičet. Policisté poznamenali, že událost proběhla velice rychle, a tedy jednali přímo podle toho, jak byli vycvičeni. Rychlost sledu událostí policistům neumožnila dlouze a důkladně promýšlet svůj postup, museli se rozhodnout během několika sekund. Po použití zbraně, které pro ně bylo náročné, však policisté dále jednali jako profesionálové v souladu se zákonem. Začali poskytovat první pomoc pachateli, přivolávat lékařskou pomoc, vyrozuměli operačního důstojníka o události a samozřejmě dále kontrolovali situaci, která by mohla gradovat, například příchodem dalších osob, které by do situace chtěly zasahovat.

Navzdory obtížnosti popsané situace pro policisty, přijíždějí běžně na místo nadřízení funkcionáři a především vyšetřovatelé, jejichž úkolem je vyšetřit oprávněnost použití zbraně. Policisté popsali v odpovědích na badatelské otázky č. 8, 9, že přítomností kolegů vyšetřovatelů se jejich pocity na místě nezlepšily. Bylo tomu spíše opačně, vzhledem k faktu, že jejich dotazování bylo nepříjemné a provázené různými nevhodnými komentáři. Oporou byli policistům v těchto chvílích jejich vedoucí, což všichni policisté ocenili, a rovněž jim byla dříve či později nabídnuta psychologická pomoc. Je samozřejmé, že policisty v takovém případě provází obavy z možného pochybení, ale zároveň se snaží věřit, že vše provedli co nejlépe. Je tak vhodné, aby je v tomto někdo ubezpečil.

Podle odpovědí na badatelské otázky č. 10, 11 se policisté podporují navzájem, především s „partákem“ z hlídky, ale jak bylo uvedeno výše, oporou byl policistům i jejich vedoucí, policejní psycholog, ale i další řadoví kolegové. Kdo však

policistům podle výpovědi oporou není, jsou „kolegové“ z útvaru, který nejmenovali. Po policistech je těmito „kolegy“ vyžadováno okamžité vysvětlení situace a jsou tlačeni do „rychlého“ sepsání úředního záznamu, bez ohledu na aktuální psychický stav a na práva policistů. Samotné vyhodnocování oprávněnosti zákroku, během kterého jsou zainteresovaní policisté v obavách, co s nimi bude, trvá i několik měsíců. K tomu bych doplnil, že dříve oprávněnost použití zbraně vyhodnocovala tzv. Inspekce Ministerstva vnitra a od 1.1.2012 tuto činnost provádí Generální inspekce bezpečnostních sborů. Ta vyšetřuje veškerá protiprávní jednání příslušníků bezpečnostních sborů, tedy i policistů, a měla by být postrachem všech „špatných poldů“, např. úplatných, zkorumpovaných. Bohužel dosud je tomu tak, že „GIBS“ je postrachem všech policistů, zvláště v těchto situacích. Kromě náročnosti vyšetřování, jeden z policistů po zákroku čelil výhrůžkám ze strany pachatele, a musel tak na čas změnit i svůj osobní život. Další z policistů popsal velmi nepříjemný zážitek ze soudu, kdy se soudkyně snažila jeho výpověď znevěrohodnit.

Faktory, které byly policistům nápomocny při zvládnutí situací, při nichž použili služební zbraň, zjišťovala badatelská otázka č. 12. Policisté vyzvedli hned několik faktorů, a to podporu vedoucího, zkušeného kolegu v hlídce, policejní výcvik, policejního psychologa a svůj pozitivní vztah k policejní práci. K tomuto se úzce váže třetí výzkumná otázka: **Co by policisté zlepšili, aby pro ně byla situace, při níž dojde k použití služební zbraně, snazší?** Odpověď na tuto výzkumnou otázku poskytla badatelská otázka č. 13. Ukázalo se, že dle policistů by bylo vhodné optimalizovat výcvik a přípravu na situace, kdy je použita střelná zbraň, zejména však u „nově nastupujících policistů“. Je však nutné podotknout, že vypovídající policisté absolvovali základní odbornou přípravu jako začínající policisté před 17-29 lety a od té doby se základní odborná příprava dost zdokonalila a zlepšila. Dále policisté zmínili potřebu náročnějšího výběru při náboru k policii a jako výrazné negativum absenci základní vojenské služby u mladých uchazečů o službu u policie. Podle mého názoru je výběr k policii velmi specifický a uchazeči jsou posuzováni vcelku důkladně. Fakt, že se u některých policistů projevuje absence základní vojenské služby je na kvalitě uchazečů hodně znát, a je dobře, že se Policie ČR snaží základní vojenskou službu „suplovat“ tzv. nástupním kurzem, který uchazečům vštěpuje některé základní návyky. Do roku 2017 probíhala tato příprava ve Vojenské akademii Vyškov za účasti armádních instruktorů a ze svého okolí jsem slyšel výborné reference. Bohužel však armáda potřebovala kapacity akademie pro

svoje vojáky, policejní nováčci se přesunuli jinam. Nástupní kurs pokračuje v podobném duchu, byť už ne za účasti vojáků. Dále policisté zmínili, že by se policie měla naučit pomoci třeba právě policistovi, kterému je vyhrožováno, aby takovou situací nemusel řešit sám. Zlepšit by se měl také přístup k vyhodnocování oprávněnosti použití střelné zbraně a přístup justice, konkrétně k ujíždějícím řidičům.

Vyzdviženo bylo zlepšení dostupného vybavení, výstroje a výzbroje u Policie ČR. Z vlastní zkušenosti mohu potvrdit, že policisté mají nyní lepší palebnou sílu (samopaly), než tomu bylo před lety, a mohou tak čelit dobře vyzbrojeným pachatelům. Úplnou novinkou ve výzbroji je tzv. „Taser“, který pomocí elektrického výboje zneškodní pachatele, aniž by muselo být použito zraňujících střel ze služební zbraně. Rozšíření „Taserů“ mezi policisty je velmi dobrým krokem, který pomůže šetřit život pachatelů. „Tasery“ mají však jistá konstrukční omezení, např. dostřel a efektivitu. Dále jsou policisté postupně vystrojováni taktickými vestami, aby měli potřebný „materiál“ (vybavení) kam dát a nenosili ho nepohodlně na opasku. Mají k dispozici osobní („tělové“) balistické vesty, další vesty s vyšším stupněm balistické ochrany a balistické přilby vozí policisté ve vozidlech.

Pro zajímavost bych rád k tomuto výzkumnému šetření uvedl, jak byly ve finále hodnoceny zákroky policistů, kteří se zúčastnili mých rozhovorů a služební střelnou zbraň použili proti nebezpečnému pachateli tedy živému člověku:

Policista 1 – jeho zákrok byl nadřízenými i v té době kontrolními orgány, kteří zákrok prošetřovali, hodnocen jako oprávněný, ke stavu situace přiměřený, v rámci zákona a hodnocen velmi kladně, bez jakéhokoliv pochybení na místě činu. Splňoval podmínky v té době platného zákona č. 283/1991 Sb., Zákona o Policii ČR, tak i splňoval podmínky v té době platného trestního zákona a trestního řádu.

Policista 2 - jeho zákrok byl nadřízenými i kontrolními orgány, kteří zákrok prošetřovali, hodnocen jako oprávněný, ke stavu situace přiměřený, v rámci zákona a hodnocen velmi kladně, bez jakéhokoliv pochybení na místě činu. Splňoval podmínky zákona č. 273/2008 Sb., Zákona o Policii ČR, tak i splňoval podmínky trestního zákoníku a trestního řádu.

Policista 3 - jeho zákrok byl nadřízenými i v té době kontrolními orgány, kteří zákrok prošetřovali, hodnocen jako oprávněný, ke stavu situace přiměřený, v rámci zákona a hodnocen velmi kladně, bez jakéhokoliv pochybení na místě činu. Splňoval

podmínky v té době platného zákona č. 283/1991 Sb., Zákona o Policii ČR, tak i splňoval podmínky v té době platného trestního zákona a trestního řádu.

Policistům, kteří se podíleli na uvedených rozhovorech v této bakalářské práci, bych chtěl touto formou poděkovat za jejich vstřícnost, ochotu a času se podílet na tomto výzkumném šetření.

Domnívám se, že uvedeným tématem, jakým je psychologická podpora po střelbě na člověka, by se měli více zabývat instruktoři a lektoři na kurzech odborné přípravy. Dále by se měla provádět školení s policejními psychology, kteří by měli policisty více školit na případně možné pokládané otázky ze strany obhájců obviněných pachatelů, soudců a jiných pracovníků. Naučit je jak na položené otázky odpovídat a nenechat se vyvést z míry a nepodlehnout manipulacím.

Podobná školení a prevence již v dnešní době probíhají u policie v Německu, Švédsku nebo Švýcarsku.

Závěr

Oblast stresu představuje mnoho informací a v současné velmi uspěchané době postihuje všechny oblasti našeho života. S postupným odkrýváním svého původu, podstaty a následků se stal respektovaným problémem. Je v centru velkého zájmu privátních společností, veřejných institucí, neodborné i odborné veřejnosti.

Cílem mé bakalářské práce bylo shromáždit a analyzovat psychologické poznatky o problematice stresu, především u policie. Dle mých zkušeností hlavně popsat stres a stresové prostředí u Policie ČR, především u řadových policistů. Popsat stres a stresové prostředí, které každodenně působí na řadové policisty sloužící u pořádkové policie, dále stres vyplývající z použití střelné zbraně proti jedinci. První část této bakalářské práce přibližuje čtenáři Policii ČR jako takovou a rovněž se zabývá oprávněním použití zbraně. Stresu je věnována druhá část této bakalářské práce. Ve třetí části jsou formulována praktická zjištění, s čím se řadový policista setkává při svém výkonu služby, co jej dostává při výkonu služby do úzkých, zabývá se „policejním stresem“. Dále jsem se v uvedené práci zaměřil na faktor policejní práce, výzbroj a nošení zbraně, manipulaci s ní a dále její možné použití proti pachateli, jedinci.

V rámci výzkumného šetření jsem se zaměřil na konkrétní okamžiky spojené s použitím střelné zbraně policistou, jak situaci policista vnímal od počátku až do konce. Co považoval za zátěžové, co se na policistovi podepsalo před vznikem situace, co se dělo během samotného zákroku s použitím střelné zbraně. Jak situaci zpětně hodnotil a jak ovlivnila jeho další práci u Policie ČR.

Na závěr chci uvést využívání některých poznatků z oblasti psychologické péče o příslušníky Policii ČR v praxi. Soudobý stav psychologické péče v Policii ČR upozorňuje na vzrůstající tendenci ve využívání psychologických služeb policisty. Zjištěná čísla, objevující se v různých projektech, jsou pouze špičkou ledovce. Aktivní posílení v oblasti psychologické péče o policisty je podle mě tou nejlepší cestou ke zdravému a čistšímu klimatu a psychické pohodě mezi policisty ve výkonu služby.

Víme, že někteří policisté takovou zkušenost zvládají velmi dobře, nepotřebují vyhledávat konzultace nebo následnou pomoc psychologů. Zvládají stres a stresové situace, nepocítují žádný problém a práce se na nich nepodepisuje. I takového kolegu jsem potkal a sloužil s ním.

Policejní oddělení by mělo být podle mých úvah a zkušeností vedeno v přátelském duchu, zásadně nepřijatelné jsou techniky vedení typu „cukr a bič“. Nadřízení pracovníci by se měli snažit o to, aby jejich podřízení (řadoví policisté) chodili do práce rádi. Měli by s nimi občas promluvit o jejich starostech, alespoň jednou za měsíc při společných poradách. Minimálně jednou ročně by bylo dobré do podobných aktivit zapojit i manželky nebo přítelkyně policistů, protože i ony jsou, dle mého názoru, zásadním elementem ve zvládnání každodenního policejního stresu. Podřízení pak budou s vedoucím intenzivně hovořit o svých mimopracovních problémech a úspěších. Stejně tak o potížích a úspěších ve službě, což povede ke vzájemné důvěře. Řadový policista tak nabyde dojmu, že na něm někomu záleží, dostane se mu pomoci, když to bude potřebovat.

Následující tipy by mohly přispět ke zkvalitnění péče o příslušníky, např.:

- Bylo by vhodné zavést na odděleních pravidelná a periodická psychologická posezení, prostý pohovor s psychologem, který by se po dobu aktivní služby s policistou opakoval v určitých intervalech. Řadový policista by se specialistou probral svou službu, problémy v práci a doma, svůj život. Psycholog by mohl zjistit znaky nebo znamení blížící se komplikace psychického zdraví policisty a mohl by doporučit účinné postupy, nebo změny v práci (dočasné postavení mimo službu) a návrhy směřující především k pomoci dotyčnému policistovi.
- Policie ČR, jako hlavní organizace, by společně s odborníky psychologie a psychiatry vymezila soupis nejrizikovějších traumatických událostí, které vykazují vysoké nebezpečí vzniku posttraumatické stresové poruchy, eventuálně následujících psychických problémů.
- Velkým přínosem by byla pravidelná školení na stresové situace k použití střelné zbraně proti jedincům, některá již probíhají, např. bych zmínil cvičení proti aktivním střelcům (AMOK), velmi se zlepšila cvičení s manipulací a zacházením se střelnou zbraní.
- Policista, který prožil některou situaci, by měl pro setrvání ve výkonu služby absolvovat pohovor nebo psychologické vyšetření, jehož závěrem by bylo potvrzení, zda je schopen nebo neschopen dalšího přímého výkonu služby, nebo o nutnosti absolvování nějaké léčby. Uvedená sezení jsou už povinná u policie v jiných státech Evropy i USA. Myslím si, že by tento přístup pomohl odhalit časté syndromy vyhoření u policistů, nebo i jejich sebevražedné tendence.

Uvedené poznatky jsem postřehl během své sedmnáctileté praxe u Policie ČR. Tři roky jsem odsloužil v centru Prahy, což pro mě byla velmi dobrá škola, která mě připravila a proškolila na mnohé situace, se kterými se běžně setkávám i v současné době na menším oddělení.

Na situaci, o níž policista předem neví, že je vážná, a použije střelnou zbraň, se stoprocentně připravit nedá. Mnoho lidí na ulici, doma i ve společnosti je pod vlivem návykových látek a mohou u sebe mít jakoukoliv chladnou nebo střelnou zbraň. Policista mnohdy do poslední chvíle neví, s jakou osobou jedná, co se na místě před jeho příjezdem stalo, co se dotyčnému jedinci děje v hlavě a co strážníka na místě čeká. Takových situací podle mě bude přibývat a služba bude náročnější a ulice nebezpečnější. Doufám, že se občané budou moci dále spoléhat na to, že my policisté, „stojící na stráži“, budeme dělat maximum pro to, aby bylo v jejich městech a na ulicích bezpečno.

Citované zdroje

ADAMS, Ronald J. a Charles REMSBERG. *Jak přežít v betonové džungli: zkušenosti amerických policistů v boji se zločinem*. Praha: Armex, 2001. ISBN 80-862-4419-9.

ATKINSON, Rita L. *Psychologie*. Praha: Portál, 2003, 751 s. ISBN 80-717-8640-3.

BAŠTECKÁ, Bohumila. *Terénní krizová práce: psychosociální intervenční týmy*. Praha: Grada, 2005, 299 s. Psyché (Grada). ISBN 80-247-0708-X.

ČÍRTKOVÁ, Ludmila a Joža SPURNÝ. *Péče o policisty po extrémně stresových situacích*. In: *Kriminalistika: čtvrtletník pro kriminalistickou teorii a praxi*. Praha: Ministerstvo vnitra, 2001, s. 15. ISSN 1210-9150.

ČÍRTKOVÁ, Ludmila. *Policejní psychologie*. Plzeň: Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk, 2006, 310 s. ISBN 80-868-9873-3.

ČÍRTKOVÁ, Ludmila. *Psychologická problematika zajišťování vlastní bezpečnosti policistů*. Policie ČR, 2007.

GAVORA, Peter. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno: Paido, 2000, 207 s. Edice pedagogické literatury. ISBN 80-859-3179-6.

GIBS. *Generální inspekce bezpečnostních sborů* [online]. Generální inspekce bezpečnostních sborů, © 2012-2016 [cit. 2020-11-25]. Dostupné z: <https://www.gibs.cz/>

HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. *Velký psychologický slovník*. Praha: Portál, 2010, 797 s. ISBN 978-80-7367-686-5.

HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. 2., aktualizované vyd. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-485-4.

HOŠEK, Václav. *Psychologie odolnosti*. 2. vyd. Praha: Karolinum, 1999, 70 s. ISBN 80-718-4889-1.

HOUDEK, Miloslav. *Střelecká příprava policistů v České republice - střelecké polohy a pádové techniky se zbraní*. Brno, 2011, 45 s. Dostupné také z: <https://theses.cz/id/gd70tp/>. Bakalářská práce. Masarykova univerzita, Fakulta sportovních studií. Vedoucí práce Lubomír Znojil.

CHAROEN, Patrick P. *Officer involved shooting: The emotional impact and the effective coping strategies* [online]. Las Vegas: University of Nevada, 1999 [cit. 2020-11-10]. Dostupné z: <https://digitalscholarship.unlv.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1310&context=thesesdissertations>

IRMÍŠ, Felix. *Nauč se zvládat stres*. Praha: Alternativa, 1996, 190 s. ISBN 80-859-9302-3.

JONES, J. Graham a Adrian MOORHOUSE. *Jak získat psychickou odolnost: strategie vítězů, které změni váš pracovní výkon*. Praha: Grada, 2010, 217 s. ISBN 978-80-247-3022-6.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Jak zvládat stres*. Praha: Grada, 1994, 192 s. Pro vaše zdraví. ISBN 80-716-9121-6.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Jak neztratit nadšení*. Praha: Grada, 1998, 131 s. Psychologie pro každého. ISBN 80-716-9551-3.

LEČBYCH, Martin. *Altruismus v životě lékaře*. PhDr. Martin Lečbych: Články, publikace [online]. 2004 [cit. 2020-11-09]. Dostupné z: <http://martinlecbych.sweb.cz/publikace/Altruismus%20v%20zivote%20lekare.pdf>

MATOUŠEK, Oldřich. *Metody a řízení sociální práce*. Praha: Portál, 2003a, 384 s. ISBN 80-7178-548-2.

MATOUŠEK, Oldřich. *Slovník sociální práce*. Praha: Portál, 2003b, 287 s. ISBN 80-717-8549-0.

MIKŠÍK, Oldřich. *Psychika osobnosti v období závažných životních a společenských změn*. Praha: Karolinum, 2009, 302 s. ISBN 978-80-246-1600-1.

MUZEUM POLICIE ČR. *Databáze příslušníků padlých ve službě* [online]. Praha: Muzeum Policie ČR, © 2020 [cit. 2020-11-25]. Dostupné z: <https://padli.muzeumpolicie.cz/>

PATTERSON, George T. *Mental Stress and Workers' Compensation Claims among Police Officers*. *Journal of Workplace Rights* [online]. 2009, 14(4), 441-455 [cit. 2020-11-10]. ISSN 19384998. Dostupné z: <http://web.a.ebscohost.com.ezproxyw10.svkhk.cz/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=3&sid=7aa0054a-3202-439b-90f3-69e70ada2480%40sessionmgr4006> doi:10.2190/WR.14.4.d

PELCÁK, Stanislav. *Stres a syndrom vyhoření*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2015, 75 s. ISBN 978-80-7435-576-9.

PRAŠKO, Ján a Hana PRAŠKOVÁ. *Asertivitou proti stresu*. Praha: Grada, 1996, 83 s. ISBN 80-716-9334-0.

PRAŠKO, Ján. *Jak se zbavit napětí, stresu a úzkosti: výuková pomůcka pro studenty středních a vyšších zdravotnických škol*. Praha: Grada, 2003, 204 s. Psychologie pro každého. ISBN 80-247-0185-5.

PRAŠKO, Ján. *Stop traumatickým vzpomínkám: jak zvládnout posttraumatickou stresovou poruchu*. Praha: Portál, 2003b, 178 s. Rádci pro zdraví. ISBN 80-717-8811-2.

Přežít [dokumentární film]. Mirek Vaňura. Ministerstvo vnitra ČR, Česko, © 2013 [cit. 2020-11-25].

Post-shooting trauma. *Placer chaplains* [online]. © 2020 [cit. 2020-04-15]. Dostupné z: <https://www.placerchaplains.com/Documents/Post%20Shooting%20Trauma.pdf>

PŘIKRYLOVÁ, Jana. *Prokletě nízko u pasu*. Policista. Praha 4: Tiskárna Ministerstva vnitra, 2017, 23(9), 9-11 s. ISSN 1211-7943.

ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie osobnosti: obor v pohybu*. 6., rev. a dopl. vyd., V Grada Publishing 2. Praha: Grada, 2010, 208 s. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-3133-9.

SALVET, Leo. *Kriminalita policistů České republiky*. Praha: Linde, 2011, 256 s. ISBN 978-80-7201-849-9.

SELYE, Hans. *Život a stres*. Bratislava: Obzor, 1966, 453 s. ISBN 978-807-34939-29.

SCHMIDBAUER, Wolfgang. *Psychická úskalí pomáhajících profesí*. Praha: Portál, 2000, 171 s. ISBN 80-717-8312-9.

SCHREIBER, Vratislav. *Lidský stres*. 2., upr. vyd. Praha: Academia, 2000, 106 s. ISBN 80-200-0240-5.

SMOLÍK, Petr. *Duševní a behaviorální poruchy: průvodce klasifikací: nástin nozologie: diagnostika.* Praha: Maxdorf-Jessenius, 1996, 504 s. ISBN 80-858-0033-0.

ŠVINGALOVÁ, Dana. *Stres a "vyhoření" u profesionálů pracujících s lidmi.* Liberec: Technická univerzita v Liberci, 2006, 82 s. ISBN 80-737-2105-8.

Úplné znění zákona č. 273/2008 Sb. o Policii České republiky; Úplné znění zákona č. 250/2016 Sb. o odpovědnosti za přestupky a řízení o nich; Úplné znění zákona č. 251/2016 Sb. o některých přestupcích. Vydání: třinácté. Praha: Armex Publishing, 2018. Edice kapesních zákonů. ISBN 978-808-7451-571.

Policie České republiky. *Úvodní strana* [online]. Policie ČR, © 2020 [cit. 2020-07-10]. Dostupné z: <http://www.policie.cz/default.aspx>

ÚZ č. 1393: Služební poměr příslušníků bezpečnostních sborů, Policie ČR, Vězeňská služba, BIS, Zpravodajské služby. Ostrava: Sagit, 2007-. ÚZ. ISBN 978-80-7488-428-3.

VANGELI, Benedikt. *Zákon o Policii České republiky: komentář.* 2. vyd. V Praze: C.H. Beck, 2014, 488 s. Beckovy komentáře. ISBN 978-80-7400-543-5.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Psychopatologie pro pomáhající profese.* Vyd. 3., rozš. a přeprac. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-717-8802-3.

VEČEŘOVÁ - PROCHÁZKOVÁ, Alena a Radkin HONZÁK. *Stres, eustres a distres.* SOLEN MEDICAL EDUCATION. Interní medicína pro praxi [online]. 2008, **10**(4), 188-192 s. [cit. 2020-07-29]. Dostupné z: <http://www.solen.cz/pdfs/int/2008/04/09.pdf>

VENGLÁŘOVÁ, Martina. *Sestry v nouzi: syndrom vyhoření, mobbing, bossing.* Praha: Grada, 2011, 184 s. Sestra. ISBN 978-802-4731-742.

VIZINOVÁ, Daniela a Marek PREISS. *Psychické trauma a jeho terapie (PTSD): psychologická pomoc obětem válek a katastrof.* Praha: Portál, 1999, 158 s. ISBN 80-717-8284-X.

VOKUŠ, Jiří. *Policie České republiky: Police of the Czech Republic: pomáhat a chránit.* Praha: Policejní prezidium České republiky, 2010, 84 s. ISBN 978-80-254-6099-3.

VOKUŠ, Jiří. *Zákroky příslušníků Policie České republiky: ZVEŘEJNĚNÉ INFORMACE 2017*. Policie České republiky [online]. Policie ČR, © 2020 [cit. 2020-08-06]. Dostupné z: <https://www.policie.cz/clanek/zakroky-prislusniku-policie-ceske-republiky.aspx>

VYMĚTAL, Jan. *Duševní krize a psychoterapie*. Hradec Králové: Konfrontace, 1995, 88 s. ISBN 80-901-7734-4.

VYMĚTAL, Štěpán a kol. *Možnosti psychologické podpory v Policii ČR*. Praha: Tiskárna MV, 2010, 77 s. ISBN 978-80-7312-065-8.

Seznam příloh

| | |
|--|----|
| Příloha A – Doplnující obrázky č. 1-4..... | 2 |
| Příloha B – Rozhovor s policistou 1..... | 4 |
| Příloha C – Rozhovor s policistou 2..... | 8 |
| Příloha D – Rozhovor s policistou 3..... | 10 |

Příloha A – Doplňující obrázky č. 1-4

Seznam obrázků

Obrázek 1 pistole CZ 75 D Compact

Obrázek 2 samopal Heckler & Koch MP5 (Maschinenpistole 5)

Obrázek 3 Taser X26P

Obrázek 4 návaznost na stresory



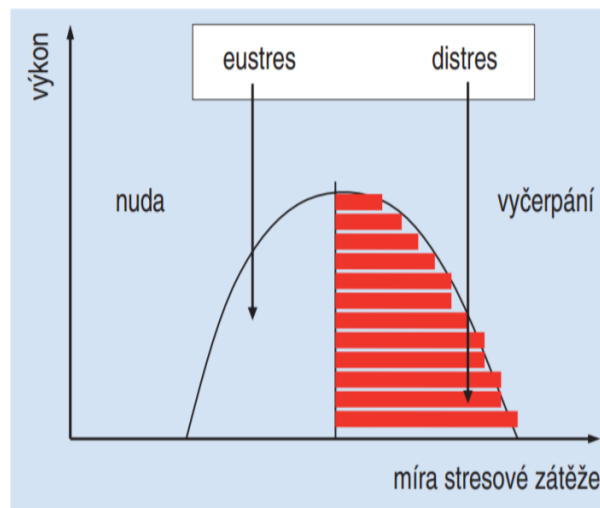
Obrázek 1 pistole CZ 75 D Compact



Obrázek 2 samopal Heckler & Koch MP5 (Maschinenpistole 5)



Obrázek 3 Taser X26P



Obrázek 4 návaznost na stresory

(Večeřová-Procházková a Honzák, 2008, s. 189, [online])

Příloha B – Rozhovor s policistou 1

Přibližte situaci, která předcházela zákroku s použitím zbraně, délka služby u Policie a zda se jednalo o řešení oznámení či něco jiného?

U policie ČR sloužím již 17 let, po celou dobu u pořádkové policie, první rok z toho jsem strávil na ZOPce (základní odborné přípravě), kde byl kladen důraz na administrativu, zákony, výkon služby, střeleckou a fyzickou přípravu – sebeobranu, poté jsem sloužil tři roky v Praze na místním oddělení a následně jsem se nechal převelet na Obvodní oddělení do Královéhradeckého kraje, kde jsem dosud.

Na ZOPce se při modelových situacích dbalo převážně na použití donucovacích prostředků a následné papírové dokumentování. Na modelové situace na použití střelné zbraně proti jednotlivci nebyl, dle slov vyučujícího, prostor. Jeho častá věta byla – stejně se s tím ve službě nikdy nesetkáte, nejste zásahovka, a tím byl rozhovor z jeho strany na uvedené téma vždy ukončen. Jeho kvalita výuky nebyla pro výcvik policistů takovým přínosem, proto jsem byl rád, že tento vyučující školu opustil.

Po ukončení ZOPky jsem byl jako policista pořádkové policie zařazen do výkonu na Místním oddělení v Praze, v centru, kde jsem vykonával službu se zkušeným policistou, v té době mého ukončení ZOPky měl již odslouženo 15 let v Praze. Služební zbraň jsem použil po 5 měsících od ukončení ZOPky, kdy jsme byli vysláni v rámci noční služby na oznámení.

Jaké informace jste měli k dispozici? (od IOS, případně co jste si sami odvodili, po obdržení informace a pak při příjezdu na místo)

Během noční služby jsme dostali radiostanicí hlášení o oznámení, že v jednom baru oznamovatel, kouřící na terase bytu, viděl, jak dva muži zřejmě odcizují peníze z pokladny baru, kdy jeden držel servírku kolem krku a něco měl v ruce, pravděpodobně tu servírku podržel. Pamatuji se, že iniciativu ihned převzal služebně starší kolega, který ještě ve vozidle upřesnil, co budeme dělat na místě, kdo jakou má stranu, jelikož jsme dobře věděli z místní znalosti, o jaký bar se jednalo a jak to vypadalo uvnitř. Bar byl v našem služebním rajónu. Já jsem řídil služební vozidlo a parták byl velitel hlídky. Je pravdou, že parták mi za jízdy vytáhl a nabil pistoli a vrátil do pouzdra, a upozornil mě na to, jelikož já nechodím do služby s nabitou pistolí, on sám ji nabitou měl. Po zastavení služebního vozidla mi parták sdělil, jak budeme postupovat, a já ho poslechl.

V té době jsem byl služebně mladý a krátce po služební přípravě, měl jsem odslouženo pár měsíců, to samotné ve mně vyvolávalo stres, vím, že jsem byl silně

zpocený, ani jsem nemluvil, byl jsem nervózní, co se bude dít uvnitř. Jestli vůbec vystřelím, když to bude potřeba, nikdy jsem nestřílel na nic živého. Nevěděl jsem, co mám od zásahu očekávat, nevěděl jsem, jak se zachovat, proč zrovna já, byl jsem velmi nervózní, bušilo mi srdce.

Co se na místě dělo v době vašeho příjezdu, jak se chovaly osoby na místě?

Ihned jsem společně s kolegou vběhl dovnitř baru, vchodové dveře byly otevřeny, vím, že na ulici na balkóně byl oznamovatel a volal na nás, že mají asi nože. Vnitřek baru byl zdí a průchodem ve tvaru písmene „U“ rozdělen do dvou místností, kdy v zadní větší místnosti se nacházel bar, v té době jediné osvětlené místo. Na podlaze bylo vidět ležící tělo servírky s otevřenýma očima, s partákem jsme ji znali. Hrozný pocit. Za jedním rohem já v kleku, za druhým stojící parták, každý kontroloval jednu stranu.

Co vedlo k použití zbraně, jak situace gradovala, popř. jiné faktory, které nasvědčovaly, že k použití zbraně dojde?

Parták stihl dát hlasitou výzvu Policie ČR, pak byl slyšet rámus a řev. Já jsem za jeho roh neviděl a on neviděl za můj, byli jsme křížem. Situace byla nepřehledná. Najednou zazněly dva výstřely od partáka. Já jsem v tu dobu nevnímal moc věcí kolem sebe, poprvé jsem viděl osobu násilně zabitou. Navíc jsem ji znal od vidění. Najednou jsem slyšel, jak na mě volá parták, že běží po mé straně druhý.

Jak byla použita zbraň při zákroku?

Za pár vteřin jsem uviděl druhého muže, jak běží k nám z mé strany a má ve své ruce velký nůž, v tu chvíli jsem také vystřelil dvakrát po sobě a čekal. Slyšel jsem velký křik a pak viděl muže ležet na zemi.

Co jste v té chvíli cítil a jak jste se cítil jako osoba?

Ten druhý muž, co ho střelil parták, se podle jeho slov nehýbal, jelikož ho měl stále pod dohledem. Poté jsme se šli oba podívat na místo, co se stalo se servírkou, a zde jsem uviděl, že servírka měla proříznuté hrdlo a ležela v kaluži krve, nehýbala se, nereagovala na nic, na žádné podněty. Muž, kterého trefil parták, se nehýbal a vedle něho na podlaze ležel nůž a muž, kterého jsem střelil já, zůstal ležet na zemi, křičel bolestí a držel se na stehně. To byla pro mě další stresující situace. Parták byl v klidu.

Co jste dále udělal bezprostředně po střelbě?

Parták na místo ihned začal volat rychlou záchrannou službu a podával i hlásku službu operačnímu středisku. Na místě bylo potřeba poskytnout po střelbě jedinému

zraněnému muži první pomoc. To jsem provedl já a ránu na stehně jsem muži stáhnul. Parták se snažil oživovat servírku. Sanitka byla na místě docela rychle. Dozvěděli jsme se však, že servírka i druhý pachatel byli na místě mrtví.

Jaké byly vaše pocity na místě po skončení zákroku, na co jste v tu chvíli myslel a co se kolem vás dále dělo?

Následně se na místo začaly sjíždět různé složky policie a začal kolotoč vysvětlování, co se stalo, jak k tomu došlo, kdo z nás střílel, proč jsme museli střílet. To pro mě bylo v tu chvíli velmi nepříjemné, jelikož jsem si připadal jako zločinec. Je pravda, že mě na to parták upozornil ještě před příjezdem záchranné služby. Vůbec jsem nevnímal, kdo co po mně chce, jelikož na mě stále někdo mluvil a chtěl informace. Silně jsem se potil, už v té době jsem přemýšlel i o tom, co bude dál, jestli jsem udělal vše správně. A pak přišla věta od policisty z kontrolního orgánu: „Odevzdejte nám své pistole.“ V té době jsem ani nepostřehl, že na místo přijel můj vedoucí z místního oddělení, který mě chytil za rameno a řekl mi, abych se uklidnil, že to všechno dopadne dobře, že už má nějaké informace od svědka. Dále mě i partáka z místa odvezli na oddělení, kde mi ze strany vedoucího byla dána nabídka psychologické pomoci, a dále nám byla ukončena služba, což jsem uvítal.

Měl jste pocit strachu z neoprávněnosti použití zbraně? Případně měl jste obavy z něčeho jiného a z čeho?

Největší stres ve mně vyvolával pocit, zda jsem vše udělal dobře a zda zákrok byl oprávněný, zda jsem nějak nepochybil. Potom jsem se nejvíce obával následného vyšetřování, zda se to nakonec neotočí proti mně. Začal jsem i chvíli myslet, když byl klid, že něco jsem nakonec možná špatně udělal, jestli budu moci ještě sloužit u policie.

Velkým ulehčením pro mě bylo, když mi přestaly být kladeny pro mě v tu dobu nepříjemné a nevkusné otázky z řad policistů z kriminální služby a inspekce. Z jejich dotazů a meziřečí vybírám např. „*a další mladej kovboj co chce spasit svět, zase místňáci nemaj co dělat a nám přidělávají práci, další, a další kovboj co nejdřív střílí a pak myslí, hrdinů jsou plné hřbitovy, a další co chce vše vyřešit sám*“, ani zde nejdou vyjádřit všechny mé pocity, jaké jsem v tu chvíli na místě cítil, po jejich dotazech. Nejhorší pro mě bylo to množství lidí, kteří se sjeli na místo, a pak všechny ty otázky, které mně byly kladeny, na které jsem nebyl schopen v tu chvíli odpovídat. V hlavě jsem měl v tu chvíli spoustu pocitů, které jsem teprve zpracovával. Nejprve jsem musel zpracovat, že jsem po někom vystřelil, jakou to

bude mít pro mě dohru, co se mnou bude. Ihned byla provedena dechová zkouška. V té době jsem opravdu nevěděl, co bude dál, zda půjdu do vězení, budou si na mě ukazovat prstem. Musel jsem na incident myslet jak doma, tak i ve službě, je pravdou, že největší úleva přišla v momentě, kdy jsem měl v ruce zprávu, že vše bylo provedeno v souladu se zákonem a žádné pochybení z naší strany nebylo shledáno.

Cítil jste podporu ze strany Policie ČR během prováděného šetření proti vaší osobě? Byla vám ze strany Policie ČR poskytnuta nebo alespoň nabídnuta nějaká psychologická péče?

Je pravda, že hodně mi v té době pomohl parták, dále vedoucí, postavil se za nás také tehdejší ředitel a byla nám ze strany vedení nabídnuta psychologická pomoc. Výpověď u soudu pro mě nebyla tak stresující, byl jsem již v klidu jak doma, tak ve službě. Nejvíce mě uklidňoval můj vedoucí, který měl pro mě pochopení, nabízel mi pomoc, padlo i slovo o dovolené a dále se vyptával na celý průběh. Později mi zajistil odbornou pomoc při sepisování záznamů a byl mi velkou oporou v dalších věcech týkajících se uvedené události. Byl jsem mu za to velice vděčný a velmi mi v celé věci pomohl. Bez jeho pomoci bych to asi tak lehce nezvládnul. I na místě se našlo pár postarších kolegů, kteří mě uklidňovali, že to se stává, že mám být v klidu, že se to poddá a mám být rád, že žiju, že horší je ohledávat kolegu a že vše dopadne dobře.

S odstupem času, co všechno hodnotíte jako stresové faktory?

Nejhorší otázky a zacházení bylo od kolegů z útvaru, který bych zde nechtěl uvádět, ale každý policista pochopí.

Které faktory vám pomohly zvládnout zbraň s použitím střelné zbraně zvládnout?

Za hodně významné považuji, že jsem tehdy sloužil se zkušeným kolegou a ten si věděl rady. A také bylo dost znát zastání vedoucího, který nehledal pochybení, kde nebyla.

Co jste naopak vnímal jako prostor ke zlepšení, aby byly pro policisty takovéto situace snazší?

S odstupem času si uvědomuji, že by se takovýmto situacím mělo věnovat více času a prostoru při výcviku, což se již v současné době děje (mám na mysli manipulaci se zbraní, aby si byl policista vždy jist, že tuto činnost perfektně ovládá a nebude na ulici zmatkovat, např. při závadě), a uvítal bych větší nácvik modelových situací, při nichž dojde k použití zbraně. Nově příchozí policisty je nutné na tuto variantu připravit, setkají se s ní při reálném výkonu služby čím dál tím

častěji. Měli by být v rámci možností připraveni na to, jak tuto situaci vyřešit v rámci zákonů a poté i následnou administrativu s incidentem spojenou. Dále by možná měl být nábor k policii výběrovější, ale není to tak palčivé, chybí vojna.

Příloha C – Rozhovor s policistou 2

Přibližte situaci, která předcházela zákroku s použitím zbraně, délka služby u Policie a zda se jednalo o řešení oznámení či něco jiného?

U policie sloužím již 24 let, a to na jednom Obvodním oddělení – u pořádkové policie v Královéhradeckém kraji. Zbraň jsem při zákroku použil po 21 letech služby a bylo to pro mne dosud poprvé a naposledy. Tehdy jsme při výkonu noční služby s kolegou projížděli po jedné ulici u nás ve městě. Tam jsme viděli na lavičce dívku s hochem popíjet víno, idylka. Nic se tam nedělo, byl naprostý klid. Asi dvě minuty nato nám volal operační důstojník, že se v tom místě, kde jsme právě byli, má něco dít.

Jaké informace jste měli k dispozici? (od IOS, případně co jste si sami odvodili po obdržení informace a pak při příjezdu na místo)

Operační důstojník nám sdělil, že v té a té ulici ve městě měl nějaký mladík ohrožovat nějakou dívku střelnou zbraní a měl i střílet z pistole na ulici. To se mi zdálo být dost nepravděpodobné, a tak jsem dotazoval operačního, jestli si je jist tou ulicí, že jsme tam před dvěma minutami jeli a byl tam naprostý klid. A že jsme viděli asi oba zmíněné, jak spolu popíjeli víno na lavičce, a nikdo na nás nemával, že něco chce, nebo že je nějak ohrožen.

Co se na místě dělo v době vašeho příjezdu, jak se chovaly osoby na místě?

Ihned jsme jeli na místo, kde jsme se osobně kontaktovali s oznamovatelkou, kvůli upřesnění popisu a zjištění, kam šly. Osoby – mladík s dívkou – již na místě nebyly přítomny. Na místě jsme zjistili dle popisu oznamovatelky, že se jedná o tu dvojici, kterou jsme předtím zahlédli na lavičce popíjet víno. Dívka prý křičela, že ji dotyčný hoch ohrožuje pistolí. A zaslechla i možná nějaký výstřel.

Z ulice se měla dle oznamovatelky uvedená dvojice přemístit k železničnímu náspu, za který nebylo z ulice vidět. Když jsme pak vyběhli na železniční násep, pro jistotu v rukou jsme drželi natažené pistole, uviděli jsme klečící brečící dívku a mladíka, který na ni mířil pistolí, a to do oblasti břicha.

Co vedlo k použití zbraně, jak situace gradovala, popř. jiné faktory, které nasvědčovaly, že k použití zbraně dojde?

Ihned jsem mladíka vyzval, aby odhodil zbraň. Mladík se po výzvě ihned otočil k nám a namířil pistoli přímo na mne.

Jak byla použita zbraň při zákroku?

V ten okamžik jsem vystřelil jednu ránu ze služební střelné zbraně a mladík – pachatel se ihned skácel k zemi. Poté co byl pod kontrolou na zemi, jsme se k němu s kolegou přiblížili a dali jeho zbraň z jeho dosahu.

Co jste v té chvíli cítil a jak jste se cítil jako osoba?

Od oznámení k uvedenému výstřelu celá akce trvala cca pět minut. Byla to rychlost, nebyl moc čas se nějak cítit. Pamatuji, že mi tlouklo srdce jak o závod, ale musel jsem se od toho oprostít a dělat to, k čemu jsem byl vycvičen, protože šlo o život.

Co jste dále udělal bezprostředně po střelbě?

Pachateli jsme ihned poskytli první pomoc. Také jsme podali hláskou službu operačnímu důstojníkovi a požádali přivolání záchranky na místo. Do jejího příjezdu jsme kontrolovali situaci a stav postřeleného. Pachatel událost přežil. Při poskytování první pomoci se zjistilo, že se jednalo o velmi polici známou zájmovou osobou, která měla za sebou na svůj věk dlouhou kriminální minulost. Byl to konzument alkoholu a drog. Poté se již na místo začaly sjíždět i různé vyšetřovací skupiny a nadřízení.

Jaké byly vaše pocity na místě po skončení zákroku, na co jste v tu chvíli myslel a co se kolem vás dále dělo?

Myslel jsem na to, že jsme vše udělali s ohledem na okolnosti správně. Cítil jsem úlevu, že jsme to zvládli.

Měl jste pocit strachu z neoprávněnosti použití zbraně? Případně měl jste obavy z něčeho jiného a z čeho?

Jak jsem už říkal, nebyl dostatek čas přemýšlet předem, jak akci provést. Od informace od oznamovatelky uběhl krátký časový úsek. Jakmile jsem na železničním náspu viděl mladíka, jak stojí vedle výše uvedené dívky a míří jí na břicho pistolí, nebyl čas na nějaké dlouhé vyjednávání. Dal jsem výzvu a dotyčný reagoval, jak reagoval – namířil pistoli přímo na mne. Tím bylo rozhodnuto, nebylo na co čekat, šlo o záchranu lidského života. Nikdo v tu chvíli nevěděl, jestli se jedná o pravou střelnou zbraň, plynovou zbraň. Musel jsem hned reagovat. Dívka naštěstí zraněná nebyla, a jak jsem již uvedl, pachatel přežil. V oprávněnost zákroku jsem věřil.

Cítil jste podporu ze strany Policie ČR během prováděného šetření proti vaší osobě? Byla vám ze strany Policie ČR poskytnuta nebo alespoň nabídnuta nějaká psychologická péče?

Po příjezdu vyšetřovacích skupin nastalo nepříjemné dusno. Někteří se snažili situaci uklidnit a pomoci mi po psychické stránce. Jiní zase si prý na místě hráli na hodného a zlého poldu a tlačili na nás, ať je úřední záznam ze zákroku ihned napsaný a že je naše rozpoložení nezajímá. Psychologická péče mi nabídnuta byla.

S odstupem času, co všechno hodnotíte jako stresové faktory?

Velmi stresující pro mne bylo, že jsem se musel s rodinou na nějakou dobu odstěhovat, a to z důvodu výhrůžek ze strany pachatele a jeho „kumpánů“.

Které faktory vám pomohly zákrok s použitím střelné zbraně zvládnout?

Pomohlo mi, že mne výcvik u policie na podobné situace připravil. Je lepší to nezažít, ale je dobře být na to připraven. Také mi byl oporou můj vedoucí.

Co jste naopak vnímal jako prostor ke zlepšení, aby byly pro policisty takovéto situace snazší?

To, jak mi bylo vyhrožováno, považuji za největší slabinu ze strany Policie ČR. V tu chvíli se náročnost situace a stres netýkal jen mne, ale i celé moje rodiny. Obavy z možné odvety omezily osobní život všem mým blízkým. Policie by měla umět v těchto případech adekvátně pomoci, protože situaci vyvolal policistův zákrok ve službě a policista si tu situaci sám nevybral. Oceňuji však, že se dlouhodobě zlepšuje vybavení, výstroj, výzbroj, kterou máme k dispozici.

Příloha D – Rozhovor s policistou 3

Přibližte situaci, která předcházela (prvnímu) zákroku s použitím zbraně, délka služby u Policie a zda se jednalo o řešení oznámení či něco jiného?

Službě u Policie ČR jsem zasvětil už 29 let. Nejprve jsem sloužil na Místním oddělení v Praze – pořádková policie, v současné době sloužím u dopravní policie, konkrétně na Oddělení dopravních nehod v Praze. Zkušenost s použitím služební střelné zbraně proti jedinci jsem měl již několikrát. Když jsem prožil střelbu na člověka poprvé, měl jsem odslouženo u Policie cca 6 let. Událost začala nevinně, zastavil jsem s kolegou dopravní prostředek, vozidlo k běžné silniční kontrole.

Jaké informace jste měli k dispozici? (od IOS, případně co jste si sami odvodili, po obdržení informace a pak při příjezdu na místo)

Silniční kontrola probíhala vcelku normálně – nic nenasvědčovalo tomu, že by to nebyla další rutinní silniční kontrola, až do doby, než jsem šel do služebního vozidla provést lustraci osoby dle dokladů.

Co se na místě dělo v době vašeho příjezdu, jak se chovaly osoby na místě?

V té době se kolega, co mě měl v té době hlídat – provádět krytí, byl otočen ke kontrolovanému vozidlu a řidiči zády. V tu chvíli řidič v kontrolovaném vozidle využil situace a rozjel se s vozidlem pryč. Přitom naboural zadní část služebního vozidla a málem přejel kolegu, který stihl v poslední chvílce vyskočit na kapotu vozidla. Z obavy o kolegu a z rány do zadní části služebního vozidla, jsem použil pár sprostých výrazů. Lekl jsem se a začal jsem pociťovat stres. Kolega se zvedl, nezraněn a naskočil do auta, abychom ho mohli pronásledovat.

Co vedlo k použití zbraně, jak situace gradovala, popř. jiné faktory, které nasvědčovaly, že k použití zbraně dojde?

Následně při pronásledování, vozidlo pachatele bezohledně ujíždělo v protisměru, nerespektovalo semaforey, dopravní značení, ujíždělo po chodnících, kde v té době chodili lidé, jelikož to bylo v odpoledních hodinách. Posilové hlídky byly na cestě.

Jak byla použita zbraň při zákroku?

Když jsme se při pronásledování vozidla dostali mimo obydlená místa na okraj města, vystřelil jsem opakovaně ze služebního vozidla po zadních kolech pronásledovaného vozidla. Vozidlo jsem však zasáhl do zadní části a do boku. Vtom uvedená motorová vozidlo samo od sebe zastavilo při okraji vozovky a zajelo do příkopu u vozovky. Nezaznamenali jsme žádný další pohyb ve vozidle. Řidič na naše výzvy, aby vystoupil, nijak nereagoval. Když jsme přistoupili k vozidlu, řidič ve vozidle měl vykulené oči a lapal po dechu. Poté jsme ještě zkontrolovali situaci, abychom předešli nějakému nebezpečí a pokračovali jsme vytažením řidiče – pachatele z vozidla.

Co jste v té chvíli cítil a jak jste se cítil jako osoba?

Na mne dolehl stres, když jsem zjistil, při vytažení řidiče z vozidla, že má oblečení od krve. Řidič měl prostřelenou plíci.

Co jste dále udělal bezprostředně po střelbě?

Samozřejmě jsme řidiči poskytli první pomoc a událost jsme nahlásili operačnímu důstojníkovi.

Jaké byly vaše pocity na místě po skončení zákroku, na co jste v tu chvíli myslel a co se kolem vás dále dělo?

Při poskytnutí první pomoci a snaze, aby řidič zůstal při vědomí, jsem na řidiče křičel i sprostě. Dotazoval jsem se ho, proč to udělal. To křičení mi snižovalo stres a zároveň mne uklidňovalo, abych mohl pracovat. Poté přijely další hlídky, začaly nám pomáhat s první pomocí a pak přijela i záchranka. Řidič nakonec přežil, v sanitce záchranky už i komunikoval a omlouval se mi, že udělal hloupost a že vše je dobré, že jako řidič zpanikařil. Ukázalo se totiž, že byl opilý a měl zákaz řízení. Následně se věc samozřejmě začala na místě vyšetřovat. Přijel početný ansábl, který nás začali dotazovat co a jak.

Měl jste pocit strachu z neoprávněnosti použití zbraně? Případně měl jste obavy z něčeho jiného a z čeho?

Zárok byl posléze vyhodnocen jako oprávněný, ale nějakou dobu to trvalo, po celou dobu bylo pro mne nepříjemné, že musel absolvovat několik výslechů, kdy byly mi pokládány otázky typu „proč“, „bylo to nutné“, „nedalo se to udělat jinak“. Ono sice se ukázalo, že to byl opilec za volantem, ale mohlo se jednat o něco horšího, a tak či tak nejde zavřít oči, když nám začne někdo ujíždět. Očekával jsem od vyšetřujících policistů větší pochopení. Měl jsem dojem, že mne kolegové chtějí potopit a dostat před soud.

Cítil jste podporu ze strany Policie ČR během prováděného šetření proti vaší osobě? Byla vám ze strany Policie ČR poskytnuta nebo alespoň nabídnuta nějaká psychologická péče?

Cítil jsem se pořád podrážděný, práce mne nebavila. Toto trvalo do doby, než jsem se dozvěděl, že zárok byl vyhodnocen jako oprávněný, bez pochybení, což docela trvalo. Ukázalo se také, že jsem měl štěstí i smůlu, jelikož bylo zjištěno, že náboj při průchodu dveřmi ve vozidle o výztuhu změnil svůj směr a zvedl se, tím zasáhl plíci řidiče a ne jen spodek vozidla, jak původně mířil. Navíc být to o kousek výše, mohlo to být pro pachatele již prý smrtelné. Od vedoucího a také i od policejního psychologa jsem tehdy dostal radu, podle které se řídím dodnes: „Důležité je, když nastoupíš ráno do služby, tak se z ní musíš večer i živ a zdrav vrátit domů.“ Pomohlo mi to situaci zvládnout.

S odstupem času, co všechno hodnotíte jako stresové faktory?

Poté co skončilo vyšetřování zákroku a shledání jeho oprávněnosti, domníval jsem se, že vše skončilo a už bude klid. Z tohoto omylu mne vyvedlo, když jsem byl předvolán k soudu pachatele (za řízení v opilosti a násilí proti policistům). Hned se mi to všechno vrátilo, začal jsem být zase ve stresu. Jelikož u soudu řidič vše otočil proti mně a tvrdil, že jeho přiznání bylo vynuceno pod nátlakem a vlastně nic neudělal. Soudkyně se mne snažila dostat na slovíčkách, což mne unavovalo a stresovalo nejvíce. Výslechy všech trvaly několik dní, než se řidič přiznal, že mu někdo z kamarádů poradil, co má říct, že třeba od policie dostane nějaké peníze a třeba ho neodsoudí. Poté se mi znovu omluvil.

Nejhorším zážitkem byl pro mne ten pocit, že mi soudkyně nevěřila, a z pokládaných otázek mi bylo jasné, že na věci chce najít něco v můj neprospěch. Cítil jsem se u soudu jako školák, kterého chytí na záchodcích ve škole kouřit. Byl jsem ve stresu po celou dobu, co trval soud, nic mne nebavilo a začal jsem v té době pít alkohol a chtěl jsem v práci u policie skončit. Cítil jsem se nepříjemně ve svém okolí. I díky uvedené radě vedoucího a policejního psychologa a jsem toto období překonal, v práci jsem si opět našel zálibu a rozhodl se u policie pokračovat, protože je to práce, která má smysl.

Které faktory vám pomohly zákrok s použitím střelné zbraně zvládnout?

Svým rozumným přístupem mi velmi pomohli vedoucí a policejní psycholog. A také můj pozitivní vztah k této práci, protože jinak bych asi, po tom všem, od policie odešel.

Co jste naopak vnímal jako prostor ke zlepšení, aby byly pro policisty takovéto situace snazší?

Po letech zkušeností služby u policie jsem toho názoru, že by se měl změnit přístup při vyhodnocování oprávněnosti zákroků policistů, a to tak, že by se vyšetřovatelé (i soudy) měli zbavit pocitu, že polda musel za každou cenu pochybit a více řešit kontext celé události. Každopádně je za ty roky, co sloužím, situace trošku lepší. K zákroku, který jsem popsal, došlo před více než 20 lety, ale dodnes se nezměnil přístup soudů k ujíždějícím řidičům. Ti bývají mnohdy v zákazu řízení, opilí nebo pod drogami a policie to musí potírat, ale je nesmysl, aby se sami policisté obávali, že se to otočí proti nim. Pachatelé by se měli bát trestu.