

Univerzita Palackého v Olomouci
Filozofická fakulta
Katedra psychologie

SOUVISLOST SYNDROMU VYHOŘENÍ
A TENDENCE K VYHLEDÁVÁNÍ
MIMOŘÁDNÝCH PROŽITKŮ U
DOBROVOLNÝCH HASIČŮ

CONNECT BURNOUT SYNDROME WITH SENSATION SEEKING BY
VOLUNTEER FIREFIGHTERS



Bakalářská diplomová práce

Autor: **Ing. Veronika Šedová**

Vedoucí práce: **doc. PhDr. Matúš Šucha, Ph.D.**

Olomouc

2022

Poděkování patří vedoucímu práce doc. PhDr. Matúšovi Šuchovi, Ph. D. za cenné rady při psaní této práce. Dále děkuji své rodině, která se mnou měla spoustu trpělivosti. Poslední poděkování patří všem dobrovolným hasičům za jejich práci, odhodlání a odvahu.

Místopřísežně prohlašuji, že jsem bakalářskou diplomovou práci na téma: „Souvislost syndromu vyhoření a tendence k vyhledávání mimořádných prožitků u dobrovolných hasičů“ vypracovala samostatně pod odborným dohledem vedoucího diplomové práce a uvedla jsem všechny použité podklady a literaturu.

V Olomouci dne 29.4.2022

Podpis

OBSAH

Číslo	Kapitola	Strana
	OBSAH	3
	ÚVOD	5
	TEORETICKÁ ČÁST	6
1	JEDNOTKY SBORŮ DOBROVOLNÝCH HASIČŮ	7
	1.1. Historie dobrovolných hasičů	8
	1.2. Legislativní ukotvení jednotek požární ochrany	11
	1.3. Rozdělení jednotek požární ochrany	12
	1.3.1 Druhy jednotek požární ochrany	12
	1.3.2 Kategorie jednotek požární ochrany.....	13
	1.4. Základní úkoly jednotek požární ochrany	14
	1.5. Organizace v jednotkách dobrovolných hasičů	15
	1.6. Popis jednotlivých funkcí v jednotce	16
	1.7. Osobnost hasiče	18
2	SYNDROM VYHOŘENÍ	20
	2.1. Vymezení pojmu	20
	2.2. Příčiny syndromu vyhoření	21
	2.3. Vývoj syndromu vyhoření	23
	2.4. Příznaky syndromu vyhoření.....	24
	2.5. Prevence syndromu vyhoření	25
	2.6. Diagnostika syndromu vyhoření.....	25
	2.6.1 Maslachova škála vyhoření pro pomáhající profese	25
	2.6.2 Maslachova škála vyhoření pro povolání	26
	2.6.3 Škála znechucení	26
	2.7. Specifika syndromu vyhoření u hasičů.....	26
3	TENDENCE K VYHLEDÁVÁNÍ MIMOŘÁDNÉHO PROŽITKU	28
	3.1. Definice tendence k vyhledávání prožitku	28
	3.1.1 Vyhledávání napětí a dobrodružství.....	29
	3.1.2 Vyhledávání zkušeností.....	30
	3.1.3 Disinhibice.....	31
	3.1.4 Vnímavost v nudě.....	31
	3.2. Diagnostika tendence k vyhledávání prožitku.....	31
	3.2.1 Sensation Seeking Scale (SSS).....	32
	3.2.2 Arnett Inventory od Sensation Seeking (AISS)	33
	3.3. Specifika tendence k vyhledávání prožitků u hasičů.....	34

4	SOUČASNÉ VÝZKUMY	35
	VÝZKUMNÁ ČÁST.....	37
5	Výzkumný problém.....	38
6	Typ výzkumu a použité metody	40
	6.1. Sensation Seeking Scale V	40
	6.2. Maslach Burnout Inventory	42
	6.3. Formulace hypotéz ke statistickému testování	43
7	Sběr dat a výzkumný soubor.....	44
	7.1. Sběr dat.....	44
	7.2. Výzkumný soubor	44
	7.3. Etické hledisko a ochrana soukromí.....	49
8	Práce s daty a její výsledky	50
	8.1. Metody zpracování dat	50
	8.2. Vyhodnocení výzkumu.....	50
	8.2.1 Souvislost mezi SSS a syndromem vyhoření	50
	8.2.2 Souvislost mezi TAS a dobou služby.....	54
	8.2.3 Souvislost mezi SSS a věkem	55
	8.2.4 Porovnání skóre syndromu vyhoření mezi dobrovolnými a profesionálními hasiči	56
9	Diskuze	58
10	Závěr.....	62
11	Souhrn	63
	LITERATURA.....	66
	SEZNAM GRAFŮ A TABULEK.....	71
	PŘÍLOHY	72
	Seznam příloh:	72

ÚVOD

Hasiči jsou lidé, kteří vstupují do míst, odkud jiní utíkají. Činnost dobrovolného hasiče může být nebezpečná. Při vyhlášení poplachu jednotce se nejprve hasič musí dostavit do místa dislokace hasičské zbrojnice v co nejkratším možném čase. Následuje převlékání do zásahového oděvu a doprava na místo mimořádné události s potřebným dopravním prostředkem se zapnutým zvukovým a světelným výstražným zařízením. Zásahy u mimořádných událostí jsou nebezpečné, vzrušující i stresující. Dobrovolný hasič vykonává činnost na místě zásahu dobrovolně. V České republice máme v současnosti 6389 dobrovolných jednotek požární ochrany. Už samotný počet představuje velké množství lidí, kteří vyhledávají nové a neobvyklé zážitky. Je třeba zmínit, že každá mimořádná událost je jiná a specifická. Jako mimořádnou událost označujeme požár, dopravní nehodu, únik nebezpečné látky a další. Celkem je za rok 2021 evidováno 74121 zásahů, u nichž zasahovala dobrovolná jednotka. To znamená, že se každou sedmou minutu rozezněla siréna svolávající jednotku dobrovolných hasičů v České republice.

K tématu této bakalářské diplomové práce mě přivedla moje práce, při níž úzce a často s dobrovolnými hasiči spolupracuji. Sama jím i jsem. Proto vím, že se jedná o lidi, kteří dělají pro druhé maximum a málokdy slyší slova, jako děkuji, dobrá práce apod. Jejich úsilí není druhými oceněno. U mnoha pomáhajících profesí dochází, vlivem nesouladu mezi očekáváním a skutečností, k rozvoji syndromu vyhoření. Dobrovolní hasiči vykonávají svou práci dobrovolně. Nedostávají žádnou odměnu. Svůj čas tráví mnohdy na úkor rodiny na hasičské zbrojnici. V případě rozvoje syndromu vyhoření hrozí jejich absence a tím ohrožení akceschopnosti jednotky.

Teoretická část poskytuje ucelený popis systému dobrovolných hasičů v České republice včetně přehledu jejich činnosti a úkolů. V dalších kapitolách se práce zabývá teoretickému zakotvení témat sensation seeking a syndrom vyhoření.

Praktická část se zaměřuje na výzkum tendence vyhledávání mimořádných prožitků v souvislosti se syndromem vyhoření. Analýza je založena na datech získaných pomocí dotazníkového šetření, jež obsahuje standardizovaný dotazník Sensation-Seeking Scale Questionnaire a inventář Maslach Burnout Inventory.

TEORETICKÁ ČÁST

1 JEDNOTKY SBORŮ DOBROVOLNÝCH HASIČŮ

Dobrovolné hasiče nalezneme skoro v každé obci. Jsou neodmyslitelnou součástí systému, který zajišťuje pomoc při mimořádných událostech. Mimořádná událost je dle zákona 239/2000 Sb., o integrovaném záchranném systému, škodlivé působení sil a jevů, které jsou vyvolané přírodními vlivy, člověkem nebo havárií, které ohrožují životy a zdraví lidí, zvířat, ale i majetek nebo životní prostředí. Právě při těchto situacích výjezdové dobrovolné jednotky spolupracují a doplňují profesionální hasiče.

Abychom se mohli věnovat jednotkám sborů dobrovolných hasičů, je nutné si nejprve definovat, co je jednotka požární ochrany. Jednotka požární ochrany (dále jen JPO) je organizačně uspořádaný systém zahrnující odborně vyškolené osoby (hasiče), požární techniku (automobily) a věcné prostředky (požární hadice, sekery, rozdělovače a jiné).

Každá obec má povinnost dle zákona o požární ochraně č. 133/1985 Sb. zřízovat JPO na území obce. V případě že obec nedisponuje svou vlastní jednotkou, sepiše smlouvu o vzájemné pomoci s obcí, která jednotku hasičů ve své obci má. Tím to ale pro obec nekončí. Pokud obec jednotku má, její povinností je udržovat její akceschopnost.

Akceschopnost znamená připravenost jednotky na výjezd z hlediska organizace, techniky a odbornosti. Dle vyhlášky č. 247/2001 Sb. je jednotka akceschopná, jestliže: má dostatečný početní stav hasičů a je schopna vyjet v časovém limitu; hasiči, kteří jedou na událost, jsou odborně způsobilí a v případě, že jednotka disponuje požární technikou a věcnými prostředky k provedení zásahu. O akceschopnosti je vedena příslušná dokumentace. Zahrnuje například dílčí zprávy o zásahu, dokumentaci o pravidelné odborné přípravě a další (zákon č. 133/1985 Sb.; vyhláška č. 247/2001 Sb.).

Jednotky sborů dobrovolných hasičů obcí jsou rozmístěny na celém území České republiky z důvodu zajištění plošného pokrytí. Plošné pokrytí je definováno ve vyhlášce 247/2000 Sb., o organizaci a činnosti jednotek požární ochrany a zní: *“Plošným pokrytím jednotkami požární ochrany se rozumí rozmístění jednotek požární ochrany na území kraje a na území hlavního města Prahy.”* Plošné pokrytí představuje zabezpečení co nejrychlejšího a

nejefektivnějšího zásahu v případě vzniku mimořádné události. Společně s dobrovolnými hasiči zajišťují toto pokrytí i další složky integrovaného záchranného systému. Jsou jimi poskytovatelé zdravotnické záchranné služby, Policie České republiky a Hasičský záchranný sbor České republiky (dále jen HZS ČR). Tyto složky zajišťují bezprostřední pomoc při řešení mimořádných událostí, které ohrožují život, zdraví, majetek a životní prostředí (zákon č. 239/2000 Sb.).

K 31. 12. 2020 eviduje Hasičský záchranný sbor České republiky celkem 6389 dobrovolných JPO obce. Z celkového počtu zásahů se dobrovolní hasiči zúčastnili 35,7 % za rok 2020 (Ministerstvo vnitra – Generální ředitelství Hasičského záchranného sboru České republiky, 2021).

1.1. Historie dobrovolných hasičů

Oheň sloužil člověku od pradávna. Využíval se při zpracování potravy, poskytoval teplo a obecně lze říci, že figuroval u všeho, co pro lidstvo představovalo pokrok. Nicméně oheň dokázal nejen pomáhat, ale i zničit vše, co mu přišlo do cesty. Proto v minulosti platila jediná zásada a to, kdo uteče, ten vyhraje. Lidé se ohni bránit neuměli. Dbali raději na prevenci a snažili se vymýšlet různé inovace, které bránily šíření požáru. Většina požárů, což se bohužel do dnešní doby nezměnilo, bylo způsobeno neopatrností či jinou lidskou chybou. Menší procento iniciace požárů bylo zapříčiněno elektrickým výbojem (Nitra, 2021).

První boje s ohněm se objevily již v dobách římského impéria, a to ve druhém století před naším letopočtem. Obyvatel Alexandrie, který se jmenoval Ctesibus, byl první vynálezce požární stříkačky. Tento vynález vypadal jako velká injekční stříkačka, jeden metr dlouhá. V případě požáru se pomocí ponoření do nádoby s vodou naplnila a po zatlačení pístu byla voda vytlačena směrem k ohni. Nicméně funkčnost tohoto zařízení nebylo nikterak účinné. Proto se lidé spoléhali na silný liják nebo nechávali ohni volný průběh, až do úplného spálení hořlavých materiálů (Wallington, 2010).

První hasičské jednotky se objevily za vlády císaře Augustuse v Římě pod názvem “vigilové”. Vigilové byli oddíly mužů, kteří procházeli městem a vykonávali protipožární hlídky. V případě spatření menšího požáru jej zlikvidovali pomocí vody, kterou si předávali v kýblech od zdroje vody po ohnisko požáru. Když vznikl větší požár, měli za

úkol strhnout budovu stojící na trase ohně a tím zabránit dalšímu šíření plamenů. Se zánikem římské říše zanikly i tyto hasící jednotky (Wallington, 2010).

V českých zemích vznikaly podobné skupiny hlídačů proti ohni ve 12. století. Díky častým požárům kostelů, nařídil roku 1056 kníže Svyatopluk II. hlídky. Po tomto nařízení již nedocházelo k požárům tak často (Nitra, 2021).

Ve 14. století vzniklo v Praze několik dokumentů, které se zabývaly předcházení a likvidací požáru. Konkrétně zmiňuje Nitra (2021) dokument "O ohni". Tento spis ukládal povinnosti občanům, jak se mají chovat. Úkolem občana bylo chránit svůj oheň. Pomáhat při hašení požáru, nechodit k požáru se zbraní. Od 16. století se začaly požární řady konkretizovat a zlepšovat. Byly neodmyslitelnou součástí každého města.

Další postupy, jak hasit oheň či zabránit jeho šíření, byly obdobné jako ty v Římě. Zlepšovaly se kovové stříkačky na vodu, které byly umístěny na povoz, a tím se zvýšila jejich pohyblivost na místo potřeby. Průlomem se stal požár Londýna v roce 1666. Následkem tohoto velkého ohně začaly vznikat pojišťovny, které nejen že pojišťovali majetek, ale disponovali i vlastními hasiči, kteří v případě požáru pojištěného domu, pomáhali děsivý živel likvidovat. Bohužel docházelo k velké konkurenci v oblasti pojištění, a pokud na místo přijeli hasiči z jiné pojišťovny, nehasili a jen ohni přihlíželi. Se vznikem pojišťoven docházelo současně i k rozvoji výzbroje a vedení hasičů (Wallington, 2010).

19. století představovalo velký průlom v rozvoji hasičské techniky. Namísto dřeva a kusu mědi, kterou byla vypořádána nádrž na vodu, se začal používat kov. V roce 1888 byla zkonstruována první stříkačka s benzínovým motorem. Zkonstruoval ji Gotlieb Daimler (Nitra, 2021).

První sbor dobrovolných hasičů byl založen 22. května 1864 ve Velvarech. Už před tímto datem existovaly dobrovolné sbory, nicméně právě založení tohoto sboru je historicky doložené. Sbor se dělil na několik odborů: odbor lezců, odbor k žebříku a hákům, odbor k požárním stříkačkám a odbor k dopravování požární vody. Celkový počet členů činil 105. Sbor měl k dispozici vybavení a výzbroj. Mezi vybavením se nacházela i čtyřkolová velká stříkačka (Nitra, 2021, 80).

Roku 1870 bylo v českých zemích, podle dostupných zdrojů, jmenováno celkem 90 českých sborů dobrovolných hasičů. Je vhodné zmínit, že od ledna 1868 byly některé hasičské jednotky součástí Sokola. Sokol připravoval fyzickou přípravu, ale nakonec se

sokolské jednoty od hasičů distancovaly. Na území Čech a Moravy se nacházeli také německé sbory hasičů, ale ty zanikly v roce 1945 (Nitra, 2021).

Koncem 19. století je zaznamenán prudký nárůst vzniku sborů dobrovolných hasičů. Nitra (2021) uvádí, že v roce 1886 bylo 1827 sborů a čítalo 93410 členů. Všechny sbory zápasily s nedostatkem financí. Přibývalo i úrazů spojených s výkonem služby. Sbory byly nejednotné, proto začaly vznikat tzv. župy, které sdružovaly jednotlivé dobrovolné hasiče v rámci okresů. První taková župa vznikla pro území jihozápadu Čech ve městě Horažďovice. Roku 1881 bylo registrováno 32 českých žup (Nitra, 2021; Mařík & Mlíkovský, 1999).

Za doby vstupu Rakouska-Uherska do války došlo k omezení rozvoje hasičství. Docházelo k povolávání mužů do války, tím pádem sbory přicházely o své členy. V některých případech se počet v jednotce snížil až o dvě třetiny (Tauchen & Schelle, 2015).

V době I. světové války se hasičské jednoty zapojily do dopravy raněných a nemocných. Vzniklo tak hasičské samaritánství, které se po válce dál rozšiřovalo. Dle Nitry (2021) byly hasičské sbory nápomocní společnosti Červený kříž. Zajišťovaly oddělení a čety dopravních kolon, které pomáhaly s transportem raněných vojáků z vlaků do nemocnic. Při tomto převozu používaly nosítka a svá vozidla. Během této služby nosili hasiči na levém rameni bílou pásku s červeným křížem. Macháček & Marek (1931) uvádí, že se během I. světové války zapojilo do pomoci 85 000 hasičů a zemřelo 11 150 hasičů.

K opětovnému rozvoji hasičství došlo v meziválečném období v letech 1930-1936 (Mařík & Mlíkovský, 1999).

Období II. světové války znamenalo pro dobrovolné sbory změny v podobě rozvoje v oblasti branné výchovy, civilní letecké ochrany a samaritánství. Tato práce byla v roce 1938 přerušena mobilizací. Následek odtržení pohraničních oblastí dochází k zániku 1399 sborů a 54 žup (Mařík & Mlíkovský, 1999). Roku 1940 byly nově hasičské sbory nazývány hasičstvem. Hasičstvo musela mít každá obec (Nitra, 2021).

Dle Maříka (1999, s. 84) bylo hasičstvo rozděleno do několika skupin: na dobrovolné, z povolání, závodní a povinné. Nitra (2021) uvádí, že za dob protektorátu byli jmenováni požární ředitelé, ale tuto funkci vykonávali vedle svého zaměstnání. Jednalo se například o architekty, vlakmisty nebo profesory.

Na jaře roku 1945 se hasiči podíleli na hašení Staroměstské radnice nebo hořících domů po bombardování Prahy, Pardubic a Plzně (Nitra, 2021).

V poválečném období vzniká nová organizace “Místní jednoty československého hasičstva”. Hlavní činnost představovala preventivní výchova v boji proti požárům (Mařík & Mlíkovský, 1999). Profesionální sbory se nacházely ve městech, kde bydlelo více jak 50 tisíc obyvatel. Postupně docházelo i k omezování služeb žen v hasičských družstvech. Výkon žen byl v rozporu se zákoníkem práce, který zakazoval ženám noční práci a zvedání břemen nad 15 kg. Výkon služby byl dvaceti čtyřhodinový, následovalo 24 hodin volna. Postupem času dochází k třísměnnému provozu, jak je tomu dnes. Tedy 24 hodin služby a 48 hodin volna (Nitra, 2021).

Roku 1958 dochází opět k přejmenování a reorganizaci hasičstva na “Československý svaz požární ochrany” (Mařík & Mlíkovský, 1999).

17. prosince 1985 vychází zákon o požární ochraně, který je platný dodnes (zákon č. 133/1985). Blíže se zákonu věnujeme v kapitole, která se věnuje legislativě.

V květnu roku 1990 končí organizace Svaz požární ochrany a dochází k přejmenování na Sdružení hasičů Čech, Moravy a Slezska, které je platné dodnes. Toto sdružení má za cíl spoluvytvářet podmínky k funkční ochraně životů, zdraví a majetku v rámci požární ochrany a skýtat pomoc při ostatních mimořádných událostech. Dále se zaměřuje na činnost s dětmi a mládeží a všeobecnou sportovní činnost, kterou podporuje (Nitra, 2021).

V novodobé historii České republiky došlo k mnoha mimořádným událostem, kdy se dobrovolní hasiči dostali do popředí. Mezi nimi je nutné zmínit povodně v roce 1997, 2002, 2009, 2013; větrné smrště Kyrill v roce 2007, Herwart v roce 2010; tornádo na jižní Moravě a boj s koronavirem v roce 2020–2022. Společně s profesionálními hasiči, někdy i bez nich, dokázali zachránit mnoho životů a svými činy zamezili miliónovým škodám na majetku.

1.2. Legislativní ukotvení jednotek požární ochrany

Základním dokumentem v rámci jednotek požární ochrany je zákon č. 133/1985 Sb. o požární ochraně. Tento právní dokument stanovuje, kdo jsou jednotky požární ochrany, vymezuje jejich základní úkoly. Určuje kompetence jednotlivých orgánů státní správy a samosprávy na úseku požární ochrany (Vilášek, Fiala, Vondrášek; 2014).

Mezi další legislativní listiny patří vyhláška č. 247/2001 Sb., o organizaci a činnosti jednotek požární ochrany, která zahrnuje plošné pokrytí, organizaci jednotek, její vybavení

věcnými a technickými prostředky, způsob zřizování a shrnuje organizační a operační řízení (Vilášek, Fiala, Vondrášek; 2014; Ministerstvo vnitra, 2001).

V zákoně č. 239/2000 Sb. o integrovaném záchranném systému nalezneme základní pojmy typu mimořádná událost, záchranné a likvidační práce, věcná a osobní pomoc.

Okrajově zmiňujeme následující právní dokumenty: nařízení vlády č. 352/2003 Sb. o posuzování zdravotní způsobilosti zaměstnanců jednotek hasičských záchranných sborů podniků a členů jednotek sborů dobrovolných hasičů obcí a podniků; vyhláška č. 35/2007 Sb. o technických podmínkách požární techniky.

1.3. Rozdělení jednotek požární ochrany

Dobrovolní hasiči jsou jednotkou požární ochrany. Tyto jednotky dělíme dle druhu a dle kategorie. Rozdělení dle druhu vychází dle zřizovatele jednotky požární ochrany a nalezneme jej v zákoně č. 133/1985 Sb. o požární ochraně. Kategorie jednotek požární ochrany rozděluje jednotky dle území, kde zasahují.

1.3.1 Druhy jednotek požární ochrany

První druh JPO jsou jednotky hasičského záchranného sboru kraje (dále jen HZS kraje), které představují profesionální hasiče, které jsou součástí hasičských záchranných sborů kraje. Jedná se o profesionální hasiče, kteří vykonávají tuto činnost jako své povolání ve služebním poměru (Vilášek, Fiala, Vondrášek, 2014).

Další skupinou jsou, v této práci často zmiňované, jednotky sborů dobrovolných hasičů obce. Členové v těchto jednotkách vykonávají činnost na bázi dobrovolnosti nebo případně na základě pracovního poměru k obci či HZS kraje (Vilášek, Fiala, Vondrášek, 2014). V praxi si můžeme tuto situaci představit tak, že obec má svého zaměstnance, který se stará v katastru o zeleň či o údržbu, ale v případě vyhlášení poplachu jednotce je ihned akceschopný a dokáže vyjet v časovém limitu na místo mimořádné události. Častým problémem v obcích je právě neakceschopnost jednotek v dopoledních hodinách, kdy je většina členů výjezdové jednotky v práci. Proto je toto řešení stále vyhledávanější.

Mezi třetí druh zařazujeme jednotky hasičského záchranného sboru podniku. Tyto jednotky jsou přítomny ve firmách se zvýšeným či vysokým požárním nebezpečím. Hasiči v této skupině jsou zaměstnanci a vykonávají povolání hasiče jako své povolání v pracovním poměru (Vilášek, Fiala, Vondrášek, 2014). V České republice máme takové

jednotky například ve firmě Škoda Auto Mladá Boleslav, Aero Vodochody AEROSPACE a.s., Spolana s.r.o., Orlen Unipetrol a.s. a mnoho dalších.

Čtvrtý druh jsou jednotky sborů dobrovolných hasičů podniku. Tyto jednotky nalezneme v podnicích se zvýšeným či vysokým požárním nebezpečím. Činnost hasičů ve firmě funguje na bázi dobrovolnosti zaměstnanců, kteří jsou v pracovním poměru, který je uzavřen na jinou práci, než je hasič. To znamená, že zaměstnanec bude vykonávat pozici svářeče, ale když v podniku vypukne požár, dobrovolně půjde hasit a zajistí tak prvotní zásah (Vilášek, Fiala, Vondrášek, 2014).

Každý výše uvedený druh jednotky má odlišné nároky z hlediska operačního řízení. Odborně se tento termín nazývá operační hodnota. Ta zahrnuje dobu výjezdu, maximální dobu dojezdu a požadavky na osoby, které jsou dle druhu jednotky odlišné od těch ostatních. Zahrnují především odbornou, zdravotní a fyzickou způsobilost (Pecl, 2009).

1.3.2 Kategorie jednotek požární ochrany

Jednotky požární ochrany lze rozdělit pro účely plošného pokrytí, a to na jednotky s územní nebo místní působností. Jednotky s územní působností provádějí zásah i mimo oblast svého zřizovatele, zatímco jednotky s místní působností dělají záchranné a likvidační práce jen na území, které patří jejich zřizovateli, pokud nestanoví poskytovatel jinak (zákon č. 133/1985 Sb.).

Mezi jednotky s územní působností zahrnujeme:

- JPO I – jednotku hasičského záchranného sboru kraje. Tato jednotka musí dojet na místo zásahu do 20 minut z místa, kde působí. Výjezd po vyhlášení poplachu na stanici je do 2 minut.
- JPO II – jednotku sboru dobrovolných hasičů obce. Členové v této jednotce vykonávají tuto činnost jako svoje hlavní nebo vedlejší povolání. V případě výjezdu z místa své dislokace musí být do 10 minut jízdy na místě události. Výjezd jednotky musí proběhnout do 5 minut od vyhlášení poplachu jednotce operačním a informačním střediskem.
- JPO III – jednotku sboru dobrovolných hasičů obce. Činnost v jednotce je členy zajišťována dobrovolně. Obdobně jako u JPO II, musí být akceschopná jednotka v místě zásahu do 10 minut od vyhlášení poplachu. Výjezd je v tomto případě nutný do 10 minut od rozeznění sirény.

Jednotky s místní působností rozdělujeme následovně:

- JPO IV – představuje jednotku hasičského záchranného sboru podniku.
- JPO V – jednotka sboru dobrovolných hasičů obce. Činnost členů je opět vykonávána a dobrovolné bázi.
- JPO VI – jednotka sboru dobrovolných hasičů podniku. Činnost v jednotce je dobrovolná, ale v tomto případě zaměstnanci podniku (zákon č. 133/1985 Sb.).

1.4. Základní úkoly jednotek požární ochrany

Dle zákona o požární ochraně evidujeme čtyři základní úkoly jednotek požární ochrany. Prvním z nich je provádění požárního zásahu. Druhým úkolem je provádění záchranných prací při živelných pohromách a dalších mimořádných událostech. Třetí úkol spočívá v povinnosti podávat neprodleně zprávy o svém výjezdu a zásahu svému územně příslušnému operačnímu a informačnímu středisku. A za čtvrté je jednotka požární ochrany povinna plnit úkoly na úseku civilní ochrany a ochrany obyvatelstva (zákon č. 133/1985 Sb.).

Mezi úkoly v rámci ochrany obyvatelstva patří: varování, evakuace, dekontaminace, nouzové přežití, humanitární pomoc a označování oblastí s výskytem nebezpečných látek (Generální ředitelství Hasičského záchranného sboru České republiky, 2014).

JPO provádějí zpravidla zásahy na výzvu operačního a informačního střediska krajského Hasičského záchranného sboru České republiky. Vyhlášení poplachu probíhá pomocí akustických prostředků, telefonů, rádiového spojení nebo světelným signálem. Po vyhlášení poplachu jednotce se hasiči musejí co nejrychleji dostavit na místo určení velitelem (nejčastěji hasičská zbrojnice) a připravit se na výjezd. Příprava hasiče znamená obléknutí do zásahové oděvu a obuvi, nasazení kukly, helmy a rukavic. Hasič nesmí zapomenout na další věcné prostředky jako je opasek, radiostanice, svítilna a sekera (vyhláška č. 247/2001 Sb.).

Mimo hašení požárů, vysíláme jednotky na události klasifikace dopravní nehoda, únik nebezpečných látek, záchrana osob a zvířat, technická pomoc, kam zařazujeme: odstranění stromu, otevření uzavřených prostor, destrukce objektu, nástražný výbušný systém, vyhledávání pohřešované osoby, likvidace obtížného hmyzu, transport pacienta. JPO mohou dále uskutečnit zásahy a činnosti na pokyn starosty obce, které zahrnují údržbové

práce v katastru obce (Ministerstvo vnitra – Generální ředitelství Hasičského záchranného sboru České republiky, 2021).

Po každém zásahu je třeba připravit techniku a věcné prostředky na další událost, tak aby byla zajištěna výše uvedená akceschopnost jednotky.

1.5. Organizace v jednotkách dobrovolných hasičů

V rámci obce může fungovat sbor dobrovolných hasičů. Sbor dobrovolných hasičů (dále jen SDH) je spolek, který pracuje v rámci preventivní činnosti na úseku požární ochrany. Řídí se platnými právními předpisy a vnitřními předpisy Sdružení hasičů Čech, Moravy a Slezska. Oproti tomu výjezdová jednotka je plně podřízena svému zřizovateli, tedy obci a řídí se zákonem 133/1985 Sb. a vyhláškou 247/2000 Sb.

Vzájemně si SDH a JSDH vypomáhají. SDH pomáhá hledat nové členy pro výjezdové jednotky. Podílí se na přípravě odborné přípravy. Uskutečňuje preventivní výchovnou činnost pro mládež a občany. Dále se podílí se na provádění údržby a oprav technických a věcných prostředků požární ochrany a přikládají ruku k dílu v rámci ediční a publikační činnosti nebo dokumentaci historie požární ochrany či hasičstva (zákon č.133/1985 Sb.).

Výjezdová jednotka sborů dobrovolných hasičů je organizační složkou obce. Výkon služby v těchto jednotkách je dobrovolný. Z jejich strany se jedná o dlouhodobé prosociální chování ve prospěch druhých formou pomoci, která je neplacená a poskytována prostřednictvím organizace (Frič & Pospíšilová, 2010).

Členové mají s obcí uzavřenou smlouvu o pracovněprávním vztahu. Službu v jednotce mohou vykonávat jen osoby, které dosáhly věku 18 let, a zároveň splnili zdravotní způsobilost. Vstupní zdravotní prohlídka se absolvuje před zahájením výkonu služby ve výjezdové jednotce. Další zdravotní prohlídky se provádějí preventivně. Zdravotními prohlídkami se zabývá nařízení vlády č. 352/2003 Sb. o posuzování zdravotní způsobilosti zaměstnanců jednotek hasičských záchranných sborů podniků a členů jednotek sborů dobrovolných hasičů obcí a podniků (Generální ředitelství Hasičského záchranného sboru České republiky, 2009).

Aby byl hasič dostatečně kompetentní a mohl vykonávat službu při poskytování záchranných prací samostatně, musí nejprve absolvovat základní odbornou přípravu. Ta se skládá ze 40 pracovních hodin. Organizuje ji velitel jednotky dle osnov Generálního ředitelství Hasičského záchranného sboru České republiky (dále jen GŘ HZS ČR). Tato

základní odborná příprava je zařazena nejpozději do jednoho roku od nástupu člena do jednotky (vyhláška č. 247/2001 Sb.).

Další odborná příprava se v jednotce provádí pravidelně. Plánuje, řídí a ověřuje ji velitel jednotky. Zahrnuje teoretickou přípravu, praktický výcvik a tělesnou přípravu. Plán a zaměření pravidelné odborné přípravy stanovuje každý rok GŘ HZS ČR. V něm je zahrnuta i příprava jednotek, které mají speciální zaměření jako například předurčenost na dopravní nehody nebo na ochranu obyvatelstva. Tato příprava se každoročně ověřuje přezkoušením znalostí. Jako část odborné přípravy je považován i požární sport, taktické a prověřovací cvičení, metodické instruktážní zaměstnání nebo specializační kurz. (Generální ředitelství Hasičského záchranného sboru České republiky, 2009).

1.6. Popis jednotlivých funkcí v jednotce

V jednotce sboru dobrovolných hasičů existuje několik funkcí, které jsou rozdílné z hlediska kompetencí a pravomocí. Velitel jednotky dohlíží na všechno, nicméně potřebuje k ruce schopné spolupracovníky, které si mezi sebou rozdělí dílčí úkoly, o které se starají a zajišťují jejich provozuschopnost. Nabytí funkce lze uskutečnit absolvováním vzdělávacího kurzu. V následujících řádcích si jednotlivé funkce v jednotce dobrovolných hasičů specifikujeme blíže.

Velitel jednotky

Velitel jednotky je jmenován a odvoláván starostou obce. Tento akt je uskutečněn po zhodnocení hasičským záchranným sborem kraje. Velitel je zodpovědný za připravenost a činnost jemu podřízené jednotky zřizovateli této jednotky, tedy obcí (zákon č. 133/1985 Sb.). Zároveň se předpokládá, že velitel jednotky bude oporou starostovi obce v otázkách požární ochrany a ochrany obyvatelstva (Generální ředitelství Hasičského záchranného sboru České republiky, 2014).

Velitelem jednotky by měl být člověk, který má u ostatních členů přirozenou autoritu a dokáže řídit kolektiv během náročných událostí. Tyto situace vyžadují určité zkušenosti z praxe (Generální ředitelství Hasičského záchranného sboru České republiky, 2014).

Velitel jednotky má mnoho administrativních povinností. Připravuje plán na pravidelnou odbornou přípravu, tu zároveň řídí a ověřuje ji. Organizuje základní odbornou přípravu pro

nové výjezdové členy. V případě velitele jednotky u JPO II, zpracovává plán pro výkon služby, tak aby byla zajištěna trvalá akceschopnost jednotky. V případě výjezdu jednotky k mimořádné události vypracovává dílčí zprávu o zásahu, která musí být odeslána do 3 dnů na HZS kraje (Generální ředitelství Hasičského záchranného sboru České republiky, 2014).

Velitel družstva

Podobně jako velitel jednotky je i velitel družstva jmenován a odvoláván starostou obce. Návrh na jmenování velitele družstva podává velitel jednotky. Velitel družstva je odpovědný za činnost členů v případě výjezdu jednotky v operačním řízení. Přitom uplatňuje své odborné znalosti a ty pak předává ostatním členům jednotky. Díky tomu se podílí na jejich odborné přípravě. Spolupracuje s velitelem jednotky v rámci administrativní práce. Velitel družstva musí absolvovat kurz, který pořádá HZS kraje v rozsahu 40 hodin pro JPO II, III a 16 hodin pro JPO V (Generální ředitelství Hasičského záchranného sboru České republiky, 2014).

Strojník

Strojník je zodpovědný za provozuschopnost veškeré hasičské techniky jednotky a zároveň i věcných prostředků. Závady a nedostatky na požární technice neprodleně hlásí svému veliteli. Zařizuje veškeré opravy, diagnostiku a údržbu. Kontroluje stav pohonných hmot a kapalin (Generální ředitelství Hasičského záchranného sboru České republiky, 2014).

Strojníkem se hasič stane po absolvování kurzu u HZS kraje, a to v rozsahu 40 hodin pro JPO II a JPO III. Pro JPO V je kurz šestnáctihodinový, pokud je v jednotce přítomný cisternový hasící automobil. Pokud není a jednotka má jen dopravní automobil, postačí strojníkovi kurz, který má 8 hodin (Generální ředitelství Hasičského záchranného sboru České republiky, 2014).

Dle vyhlášky 247/2000 Sb. je každý řidič jednotky požární ochrany s právem přednostní jízdy povinen uskutečnit kondiční jízdu, pokud v předchozích 4 týdnech neřídil vůz stejné hmotnostní kategorie. Tato jízda musí mít nejméně 10 km. V rámci kondiční jízdy je možné přejít do operačního řízení, a to přijetím k mimořádné události.

Technik

Dle Generálního ředitelství HZS ČR (2014) je technik povinen udržovat provozu schopné všechny veškeré věcné prostředky požární ochrany.

Technika můžeme nalézt v technické, chemické, spojové službě a dále v ochraně obyvatelstva. Pro představu se technik technické služby stará o prostředky určené pro práci ve výšce, na vodní hladině, nad volnou hloubkou. Dále i pomůcky potřebné k hašení požárů, tedy požární hadice či armatury. Oproti tomu technik chemické služby má na starosti prostředky, které souvisí s likvidací nebezpečných látek. Jedná se například o události únik plynu nebo dekontaminace. Technik spojové služby má na starosti věcné prostředky linkových a radiových přenosů, zařízení pro varování a vyrozumění. Technik ochrany obyvatelstva je hasič, který je specialistou v případech evakuace, varování, humanitární pomoci a nouzového přežití obyvatelstva. Technikem se stává absolvent kurzu, který má rozsah 16 hodin (Generální ředitelství Hasičského záchranného sboru České republiky, 2014).

1.7. Osobnost hasiče

Přesně specifikovat osobnost hasiče je velmi obtížné. Každá osobnost je jiná. Přesto lze vyzdvihnout určité osobnostní charakteristiky, které jsou společné u všech hasičů. Mnoho z nich bere svoji činnost jako poslání. Na hasičské zbrojnici tráví mnoho času a kolegy berou jako svou druhou rodinu.

Dle Kirschmanové (2015) bývají hasiči spíše extroverti. Je pro ně specifická velká potřeba sounáležitosti a důvěrných vztahů. Zde se potvrzuje výše uvedená skutečnost, že se jedná o druhou rodinu, kde je zapotřebí si vzájemně důvěřovat. Pokud jde hasič do nebezpečného prostředí, nikdy nejde sám, vždy jdou na místo určení dva. V případě ohrožení jednoho z nich, ten druhý poskytne pomoc. Proto je na místě vzájemná důvěra.

Další důležitou součástí osobnostní charakteristiky hasiče je schopnost zvládat stresové situace. Hasič musí být ten, kdo zvládne reagovat ve stresové chvíli klidně a bez sebemenšího náznaku paniky. Proto by měl být emočně stabilní, mít nízkou míru úzkosti a obav. Právě hasič je oporou pro zasažené lidi na místě mimořádné události, měl by si být tedy jistý ve svých pocitech (Olofsson, 2013; Kirschmanová, 2015; Sezima, 2017).

Hasič by měl být týmovým hráčem s dobrými komunikačními a sociálními dovednostmi. Obecně jsou požárníci vřelí a dobrosrdeční. Největší radost jim udělá, když jsou potřební, a

to co vykonali, má smysluplný význam. To potvrzuje i to, že mají rádi, když se něco děje. Rádi čelí novým výzvám. Z nich si pak berou prožitky, které uchovávají v paměti jako zkušenosti pro svoji další činnost (Kirschmanová, 2015).

Každý dobrovolný hasič vykonává prosociální chování. Prosociální chování je definováno jako druh chování, které přináší užitek druhé osobě. Toto chování je nezištné a bez očekávání jejího navrácení. Mnohdy je toto chování velmi riskantní. Ochotu podstoupit riziko na úkor druhých ale všichni hasiči berou jako samozřejmost. S tím do všech výjezdů vstupují a toto riziko přijímají. Jsou pro ně typické tři základní věci: péče o druhé, lidskost a obětavost (Výrost, 2008; Olofsson, 2013; Kirschmanová, 2015).

Při nástupu člověka k profesionálním hasičům se od roku 2002 stanovuje tzv. osobnostní způsobilost. Ta je posuzována na základě zákona o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů č. 361/2003 Sb. Mezi osobnostní dispozice, které jsou nežádoucí, patří: snížený intelekt, emoční labilita, nerozhodnost, nesamostatnost, lehkovážnost, intolerance, impulzivita, neintegrováná osobnost, výrazný sklon k riziku a k opatrnosti, závislost, nežádoucí agresivita., extremita a patopsychologická symptomatika (Sezima, 2017, str. 44). V rámci přijetí k dobrovolným hasičům žádná osobnostní způsobilost hodnocena není. Záleží na pocitu velitele, když nové členy do výjezdové jednotky přijímá a čas ukáže, zdali mají na to být součástí hasičské jednotky.

Většina hasičů má v nitru zabudovanou lásku k hasičské tradici. Tato láska pochází zpravidla z rodiny. Pokud je v rodině dobrovolným hasičem otec, pravděpodobně bude u sboru či ve výjezdové jednotce fungovat i manželka a děti. Když se podíváme do historie požární ochrany, urazila od svého vzniku velký kus cesty a zvyklosti společně s tradicí se předávaly v obcích z generace na generaci. I Kirschmanová (2015, str. 38) zmiňuje, že *“začlenění dětí do tradic hasičského sboru je možností, jak jim předvést a vštípit společenskou odpovědnost a ochotu pomáhat druhým.”*

2 SYNDROM VYHOŘENÍ

Syndrom vyhoření je pojem rozšířený v celé společnosti. Setkáváme se s ním obzvláště mezi pomáhajícími profesemi, tedy mezi zdravotníky, sociálními pracovníky, zdravotnickými záchranáři a dalšími. Objevuje se tam, kde je vysoká pracovní náročnost, intenzivní setkávání s lidmi a nedostatečné hodnocení (Bartošíková, 2006). Při čemž se jedná zpravidla o povolání, kde je specifický častý a úzký kontakt s druhými (Poschkamp, 2013).

Požárníci jsou jedním z povolání, které splňuje výše uvedené podmínky. I hasiči mohou trpět syndromem vyhoření. Ačkoliv nemají tak častý a úzký kontakt s lidmi jako třeba zdravotničtí záchranáři.

Následující kapitola popisuje vymezení pojmu syndromu vyhoření, jeho vývoj, příznaky, prevenci a diagnostiku.

2.1. Vymezení pojmu

Sousloví syndrom vyhoření bylo poprvé použito v roce 1974 a to psychoanalytikem Herbertem Freudenbergerem v časopise *Journal of Social Issue*. V článku, který zveřejnil, podrobně popsal vývoj, následky a léčbu této nemoci, kterou vyzoroval u pracovníků, a i u sebe samotného v péči o pacienty v sociálních službách (Bianchi et al., 2017). Jednalo se převážně o dobrovolnou práci v krizových centrech, hospicích a charitativních zařízeních (Pelcák, 2015).

Dle platné mezinárodní klasifikace nemocí se syndrom vyhoření řadí do skupiny Z73, kde se nachází problémy spojené s obtížemi při vedení života, konkrétně Z73.0 vyhasnutí. Mezi doplňující termíny zařazujeme synonyma: životní vyčerpání, stav vyhoření, stav životního vyčerpání, vyhasnutí (World Health Organization, 2017). Podle Bartošíkové (2006) není syndrom vyhoření nemoc, ale spíše proces.

(Poschkamp, 2013, str. 11) definuje syndrom vyhoření jako “proces extrémního a fyzického vyčerpání se současným cynickým, distancovaným postojem a sníženým pracovním výkonem jako následek chronické emoční a mezilidské zátěže při intenzivním nasazení pr jiné lidi.”

Pojetí syndromu vyhoření vzniklo skutečně mnoho. Lze však zmínit následující charakteristiky dle Kebzy a Šolcové (2003), které jsou pro všechna vymezení syndromu vyhoření společná. První charakteristikou je, že se jedná se o psychický stav, konkrétně o prožitek vyčerpání. Druhým bodem je fakt, že se vyskytuje především u profesí, kde je typická práce s lidmi. Třetí součástí syndromu vyhoření je přítomnost nejen psychického vyčerpání, ale symptomy se nacházejí ve fyzické a sociální rovině. Jako čtvrtý bod zmiňují autoři výskyt emočního vyčerpání současně s celkovou únavou. Všechny výše zmíněné příznaky vznikají vlivem chronického stresu.

Syndrom vyhoření je považován za dlouhodobý nesoulad mezi očekáváním jedince a skutečnými výsledky na straně druhé (Bianchi et al., 2017). Jinými slovy: člověk, který je oddaný své práci, očekává odměnu – poděkování, úsměv, finance, obdiv druhých. Pokud odměna dlouhodobě nepřichází, ztrácí jedinec motivaci a smysl.

Syndrom vyhoření nemusí být pouze problémem na úrovni jednotlivce. Může se jednat o chybu sociálního prostředí, ve kterém jedinec vykonává svou práci. Pokud vznikne nesoulad mezi pracovištěm a pracovníkem, kdy zaměstnavatel neuznává vykonanou práci a nedokáže ji ocenit, dochází k rozvoji syndromu vyhoření u zaměstnance. Je proto důležité, aby sama organizace měla znalosti o tomto onemocnění. Dokázala jej včas identifikovat a zvládnout, aniž by nemoc měla závažnější dopad na pracovníka (Maslachová & Leiter, 2016).

Bližšími příčinami syndromu vyhoření se podrobněji věnujeme v následující kapitole.

2.2. Příčiny syndromu vyhoření

Dle Maroona (2012) existují v syndromu vyhoření dvě východiska. Jedno z nich vychází z klinické psychologie, kdy je tento jev hodnocen jako vnitřní duševní reakce. Druhá teorie připadá do oblasti sociální psychologie a představuje fakt, že vyhoření je důsledek interakce vnějších vlivů, zejména z pracovního prostředí. K tomuto dvojímu rozdělení se přiklání i autor Poschkamp (2013), který rozděluje příčiny vyhoření na ty v osobnostní charakteristice jedince a na příčiny, které jsou důsledkem způsobu organizace ve firmě.

Situace, kdy syndrom vyhoření vzniká jako důsledek osobnostní charakteristiky, se děje v případech, kdy jedinec dává stranou své osobní zájmy, vlastní potřeby vůči okolí a vše podřizuje druhým lidem (Poschkamp, 2013).

Na základě výzkumů byly vytipovány dvě rozdílné skupiny osob, které jsou náchylnější k rozvoji syndromu vyhoření na základě osobnostních rysů. První z nich je skupina lidí, kteří trpí komplexem méněcennosti vůči své rodině a přátelům. Tento komplex vznikl v průběhu jejich života, většinou v rodině s autoritativní výchovou. Jediným cílem těchto lidí je potřeba lásky. Druhou skupinou jsou lidé, kteří vyrůstali v rodině, kde se vyskytovali ctižádostiví, motivující a aktivní otcové nebo naopak příliš ochraňující, lásku dávající matky. Právě díky zkušenostem z osobní roviny nedokážou přijmout a zpracovat zklamání. Příliš přilnou k práci, kde očekávají vytouženou potřebu seberealizace (Maroon, 2012).

V oblasti sociální psychologie definovali Maslachová a Leiter (2016) šest problémových oblastí z pracovního prostředí, které vytvořili na základě výzkumů. Jedná se o tyto oblasti: pracovní zátěž, přílišná kontrola, pracovní odměna, kolektiv, nespravedlnost a konflikt hodnot.

Do oblasti pracovní zátěže patří příliš mnoho kladené práce na jednotlivce anebo nedostatek zdrojů, které ovlivňují výsledek vykonané práce. “V momentě, kdy naše nároky na sebe samé překročí míru toho, co dokážeme zvládnout, zažíváme stres. Nadměrné zatížení tedy může být příčinou vzniku syndromu vyhoření. Aby totiž postižený provedl tytéž úkony, musí vynaložit daleko větší úsilí i množství energie, což celý proces vyhoření urychluje.” (Stock, 2010, str. 33). Dnes musíme být prakticky nonstop dosažitelní. Na mobilním telefonu, emailu. I to jsou v průběhu vykonávané práce rušivé elementy, které znemožňují pracovní výkonnost (Stock, 2010).

Do skupiny přílišné kontroly se řadí situace, kdy pracovník nemá příliš volnosti pro vykonání své práce. Maroon (2012, str. 59) uvádí, že “možnost pracovat samostatně uspokojuje zaměstnance.” Pokud je ale nedostatek samostatnosti a pracovník je pod neustálou kontrolou vedení, může situace vést k syndromu vyhoření. V zásadě se nemusí jednat jen o dohled vedoucího pracovníka, ale i o vnitřní předpisy pracoviště, které zaměstnanci svazují ruce a brání mu se svobodně rozhodnout a realizovat. Takzvaná “papírová válka” je dnes v každé instituci. Vše se musí archivovat a dokumentovat. Neustále přicházejí nové předpisy, které musí zaměstnanec prostudovat. Neznalost neomlouvá (Stock, 2010; Maroon, 2012).

Oblast pracovní odměny se týká situací, kdy pracovníci nejsou za svou vykonanou práci dostatečně odměněni. Nejde jen o finanční či jinou materiální hodnotu. Jedná se o uznání, které pomáhá pracovníkovi ve zdokonalování a rozvíjení se. S tím souvisí i vidina

kariérního postupu. Pokud zaměstnanec nemá žádnou vidinu dalšího růstu, je to spíše demotivující (Stock, 2010).

Pokud má člověk kolem sebe špatný kolektiv, necítí se v práci dobře. Vlivem toho se neustále kontroluje, aby neukázal své pochybení, tím se snižuje i pracovní výkonnost. Jak uvádí Stock (2010, str. 37) “nedostatek vzájemné soudržnosti mezi spolupracovníky může být pocíťován jako zdroj ohrožení a může vyvolat stresovou reakci.”

Dalším stresorem je nespravedlnost ze strany nadřízených. Vedení by mělo být jednotné a spravedlivé ke všem zaměstnancům. Takové vedení se vyhýbá diskriminaci a podceňování (Stock, 2010).

Posledním bodem je konflikt hodnot. Tento stresový faktor vzniká tehdy, pokud dochází k nesouladu mezi vlastními hodnotami jedince a firemními hodnotami. Například pokud vykonáváme práci, o které si my sami myslíme, že je zbytečná, bezvýznamná, dochází k rozvoji odcizení, nechuti a ztráty zájmu o vykonávanou práci (Stock, 2010).

2.3. Vývoj syndromu vyhoření

Syndrom vyhoření je specifický svým dlouhodobým vývojem. Modelů vývoje syndromu vyhoření je několik. Nejčastěji uváděný model se skládá ze čtyř fází: nadšení, stagnace, frustrace, apatie (Pelcák, 2015; Stock, 2010).

Fáze nadšení představuje prvotní fázi, kdy jedinec vkládá příliš mnoho úsilí do své práce. Jeho výkon je nadprůměrný, energie je plna optimismu, angažovanosti a obětování. Takový člověk je plný očekávání. Věří, že bude okolím oceněn. Jak z pozic nadřízených, tak i kolegů či klientů (pacientů). Dochází k uzavírání před osobním životem, dotyčný žije jen svou prací, ze které je v primární chvíli nadšený (Pelcák, 2015; Stock, 2010).

Fáze stagnace, jak uvádí Kupka (2014), je plná pocitů neuspokojení, marnosti a zklamání. Dochází k přehodnocování ideálů. Pracovní tempo je nadále dobré, ale nadšení opadá a nedochází k tak vzrušujícím okamžikům jako na začátku. Požadavky od klientů začínají být unavující. Motivaci začíná být plat, kariérní růst.

Třetí fáze je frustrace. Vyskytují se pochybnosti o smyslu práce, snažení. Jedinec zažívá pocity vlastní bezmoci. Již nedochází k prohlubování odborných znalostí. Požadavky a pracovní úkony jedince otravují (Pelcák, 2015; Stock, 2010). Pracovník odhaluje, že investice do práce jsou nevratné (Kupka, 2014).

Fáze apatie je dle Pelcáka (2014, s. 54) *“stavem plné neangažovanosti a vyhýbání se profesním požadavkům”*. Počáteční pracovní nadšení je zcela pryč. Dominují pocity zoufalství a rezignace (Stock, 2010). Člověk nejeví zájem o školení, kurzy a obecně další vzdělávání (Pelcák, 2015). Otázky, kterými se zabývá, souvisí spíše s tím, kolik zbývá hodin do konce pracovní doby a jak velké budou odměny (Kupka, 2014).

2.4. Příznaky syndromu vyhoření

Příznaky jsou popsány hned několika autory. Mezi základní příznaky syndromu vyhoření bezpochyby patří: emocionální, tělesné a psychické vyčerpání. Dále pak změny v sociálních vztazích a snížení sociálního výkonu.

Dle Freundeburga (1980) je definováno deset znaků, které lze u zasažené osoby pozorovat. Jedná se o vyčerpání, odcizení, prázdnotu, netrpělivost až vznětlivost, falešný pocit mimořádných schopností, nedůvěry, paranoiy, ztráty cílevědomosti, deprese a psychosomatických projevů jako bolesti hlavy či zad.

Autoři Kebza a Šolcová (2003) rozdělili symptomy na tři úrovně a to psychickou, fyzickou a sociální. V rámci psychické roviny popsali psychické vyčerpání následovně: *“Výrazný je pocit celkového, především pak duševního vyčerpání, v duševní oblasti je pak prožíváno především vyčerpání emocionální, dále pak vyčerpání v oblasti kognitivní spolu s výrazným poklesem až ztrátou motivace. Únava je popisována dosti expresivně („mám toho po krk“, „jsem už úplně na dně“, „jsem k smrti unaven“, „cítím se jako vyždímaný“), což je v rozporu s celkovým utlumením a oploštěním emocionality.”*

Obecně lze mezi fyzické příznaky zařadit: bolest hlavy, bušení srdce, dechové obtíže, trávicí obtíže, nespavost, celkovou únavu (Pelcák, 2014).

Mezi psychické problémy zařátujeme podrážděné chování, záchvaty zlosti a hněvu ve verbální i fyzické rovině, celkový útlum, vztahovačné chování, zvýšený smutek (Pelcák, 2014).

Jak jsme již uváděli v kapitole vymezení pojmu, syndrom vyhoření se objevuje u lidí, kteří mají úzký vztah k druhým lidem, proto dochází k jisté emocionální spoluúčasti. Tím, že člověk vydává vyšší množství emoční energie do své práce, nastává ve fázi vyhoření výrazné oploštění až odosobnění vůči svým klientům a obecně pracovní činnosti (Maroon, 2012).

2.5. Prevence syndromu vyhoření

Prevence syndromu vyhoření neexistuje. Lze jen zavést určitá opatření, která mohou riziko eliminovat. Nutno počítat s tím, že syndrom vyhoření nevzniká okamžitě, ale dlouhodobým procesem, proto by tato opatření měla být dlouhotrvající neli trvalá (Poschkamp, 2013).

V rámci preventivních opatření se přesto najde několik autorů, které se prevenci syndromu vyhoření věnovali ve svých publikacích. Kebza a Šolcová (2003) zmiňují, že preventivní opatření lze vykonat na úrovni jedince, a to osvojením si základních protistresových technik a na úrovni zaměstnavatele, který vytvoří lepší pracovní podmínky v rámci organizace práce.

Mezi aktivní strategie ke zvládnání stresu patří: izolace práce od osobního života; otevřenost vůči novým událostem a jevům kolem nás; přijímání a pochopení změn, které jsou běžnou součástí života; být aktivní v případě vzniku stresové situace; respektovat přítomnost stresových situací; dbát na pevné sociální ukotvení ve vztahu k druhým; starat se o harmonický rodinný život, který poskytuje oporu v případech, kdy je pracovní činnost náročná; dbát na zdravý životní styl (Kebza & Šolcová, 2003).

2.6. Diagnostika syndromu vyhoření

Včasné odhalení syndromu vyhoření může zachránit mnoho. Nejúčinnějším nástrojem je pozorování, díky němuž lze odhalit změny v chování jedince. Byli samozřejmě vytvořeny i pro tento účel vytvořené psychodiagnostické metody (Kebza & Šolcová, 2003).

Nejnámější je dotazník Maslachové “Maslach Burnout Inventory”. Tento inventář existuje ve dvou verzích: škála určená pro pomáhající profese a na škálu vyhoření, která se používá ve všech povoláních. Dále byla vytvořena metoda, která měří úroveň znechucení.

Všechny výše uvedené dotazníky jsou k dispozici v české standardizaci (Kebza & Šolcová, 2003).

2.6.1 Maslachova škála vyhoření pro pomáhající profese

Dotazník vznikl roku 1981 autorkami Maslachovou a Jacksonovou. Inventář měří tři dimenze vyhoření: devět položek řeší emocionální vyčerpání (EE), pět položek depersonalizaci (DP) a osm položek se týká seberealizace (PA). Podle toho, jak respondent

často zažil či zažívá konkrétní výrok, reaguje pomocí sedmibodové stupnice, kdy “0” představuje, že nikdy nezažil konkrétní výrok a “6” znamená, že zažívá výrok každý den. Dotazník má celkem 22 položek. Lidé, kteří po vyplnění dosáhnou vysokého počtu bodů v oblasti emocionálního vyčerpání a depersonalizace, a naopak mají méně bodů ve výpovědích týkající se seberealizace, jsou aktuálně v procesu vyhoření (Maroon, 2012).

U jedince s rozvíjejícím se syndromem vyhoření se nejdříve objevuje fáze emocionálního vyčerpání. Toto vyčerpání vede k depersonalizaci. Jedinec se snaží odpoutat od okolí, stahuje se do sebe. Nakonec se EE a DP spojí a dochází k snížení pracovní výkonnosti (Křivohlavý, 2012).

Použití dotazníku pro české prostředí umožnila psycholožka I. Šolcová (Křivohlavý, 2009).

2.6.2 Maslachova škála vyhoření pro povolání

Tento inventář vznikl roku 1996. Opět jen vytvořila Maslachová, jen tentokrát pro všechna povolání. Lze jej tedy i použít pro pomáhající profese. Dotazník obsahuje celkem 16 výpovědí, kdy se pět odpovědí vztahuje k vyčerpání, dalších pět k cynismu a posledních šest k osobní výkonnosti. Opět respondenti odpovídají pomocí sedmibodové škály od 0 do 6, kdy “0” znamená, že se u nich daná výpověď nevyskytuje a “6” představuje, že se s výrokem ztotožňují každý den (Maroon, 2012).

2.6.3 Škála znechucení

Jedná se o inventář vytvořený autorkou Pinesovou. Má celkem 21 položek. Respondent vyplňuje, jak často zmíněné položky prožívá na sedmibodové škále. Oproti předchozím dvěma, zde není “0”, ale žádná četnost výskytu se zaznamenává “1”. Inventář vyhodnocuje pocity a postoje vůči sobě samému, k práci a ke klientům. Ve výsledku stanovuje metoda stupeň vyhoření, ujasnění vnímání respondentova života v čase tady a teď.

2.7. Specifika syndromu vyhoření u hasičů

Práce hasiče je sama o sobě silný zdroj stresu a psychické zátěže. Tato činnost může na místě mimořádné události způsobit dobrovolnému hasičovi psychické trauma, které může vyústit až v posttraumatickou stresovou poruchu. Prediktorem syndromu vyhoření může být u této skupiny skutečnost, že skrývají emoce a pocity. Nicméně začleněním

pravidelných porad a neustálého sociálního kontaktu a podpory lze tuto skutečnost eliminovat (Lourel, 2008).

Ponelle (2003) uskutečnil výzkum u 229 hasičů. Rozdělil tři fáze jejich práce, které souvisí se stresem a jsou relevantní pro toto povolání i činnost. První fáze začíná přijetím výzvy o mimořádné události. V té chvíli se dobrovolnému hasičovi rozezní telefon a sirény, ohlašující svolávání jednotky dobrovolných hasičů k výjezdu. Tato fáze končí příjezdem hasičů na místo mimořádné události. Během této fáze jsou přítomny stavy úzkosti a vysoká míra koncentrace. Druhá fáze je dobou, kdy hasič je a funguje na místě události. Zde se vyskytují emoce jako strach, agresivita a pocity tísně. Poslední fáze je doba po zásahu, kdy je přítomna únava, euforie, sklíčenost či touha vyjádřit hněv. I v této poslední fázi lze objevit stres.

Hasiči jsou při své činnosti ohroženi velkou emocionální náročností. Proto by neměla být opomíjena psychická pohoda. Být dobrým hasičem znamená absolvování soustavného výcviku, disciplíny, udržovacím a stabilním kamarádstvím, obětavostí a odvahou. Takové podmínky vyžadují, aby každý hasič měl velkou zásobu obranných mechanismů, které budou chránit jeho osobnost před stresem (Moreira, 2012).

Práce hasiče představuje vysoké riziko zranění. Pokud se hasič vlivem stresu a vyhoření začne vzdalovat ostatním, tím větší riziko představuje hasič pro ostatní. Vlivem syndromu vyhoření se u hasiče projevuje pracovní nespokojenost a špatný pracovní výkon, který neodpovídá požadavkům nadřízeného (Jensen, 2015).

3 TENDENCE K VYHLEDÁVÁNÍ MIMOŘÁDNÉHO PROŽITKU

Dle Kirchnera (2012, s. 73) je člověk v současné době ochromen deprivací v rámci prožívání, a proto se snaží ve volném čase zvyšovat intenzitu svých prožitků. Vyhledává proto nové činnosti, které jsou akceptovatelné společností. Ovšem někdy jde jedinec i za hranici přijatelnosti a podstupuje riziko. Autorem konceptu tendence k vyhledávání prožitku je Marvin Zuckerman, psycholog z Univerzity v Delaware v USA.

Dobrovolní hasiči se ve svém volném čase setkávají s novými výzvami při každém výjezdu. Málokdy se stane, že je mimořádná událost stejná jako ta předchozí. Proto je odhodlání stát se dobrovolným hasičem ve výjezdové jednotce netradiční. Každý z výjezdů je riskantní a dobrovolní hasiči toto riziko podstupují. Vše se děje dobrovolně.

Tato kapitola postupně seznámí čtenáře s teorií tendence k vyhledávání prožitku a její diagnostikou.

3.1. Definice tendence k vyhledávání prožitku

Abychom se mohli dále věnovat výše zmiňovanému tématu, je nutné si definovat termín „prožitek.“ Dle psychologického slovníku od autorů Hartl & Hartlová (2000, s. 461) patří prožitek mezi základní obsah psychiky jedince. Jedná se o “citově zabarvené vnímání aktuálního, často dramatického životního okamžiku a často i náhlé poznání vzniklé ze zhodnocení okolní skutečnosti.” Křivohlavý (2013) přirovnává autentický prožitek k příkladu výhry jedince v tombole. Napětí představuje dobu, kdy se tombola vyhlašuje a ve chvíli, kdy zazní jeho jméno, cítí radost.

Prožitek je dle sociologické encyklopedie definován jako obecný pojem toho, co se odehrává subjektivně v člověku nebo v duši. Prožitek lze popsat pomocí introspekce. Prožitek, který se uchovává v paměti, se nazývá zkušeností (Černoušek, 2017).

Pokud se podíváme na dnešní dobu, označíme ji jako rychle plynoucí. Neustále se setkáváme s novými vědeckými poznatky, rozvojem technologií v různých oblastech, které nám obrací dosud zažité postupy vzhůru nohama. Dnešní možnosti jsou skutečně tak neomezené, že může u lidí docházet k deprivaci v prožitkové sféře. Rychlé tempo, přívaly

nových informací nepřináší vzrušení, ale dochází spíše k zevšednění a únavě. Pro starší občany může inovace znamenat zdroj stresu (Kuban, 2006).

Z fylogenetického vývoje člověk potřebuje prožitky. Ačkoliv se tato potřeba změnila z boje o přežití na skákání padákem, pořád platí, že prožitek je nezbytná součást psychické rovnováhy jedince a uvolnění akčního napětí v rámci běžného stereotypního života (Kuban, 2006).

Zuckerman (1994, s. 27) definoval tendenci k vyhledávání prožitku jako „*rys vyhledávání rozmanitých, nových, komplexních a intenzivních prožitků a zkušeností a při tom být ochoten podstoupit fyzické, sociální, právní a finanční riziko kvůli této zkušenosti*“.

Zuckerman (2015, s. 352) uvádí, že tendence k vyhledávání prožitku bývá spojována s tendencí k vyhledávání rizika. Ovšem mylně. Nejedná se o to samé. Zdůrazňuje, že jeho definice se opírá o „*ochotu riskovat kvůli odměnám za změny ve stimulaci jako je novost a intenzita*.“ Ne všechny činnosti musejí bezprostředně zahrnovat riziko.

Oblasti pro vyhledávání prožitků se svým charakterem liší. Jsou různé i z hlediska hloubky a intenzity, stejně tak je odlišná míra aktivity, kterou jedinec investuje (Kuban, 2006).

Lidé s vysokým skóre v tendenci k vyhledávání mimořádného prožitku mají dle výzkumů vyšší vzrušivost v centrální mozkové soustavě a jsou ve větší míře přítomny hormony testosteron, estrogen a estrodial (Kirchner, 2003). Zuckerman (2006) dále uvádí, že u mimořádného prožitku se vylučuje hormon dopamin. Dopamin je odpovědný za stimulaci centra radosti.

Blatný (2010) uvádí, že osoby s vysokými skóre v inventáři tendence k vyhledávání mimořádných prožitků jsou osobami, které rádi zkoumají, jsou impulzivní, výstřední a pro společnost dráždiví. Oproti tomu lidé s nízkými skóre bývají opatrní, uměření, rigidní a stoický.

Tendence k vyhledávání prožitku je rozdělena do čtyř kategorií: vyhledávání napětí a dobrodružství; vyhledávání zkušeností; disinhibice a vnímavost k nudě (Zuckerman, 1979).

3.1.1 Vyhledávání napětí a dobrodružství

Podškála vyhledávání napětí a dobrodružství, mezinárodně označována jako thrill and adventure seeking (TAS) „*vyjadřuje touhu zabývat se sportovními činnostmi nebo*

činnostmi, které zahrnují určité fyzické nebezpečí nebo riziko” (Kuban, 2003, str. 22). Ve svém projevu mohou poskytnout intenzivní pocity prostřednictvím rychlosti, fyzického úsilí anebo extrémního rizika. Tato oblast se nemusí týkat vyloženě sportu. Může se jednat i o činnosti v pracovním životě. Pokud dojde k úspěšnému překonání výzvy, dochází k vybudování sebedůvěry a sebevědomí člověka. Zároveň jedinec hlouběji poznává sám sebe (Kirchner, 2003; Zuckerman, 2015).

V rámci výzkumů vysoké hodnoty v této subkategorii vykazují sporty jako parašutismus, potápění, motoristické sporty, ale třeba i krasobruslení, moderní gymnastika nebo synchronizované plavání. U povolání, které zahrnují vyšší příliv prožitků, jmenujeme profesionální záchranáře, hasiče a policisty (Kirchner, 2003).

Zuckerman (2015) uvádí, že američtí či izraelští vojáci, kteří byli oceněni za statečnost, vykazovali vyšší hodnoty v této škále než ti vojáci, kteří ocenění nebyli.

V inventáři Sensation Seeking Scale V (SSS V) jsou podškále věnovány otázky č. 3, 11, 16, 17, 20, 21, 23, 28, 38, 40 a týkají se sportovních aktivit nebo otázkám nebezpečného jednání (Kuban, 2006).

3.1.2 Vyhledávání zkušeností

Do této subkategorie zařazujeme „*tendenci vyhledávat nové zkušenosti prostřednictvím mysli a smyslů jako je například hudba, umění, cestování, seznámení se s nekonfortním životním stylem a nekonvenčními přáteli*“ (Kuban, 2006, str. 13). Do této skupiny lze zařadit i prožitky získané prostřednictvím gastronomie, ale i návykových látek, které nelze brát jako pozitivní a společností akceptovatelné. Mezinárodně ji označujeme anglickým názvem Experience Seeking – ES (Kirchner, 2003).

Dosažení prožitků v této oblasti je charakterizováno podložením schopností hlubšího smyslového vnímání individuality, mnohdy i nutnosti vlastnit talent či dlouhý dril. Mezi takové prožitky zařazujeme ty, kterých lze dosáhnout v oblasti umění – vnímáním vážné hudby, pozorováním uměleckých děl či přírodních úkazů. Tyto oblasti vyjadřují znalost prožívané skutečnosti. Takových pocitů lze dosáhnout i okamžitě, bez nutnosti dlouhé přípravy, prostřednictvím užívání drog, alkoholu či hraním herních automatů (Kuban, 2006).

V rámci testování dotazování vyjadřují touhu vyhledávat nové zkušenosti pomocí smyslů a mysli. Konkrétně se otázky zabývají tématy spojenými s uměním, cestováním,

gastronomií, zkušeností s návykovými látkami a vkusu. Položky v SSS V č. 4, 6, 9, 10, 14, 18, 19, 22, 26 a 37 se týkají této škály (Kuban, 2006).

3.1.3 Disinhibice

Tato podškála disinhibice, označována DIS, zahrnuje oblast míry respektování právních a morálních norem. Vyhledávání prožitků se dotýká různých druhů aktivit. Jedná se o aktivity ve společnosti. Konkrétně společenské večírky, popíjení, názory na sexuální činnost, postavení své osoby ve společnosti, společenské a legislativní normy. Jako prožitky v této sféře můžeme zmínit různé druhy investování, sázení, spekulace na burzách, hraní v kasinech. Výzkumy ukazují, že nižší hodnoty v rámci této podškály mají ženy, které jsou ve finanční sféře zdrženlivější než muži (Kirchner, 2003).

Podškály v SSS V se týkají otázky č. 1, 12, 13, 25, 29, 30, 32, 33, 35, 36 (Kuban, 2006).

3.1.4 Vnímavost v nudě

Poslední subkategorií v tendenci k vyhledávání mimořádných zážitků je vnímavost k nudě, označována jako Boredom Susceptibility – BS. Jedná se o oblast resistance vůči opakovaným zkušenostem a prožitkům různorodých druhů. Můžeme sem zařadit například rutinní práci, nudné lidi či jedince se zřejmými zájmy. Další složkou, kterou sem lze zařadit je touha po tvoření a vyhledávání sociálního zázemí. Tato touha se může projevit i nedočkavými reakcemi, pokud nedochází k žádoucím změnám (Kuban, 2006).

Tato oblast je speciální. Mezi kladné jevy lze zahrnout prožitky spojené při vytváření harmonického sociálního prostředí či dlouhodobé sociální působení například v rámci charitativní činnosti. Naopak mezi negativní jevy zařazujeme prožitky spojené s pasivním uspokojením, tedy neschopnost být koncentrován na jakoukoliv činnost (Kuban, 2006).

K této oblasti patří položky v SSS V č. 2, 5, 7, 8, 15, 24, 27, 31, 34 a 39. Testovaný jedinec vybírá položky, které se týkají záliby v důvěrně známých věcech, předvídatelnosti dějů nebo vztahu k rodinnému zázemí (Kuban, 2006; Kirchner, 2003).

3.2. Diagnostika tendence k vyhledávání prožitku

Psychodiagnostické metody pro zjišťování tendence k vyhledávání mimořádných prožitků se neustále inovují. V této kapitole se věnujeme dvěma nejčastějším inventářům, a to Sensation Seeking Scale a Arnett Inventory of Sensation Seeking.

3.2.1 Sensation Seeking Scale (SSS)

První z nich je metoda Sensation Seeking Scale vyvinuta autorem tohoto konceptu Zuckermanem. Autor ji vyvinul na počátku 60. let. Předpokládal, že lidé jsou odlišní na úrovni stimulace a vzrušivosti, a to pak ovlivňuje výběr jejich koníčků, zálib a aktivit (Kuban, 2003; 2006).

První metoda se skládala z 50 položek a byl sledován jen jeden všeobecný faktor. Roku 1964 proto byla verze dotazníku přepracována na SSS II. Díky následné analýze došlo ke zjištění, že lze pomocí metody zkoumat více faktorů a došlo k vytvoření verze SSS III, která byla sestavena ze 113 položek. Tedy náročnější verze jak pro respondenty, tak pro výzkumný tým. Následovalo opět přepracování a prvotní snahou bylo zkrácení inventáře. Verze SSS V, která byla vytvořena roku 1978, je v současné době nejpoužívanější. Škála se skládá z celkem 40 otázek. Každá z těchto položek zahrnuje dvě možnosti, které se navzájem vylučují. Respondent při vyplňování musí vždy jednu odpověď vybrat. V případě neshody ani s jednou odpovědí, volí možnost, která je pro něj přijatelnější. Všechny položky jsou rozděleny rovným dílem mezi čtyři základní subškály této teorie. Rozdělení otázek je čistě náhodné. (Kuban, 2003).

Metoda je používána a standardizována po celém světě. Existuje verze v italském, švédském, holandském, maďarském, polském, německém, hebrejském, španělském, japonském, finském, čínském, norském, francouzském i arabském jazyce. Česká standardizace této metody proběhla roku 2003 Kubanem (Kirchner, 2003).

Vyplněním škály, dostaneme celkový skóre, který vyjádří tendenci respondenta vyhledávat mimořádné prožitky. Zahrnuje mimo to i přizpůsobivost se novým životním událostem či způsobu života (Kuban, 2003).

Poslední dostupnou verzí SSS je roku 1984 vytvořená SSS IV. Liší se tím, že je rozdělena na dvě části. První část se ptá zkoumaných osob na zkušenosti. Dotazovaný ve svých odpovědích uvádí četnost činností. Zuckerman zde používá třístupňovou škálu Likertova typu, kdy 1 = Nikdy jsem to nedělal, 2 = Už jsem to jednou udělal a 3 = Udělal jsem to víc než jednou. V druhé části dotazníku respondenti uvádějí, zdali by o různé činnosti měli zájem. Zde je opět použita škála od 1 do 3, kdy 1 = Nechci to udělat, 2 = Napadlo mě to udělat, ale pravděpodobně to neudělám a 3 = Napadlo mě to udělat a udělám to, pokud budu mít příležitost. Položky týkající se tendence porušování zábran a vnímavost k nudě

nejsou v tomto inventáři zahrnuty, proto tato forma IV není náhradou za formu V (Kuban, 2006; Zuckerman, 2015).

3.2.2 Arnett Inventory od Sensation Seeking (AISS)

Dalším autorem, který se věnuje konceptu Sensation Seeking je Jeffrey Jensen Arnett, profesor na katedře psychologie v Massachusetts. Roku 1994 přišel s článkem, který výrazně kritizuje dosavadní práci Zuckermanna, konkrétně psychodiagnostickou metodu SSS V.

Arnett (1994) tvrdí, že metoda se aplikovala v mnoha výzkumech a byla platná a užitečná, nicméně má svá určitá omezení. Jako první vyzdvihuje problém nucené volby mezi dvěma tvrzeními. Uvádí, že tato volba může být pro respondenty až frustrující, v případech, kdy na ně platí obě tvrzení nebo naopak když se na ně žádné nevztahuje. Druhou překážkou v SSS V jsou položky týkající se fyzických aktivit. Tyto položky vyjadřují dle Arnetta spíše věkové rozdíly. Třetí chybou v inventáři jsou užitá slova, která jsou zastaralá z šedesátých až sedmdesátých let. Největší překážku ale vidí v přílišném používání otázek týkající se užívání drog, alkoholu a jiných návykových látek nebo sexuální chování.

Proto vyvinul svou novou škálu, kde se zaměřil na dva hlavní faktory. Za prvé klade Arnett „*větší důraz na roli proces socializace při formování sensation seeking*“ a za druhé klade „*větší důraz na potřebu novosti a komplexnosti stimulace*“ (Šucha, 2013, str. 73).

Ve výzkumech, které uskutečnil, vykazovali vyšší hodnoty v tendenci vyhledávání mimořádných zážitků muži než ženy. Rozdíl byl znatelný i mezi dospělými a dospívajícími. Ukázalo se, že rys sensation seeking s věkem klesá. Potvrdil také, že hledání mimořádných prožitků souvisí s rizikovým chováním (Arnett, 1994).

Inventář AISS zahrnuje celkem 20 tvrzení, které respondent označuje čísly 1-4. Číslo 1 znamená, že se s tvrzením respondent přesně shoduje, naopak číslo 4 respondenta vůbec necharakterizuje. Škála má celkem dvě subkategorie – intenzitu a novost. Každá z dvou uvedených subškál zahrnuje 10 položek. Intenzita se dokládá k množství podněcování smyslů. Novost pak k hodnocení otevřenosti vůči zkušenosti. I přesto, že obě metody mají mezi sebou signifikantní rozdíly, provedené výzkumy dokazují, že jsou obě metody v rámci svého užití, konzistentní (Ferrando & Chico, 2001; Šucha, 2013).

3.3. Specifika tendence k vyhledávání prožitků u hasičů

Dle dostupné literatury se uvádí, že profese jako policista, hasič či záchranář vykazují vysoké skóry v tendenci k vyhledávání mimořádných prožitků (Kirchner, 2003).

Lidská populace přichází s názorem, že policisté, zdravotničtí záchranáři a hasiči jsou lidé, kteří potřebují neustálý přísun adrenalinu (Jensen, 2015). Ne nadarmo vzniklo sousloví, že hasiči chodí do míst, odkud jiní utíkají.

Zuckerman (1979) rozvinul teorii, která definuje tendenci k vyhledávání pocitů jako lidskou vlastnost, která je specifická potřebou vyhledávání rozmanitých, neotřelých a komplexních vjemů. Tato definice se rozhodně ztotožňuje s definicí mimořádné události, která je rozmanitá a neotřelá.

Jensen (2015) uvádí, že hasiči musí být ve stavu excitace, aby si mohli užít zážitek jako je boj s ohněm. Pravdou je, že hasit oheň nedokážou všichni. Jedná se o mocný živel, který zabijí, pokud není včasně zachycen.

4 SOUČASNÉ VÝZKUMY

Bylo provedeno mnoho výzkumů, které zjišťovali úroveň syndromu vyhoření u záchranných složek, konkrétně u hasičů, policistů, zdravotnických záchranářů a vojáků. V této kapitole se ovšem zaměříme na výzkumy, které propojují dvě teorie, popsány výše v této práci, a to souvislost syndromu vyhoření s tendencí k vyhledávání mimořádných prožitků.

Výzkum, provedený roku 1996 u hasičského sboru v Salt Lake City odhalil, že hasiči, kteří dosáhli vysokého skóre v oblasti vyhoření, vykazovali i vysoké hodnoty v subškále vnímavost nudy. Ani v tomto výzkumu nevznikla korelace mezi celkovým skórem v tendenci k mimořádným prožitkům vůči syndromu vyhoření (Palmer & Spaid, 1996).

Texaská studie z roku 1999 hledala souvislost tendence k vyhledávání mimořádných prožitků a syndromu vyhoření u zdravotnické záchranné služby. Cílem bylo zjistit úroveň vyhoření a kroky k prevenci. Tento výzkum proběhl na celostátní konferenci, kde sesbíral celkem 425 respondentů. Mezi dotazovanými byli profesionální zdravotníci, ale i dobrovolníci. Byla prokázána slabá pozitivní korelace mezi tendencí vyhledávat mimořádné prožitky a syndromem vyhoření. Nicméně v závěru práce se hovoří, že tendence k vyhledávání mimořádných prožitků není ochranou před syndromem vyhoření. U dotazovaných zdravotnických záchranářů, kteří vykonávají práci, jako své hlavní povolání, byly zjištěny vyšší skóry v sensation seeking i v syndromu vyhoření. U služebně starších byla úroveň syndromu vyhoření nižší (Chng, C. L., & Eaddy, S., 1999).

V roce 2010 publikovali Silva a Queirós v Portugalsku studii týkající se souvislosti tendence k vyhledávání mimořádných prožitků a syndromu vyhoření u městské policie v Portu. Celkem se studie zúčastnilo 70 policistů ve věku mezi 32 a 57 lety. Mezi metody, které výzkumníci použili, byl Maslach Burnout Inventory a Sensation Seeking Scale V. Cílem této práce bylo identifikovat úroveň syndromu vyhoření a ověřit, zdali syndrom vyhoření souvisí s tendencí vyhledávání mimořádných prožitků, kdy je tato tendence brána jako ochranný rys osobnosti vůči syndromu vyhoření. Výsledky výzkumu přinesly následující. Syndrom vyhoření se vyskytoval nejvíce na úrovni emocionálního vyčerpání. Korelace mezi syndromem vyhoření a tendencí k vyhledávání mimořádných prožitků byla

negativní. Byla ale nalezena pozitivní signifikantní korelace mezi subkategorií depersonalizace a disinhibice.

Roku 2012 byl opět v Portugalsku publikován výzkum v rámci dizertační práce týkající se souvislosti mezi tendencí k vyhledávání mimořádných zážitků, pracovní angažovaností a syndromem vyhoření u pomáhajících profesí. Konkrétně se studie zúčastnilo 79 techniků ze záchranné služby města Coimbra. Metodika byla založena na třech psychodiagnostických metodách a to: Sensation Seeking Scale, Maslachové škála vyhoření a Utrechtská škála pracovního angažovanosti. Studie předpokládá, že angažovanost je v práci velmi důležitá, protože pracovníci pak mají smysl pro energii, jsou s prací lépe spjati a dokážou se tím vypořádat i s méně pozitivními stránkami svého povolání. Výsledkem výzkumu bylo zjištění, že technici záchranné služby měli celkově střední hodnoty v dotazníku SSS, konkrétně nízké hodnoty v subškále BS, střední v ES a DIS a vyšší v subkategorii TAS. Autor práce zmiňuje, že v přednemocniční péči je přítomna nadměrná produkce adrenalinu, která může způsobit návyk na silné emoce anebo syndrom vyhoření. Střední hodnoty v SSS lze vysvětlit dlouhodobým vzrušením. Byly zjištěny rozdíly mezi muži a ženami, kdy muži vykazovaly vyšší hodnoty v inventáři SSS. Ve zbývajících dvou dotaznících žádné významné rozdíly prokázány nebyly. Autor uvádí, že pracovníci prokazují velkou oddanost, angažovanost a radost z tvrdé práce, kterou vykonávají, proto mívají také nízkou hladinu vyhoření (Sampaio, 2012).

Další výzkum se týkal dobrovolných hasičů v okrese Porto v Portugalsku. Cílem práce bylo poznání úrovně sensation seeking, zvládání stresu a angažovanosti, a ověření souvislosti mezi těmito proměnnými. Výzkum uskutečnil v roce 2012 psycholog Moreira. Tvrdí, že být hasičem je víc než profese. Jedná se o vysoké odhodlání a každodenní riskování pro druhé na úkor rodiny a přátel. Výzkumný soubor čítal 1276 hasičů, byly použity metody Sensation Seeking Scale – V, Brief Cope, Utrecht Work Engagement Scale. Výsledky ukázaly, že hasiči mají střední úroveň v tendenci k vyhledávání mimořádných prožitků, vysoké hodnoty v angažovanosti a adekvátní v copingu. Nejvyšší hodnoty v testu SSS-V byly zaznamenány u žen a u hasičů, kteří nejsou na velitelských pozicích, mají odslouženo méně let, jsou bezdětní a svobodní (Moreira, 2012).

Výzkum, který by se týkal dobrovolných hasičů v souvislosti s teorií mezi sensation seeking a syndromem vyhoření, jsme v literatuře nenašli. Proto jsme se rozhodli pro tuto bakalářskou práci souvislost mezi syndromem vyhoření a tendencí vyhledávat mimořádné prožitky uskutečnit.

VÝZKUMNÁ ČÁST

5 VÝZKUMNÝ PROBLÉM

Každý den se musí hasič připravit na neočekávané situace. V rámci několika sekund přechází tělo hasiče z klidového režimu do maximálního vzrušení. Po zaznění poplachu, který svolává jednotku k výjezdu, se zvyšuje hasičovi systolický krevní tlak, dechová frekvence i srdeční tep. Tento scénář se neustále opakuje, a to nezávisle na denní či noční hodině. V důsledku toho jsou hasiči vystaveni neustálému cyklu klidu vůči maximálnímu vzrušení (Jensen, 2005). Lze tedy předpokládat velkou úroveň stresu a tím potencionální rozvoj syndromu vyhoření. Profesionální hasiči jsou ve službě a musejí s výše popsáním koloběhem počítat. Oproti tomu dobrovolní hasiči jsou v tomto koloběhu 24 hodin denně, 7 dní v týdnu. Poplach může přijít kdykoliv. Když dobrovolný hasič spí, pracuje na zahradě, chystá se na výlet s rodinou. Pokud se na to podíváme, dobrovolný hasič čelí hned několika stresovým situacím po vyhlášení poplachu jednotce. Musí všeho nechat a vyrazit na zbrojnici. Na hasičské zbrojnici se musí převléknout do zásahového oděvu, připravit veškeré věcné a technické prostředky dle typu nahlášené události. To vše musí stihnout v časovém limitu 5 nebo 10 minut. Následuje stres spojený s otázkami, co se na místě mimořádné události přesně děje. Z pár slov od operačního střediska si dokáže každý dokáže zobrazit něco jiného. Situace na místě může být úplně rozdílná. V místě události pak přichází míra zodpovědnosti, empatie, hrdinství. Po zásahu je nutné připravit techniku na další výjezd.

Míra stresu u dobrovolných hasičů může být skutečně vysoká. Pokud bude dobrovolný hasič vykazovat známky syndromu vyhoření, tedy stagnaci, frustraci, nechuť k jakékoli činnosti, pak se může stát, že přestane zajišťovat i činnost ve výjezdové jednotce. To může znamenat ohrožení akceschopnosti jednotky a narušení celého plošného pokrytí jednotkami dobrovolných hasičů. Což určitě není žádoucí. V případě, že vypadne jedna jednotka, zpozdí se tím pomoc lidem, zvířatům a majetku mimořádnou událostí. Hašení požárů i přítomnost na místě těžkých dopravních nehod a dalších mimořádných událostí je vysoce namáhavá. Jedním z motivů hasiče, proč vykonávat tuto činnost, by mohla být právě tendence k vyhledávání mimořádných prožitků. Tato tendence je charakteristická touhou podílet se na nových, nebezpečných a monumentálních rizicích za účelem dosažení vzrušení (Jensen, 2015).

Ve rámci několika výzkumů, které jsme uváděli již v kapitole „výzkumy“ vycházeli hasiči, policisté a vojáci v rámci testování tendence k vyhledávání mimořádných událostí ve vyšších hodnotách. Domníváme se, že lidé, vyhledávající vzrušení budou lépe zvládat stresové situace a obecně budou umět lépe se stresem pracovat. Ruku v ruce s tím přichází i výše uvedená teorie, že hasič s vysokou tendencí v konceptu sensation seeking bude více motivován tím, že zažije nové a vzrušující zážitky, které neodmyslitelně k činnosti hasiče patří.

Druhou stránkou věci je skutečnost, že pokud budou mít dobrovolní hasiči vysoké skóry v testu tendence k vyhledávání mimořádných událostí, budou méně ohroženi syndromem vyhoření. Tím pádem nedojde k ohrožení akceschopnosti jednotky ani k narušení plošného pokrytí. Naopak dobrovolní hasiči s nízkými skóry v tendenci k vyhledávání mimořádných prožitků, budou náchylnější a ohroženější skupinou vůči stresovým situacím. Je tedy lepší brát do výjezdové jednotky sboru dobrovolných hasičů lidi, kteří mají vysokou tendenci k vyhledávání mimořádných prožitků?

Cílem této bakalářské práce je vzhledem ke skutečnosti, že dobrovolným hasičům není věnována taková pozornost, jaká by měla.

Dále se budeme věnovat dílčím cílům. Zajímá nás, jak souvisí věk dobrovolných hasičů s tendencí k vyhledávání mimořádných prožitků. Domníváme se, že hasiči starší i ti služebně starší budou méně vyhledávat rizikové situace. Nabízí se další možnost zkoumání a to, zdali hasiči, kteří již mají odslouženo více let budou méně vyhledávat nové vzrušující zážitky.

V českém prostředí bylo provedeno několik studií v souvislosti s teorií sensation seeking. Věnovali se řidičům, drogově závislým, aktivním sportovcům. Bohužel žádná z nich se nevěnovala dobrovolným hasičům. Chceme tedy zmapovat hodnoty v sensation seeking právě na základním souboru dobrovolných hasičů.

6 TYP VÝZKUMU A POUŽITÉ METODY

Tato kapitola detailněji popíše čtenáři použité testové metody a hypotézy, které jsme si pro tento výzkum stanovili.

Výzkum v této bakalářské diplomové práci je kvantitativní. Hledáme v něm sílu vztahu mezi dvěma testovými metodami, a to mezi inventářem tendence k vyhledávání mimořádných událostí a syndromu vyhoření. Tyto testové metody popíšeme v textu dále. V této bakalářské práci se výzkum opírá o korelační studii.

Součástí dotazníku byly i otázky zaměřující se na osobu respondenta. Tedy pohlaví, věk, délka působení v jednotce dobrovolných hasičů, počet výjezdů apod.

Účastníky výzkumu byly dobrovolní hasiči, kteří působí ve výjezdových jednotkách sborů dobrovolných hasičů obce, tedy v JPO II, JPO III a JPO V na území České republiky. Jednalo se o respondenty starší 18 let.

6.1. Sensation Seeking Scale V

Inventář Sensation Seeking Scale V se skládá ze 40 položek. Každá z nich zahrnuje dvě možnosti, které se navzájem protiřečí. Uchazeč výzkumu si musí při vyplňování zvolit jednu možnost. V případě, že se respondent neshoduje ani s jednou odpovědí, volí možnost, která je pro něj přijatelnější. V případě, že se mu líbí obě odpovědi, volí možnost, kde jsou jeho zájmy a záliby vyjadřovány lépe. Všechny položky jsou rozděleny rovným dílem mezi čtyři základní subškály. Každá subškála má tedy 10 položek (Kuban, 2000; 2003).

V České republice existuje standardizovaná forma tohoto inventáře, kterou vytvořil Kuban roku 2006. V tomto výzkumu se tedy opíráme a používáme tuto metodu. Vyhodnocení této metody probíhá na základě zjištění hrubého skóru. Hasiči, kteří v inventáři dosáhli 13 a více bodů mají vysokou tendenci k vyhledávání mimořádných prožitků, naopak hasiči s 10 a méně body jsou klasifikováni jako ti, co mají nízkou tendenci k vyhledávání mimořádných událostí (Jensen, 2015).

Následující tabulka zobrazuje ukázky položek z dotazníku.

Tabulka 1: Škály a ukázkové položky inventáře SSS V

Škála	Popis škály a ukázka položek
Vyhledávání napětí a vzrušení (TAS)	<p>Tato škála se zabývá touhou jedinců pro vyhledávání zážitků prostřednictvím sportovních činností včetně podstupování sportů, které jsou nebezpečné a představují pro jedince riziko.</p> <p>A) <i>Často si přeji, abych mohl(a) být horolezcem (kyní).</i> B) <i>Nepochopím lidi, kteří riskují své životy tím, že lezou po skalách. (inverzní)</i></p>
Vyhledávání zkušeností (ES)	<p>Škála zahrnuje položky věnující se touze vyhledávat nové prožitky prostřednictvím smyslů a myslí.</p> <p>A) <i>Nemám rád(a) jakékoliv tělesné vůně. (inverzní)</i> B) <i>Mám rád(a) některé z tělesných pachů.</i></p>
Disinhibice (Dis)	<p>Položky v této škále se věnují otázkám vyhledávání mimořádných prožitků formou míry respektování v oblasti legálních, sociálních a morálních norem.</p> <p>A) <i>Dávám přednost klidným večírkům s dobrou konverzací. (inverzní)</i> B) <i>Mám rád(a) divoké nezávazné večírky.</i></p>
Vnímatost nudy (BS)	<p>Škála, která zahrnuje položky, které naznačují averzi vůči zážitkům, které se v životě jedince opakují. V této škále jsou zkoumány i reakce, pokud nedochází ke změnám.</p> <p>A) <i>Jsou některé filmy, které s potěšením shlédnu podruhé nebo dokonce i potřetí.</i> B) <i>Nemohl(a) bych se dívat na film, který jsem už jednou viděl. (inverzní)</i></p>

6.2. Maslach Burnout Inventory

Inventář Maslach Burnout Inventory (MBI) obsahuje celkem 22 položek. Skládá se z celkem tří podškál – podškála pro emocionální vyčerpání (EE), subškála pro depersonalizaci (DP) a poslední se dotýká seberealizace jedince (PA). Emocionálního vyčerpání se týká 9 výroků, depersonalizace 5 položek a seberealizace osm položek. Respondent si v inventáři přečte položku a následně vybírá na škále 0–6 hodnotu, která představuje, do jaké míry se jej výrok týká. V případě, že lidé dosáhnou vysokého skóre na subškále emocionálního vyčerpání a depersonalizace, a naopak mají méně bodů v oblasti seberealizace, nachází se v současné chvíli ve fázi vyhoření (Maroon, 2012).

V inventáři jsme pro účely našeho výzkumu pozměnili slovo pacient/klient za člověk/lidé zasažení mimořádnou událostí či jedinec/lidé na místě zásahu, pro lepší pochopení naší cílovou skupinou. Naše cílová skupina jsou dobrovolní hasiči, nikoliv doktoři. Proto se nehodil slovní obrat pacient či klient.

Metoda je vyhodnocena pomocí zjištění hrubého skóre u respondentů. Každá ze škál se hodnotí zvlášť.

Tabulka 2: Škály a ukázkové položky inventáře Burnout Syndrome Inventory od Maslachové

Škála	Popis škály a ukázka položek
Emocionální vyčerpání (EE)	Tato škála vyhodnocuje úroveň citové únavy, ztráty chutě do života či nedostatečných sil pro jakoukoliv aktivitu. <ul style="list-style-type: none">- <i>Práce mě citově vysává.</i>- <i>Moje práce mi přináší pocity marnosti, neuspokojení.</i>
Depersonalizace (DP)	Škála se věnuje projevům psychického vyčerpání. <ul style="list-style-type: none">- <i>Mám pocit, že někdy s lidmi na místě zásahu jedním jako s neosobními věcmi.</i>- <i>Cítím, že mi lidé na místě zásahu přičítají některé své problémy.</i>
Seberealizace (PA)	Položky v rámci této škály vyhodnocují snižování sebedůvěry a sebehodnocení jedince. <ul style="list-style-type: none">- <i>Dovedu u lidí na místě zásahu vyvolat uvolněnou atmosféru.</i>- <i>Za roky své práce jsem udělal(a) hodně dobrého.</i>

6.3. Formulace hypotéz ke statistickému testování

V této kapitole se zaměříme na popsání jednotlivých hypotéz, které vznikly v návaznosti na výzkumný cíl, který jsme čtenáři již představili v kapitole č. 5. Jedná se o alternativní hypotézy.

Výzkumné hypotézy:

H1: Dobrovolní hasiči, kteří dosáhli vysokého skóre v SSS V, budou vykazovat nízké hodnoty v inventáři syndromu vyhoření.

Stres bývá pro hasiče extrémní, ale pokud se jedná o osobnost, která se dokáže se stresem vypořádat, nemusí mít žádné psychické ani fyzické potíže (Jensen, 2015). V naší hypotéze předpokládáme, že hasiči mají vysokou tendenci k vyhledávání mimořádných prožitků a nízké hodnoty v syndromu vyhoření.

H2: Dobrovolní hasiči, kteří slouží u jednotky více let, mají nižší hodnoty na subškále TAS než ti hasiči, kteří jsou u jednotky krátce.

Předpokladem této hypotézy je skutečnost, že hasiči, kteří jsou u jednotky delší dobu, jsou již zvyklí na mimořádné události za roky, které u jednotky dobrovolných hasičů slouží. Hasiči služebně mladší prahnou po nových zkušenostech a prožitcích.

H3: Starší dobrovolní hasiči mají nižší hodnoty v SSS V než mladší dobrovolní hasiči.

Tato hypotéza se opírá o Zuckermanovu teorii, že s věkem klesají hodnoty v SSS. Tato hypotéza byla již zkoumána v několika výzkumech i samotným autorem tohoto konceptu. Nejvyšší hodnoty mají lidé v období adolescence a mladé dospělosti, pak hodnoty s přibývajícím věkem klesají. (Zuckerman, 1978).

H4: Průměrné hodnoty v inventáři syndromu vyhoření jsou rozdílné u dobrovolných hasičů, kteří jsou zároveň profesionálními hasiči ve výjezdu a u dobrovolných hasičů, kteří mají jinou profesi než profesionální hasič.

Hypotéza vychází z teorie, že profesionální hasiči, kteří slouží zároveň v dobrovolných jednotkách, se setkávají s vzrůstajícím stresem nejen v rámci svojí profese, ale i ve svém volném čase, když vykonávají dobrovolnou činnost ve výjezdové jednotce.

7 SBĚR DAT A VÝZKUMNÝ SOUBOR

Tato kapitola poskytne popis o sběru dat a výzkumném souboru. Součástí této kapitoly je i popis etických aspektů této práce.

7.1. Sběr dat

Data pro výzkum byla získávána pomocí internetového dotazníku od konce měsíce ledna 2022 do začátku měsíce března 2022. Díky internetovému dotazníku docházelo k šíření pomocí sociálních sítí, konkrétně za pomoci Facebooku a Instagramu. Dále probíhalo oslovování prostřednictvím emailové korespondence přímo s veliteli jednotek dobrovolných hasičů, které známe osobně. Byla využita metoda sněhové koule, kdy byl dotazník šířen za pomoci dalších dobrovolných hasičů i mezi další jednotky v dalších krajích. Osvědčilo se i sdílení dotazníku na stránkách Školního a výcvikového zařízení Hasičského záchranného sboru České republiky ve Zbiroze. Shrnutím na závěr se jednalo o samovýběrový a příležitostný výběr.

Cílem bylo získat alespoň 70 dobrovolných hasičů napříč Českou republikou to z JPO II, III a V, abychom měli pokryty všechny kategorie dobrovolných hasičů.

Podmínkou pro možnost vyplnění dotazníku bylo aktivní členství a fungování v jednotce dobrovolných hasičů. Pohlaví nebylo omezeno, ačkoliv v některých jednotkách nepřijímají podobně jako profesionální hasiči do výjezdu ženy z důvodu nesouladu s právními předpisy.

7.2. Výzkumný soubor

Základní soubor, ze kterého vycházel náš výzkumný soubor, čítá 6389 jednotek sborů dobrovolných hasičů na území České republiky. Dle vyhlášky 247/2001 Sb., o organizaci a činnosti jednotek požární ochrany musí JPO II mít minimálně 12 aktivních členů, JPO III rovněž 12 a JPO V 9 hasičů. Pokud bychom počet jednotek v České republice zprůměrovali, získáme přibližné číslo 70 300 aktivních hasičů, kteří pomáhají v nesnázích.

Náš výzkumný soubor nakonec čítal 83 respondentů, z nichž jsme vyřadili 2 osoby, které nesplňovaly dané parametry. V jednom případě se jednalo o muže, který nedostatečně

vyplnil část dotazníku. Druhý případ byla žena, která i přesto, že dotazník vyplnila celý, uvedla, že funguje ve sboru dobrovolných hasičů, ale není členem výjezdové jednotky. Proto jsme tyto dva respondenty z celkového souboru vyřadili. Celkový výzkumný soubor tedy činí 81 dobrovolných hasičů, fungujících ve výjezdových jednotkách sborů dobrovolných hasičů obcí.

Z celkového počtu hasičů bylo zaznamenáno 6 žen a 75 mužů. Průměrný věk se pohyboval kolem 30 let věku. Podrobnější informace o výzkumném souboru přináší následující tabulka. V rámci rozdělení pohlaví mužů a žen na 75 ku 6, nebudeme pohlaví rozdělovat a budeme nadále pracovat se skupinou dobrovolných hasičů, která nebude rozdělena na skupinu žen a mužů.

Tabulka 3: Deskriptivní charakteristika výzkumného souboru mužů a žen z hlediska věku

Skupina	Počet	Průměr	Směrodatná odchylka	Minimum	Maximum
Ženy	6	26,8	6,8	20	37
Muži	75	30,0	10,5	18	61
Celkový soubor	81	29,8	10,3	18	61

Jedna z otázek v dotazníku se dotazovala na kategorii jednotek požární ochrany a na počet událostí, u kterých daná jednotka zasahovala v roce 2021. Následující tabulka ukazuje čtenáři bližší informace. Nejvyšší počet výjezdů byl 333 výjezdů za rok u JPO II, naopak nejnižší počet je jeden výjezd u jednotky z kategorie JPO V.

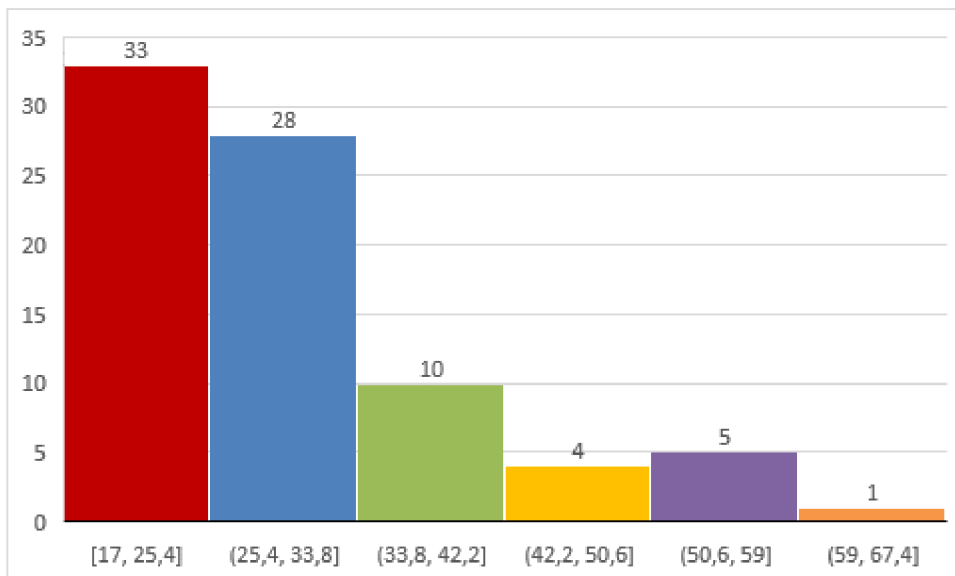
Tabulka 4: Deskriptivní charakteristika výzkumného souboru dle kategorie JPO z hlediska počtu výjezdů.

Skupina	Počet	Průměr výjezdů	Směrodatná odchylka	Minimum	Maximum
JPO II	17	134,5	93,0	10	333
JPO III	54	52,1	28,8	9	120
JPO V	11	14,5	10,2	1	30
Celkový soubor	82	64,2	62,1	1	333

Vzhledem k náročnosti dobrovolnické činnosti hasiče, se předpokládá nižší věk. Zejména z hlediska výkonnosti. Každý hasič musí absolvovat a mít jisté dispozice pro ty nejhorší situace, které vyžadují značnou fyzickou kondici. Proto byl konstatován předpoklad, že

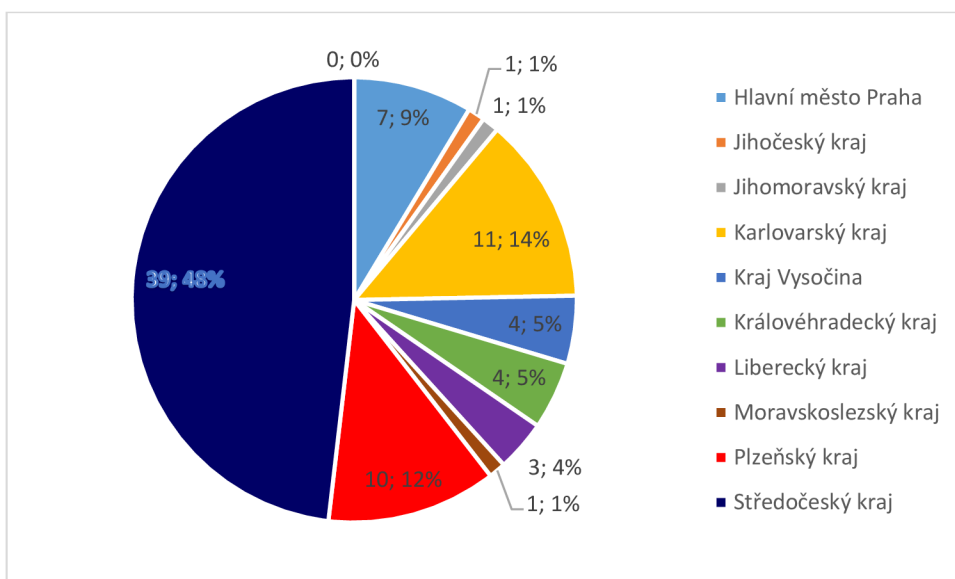
výzkumný soubor bude čítat spíše mladší ročníky, i vzhledem ke skutečnosti, že byl dotazník dostupný pouze v internetovém prostředí. Rozdělení věkových kategorií zobrazuje následující graf.

Graf 1 Věk dobrovolných hasičů



Následující graf zobrazuje rozdělení respondentů dle krajů, ve kterém dobrovolná jednotka působí. Nejvíce je zastoupení ve Středočeském kraji, kde dotazník vyplnilo 39 hasičů, následuje Karlovarský kraj s 11 respondenty. Plzeňský kraj má zastoupení v 10 hasičích. Nejmenší účast, vždy po jednom dotazníku, se podařilo získat z Jihočeského, Jihomoravského a Moravskoslezského kraje. Žádné respondenty nemáme z Ústeckého, Pardubického, Zlínského a Olomouckého kraje.

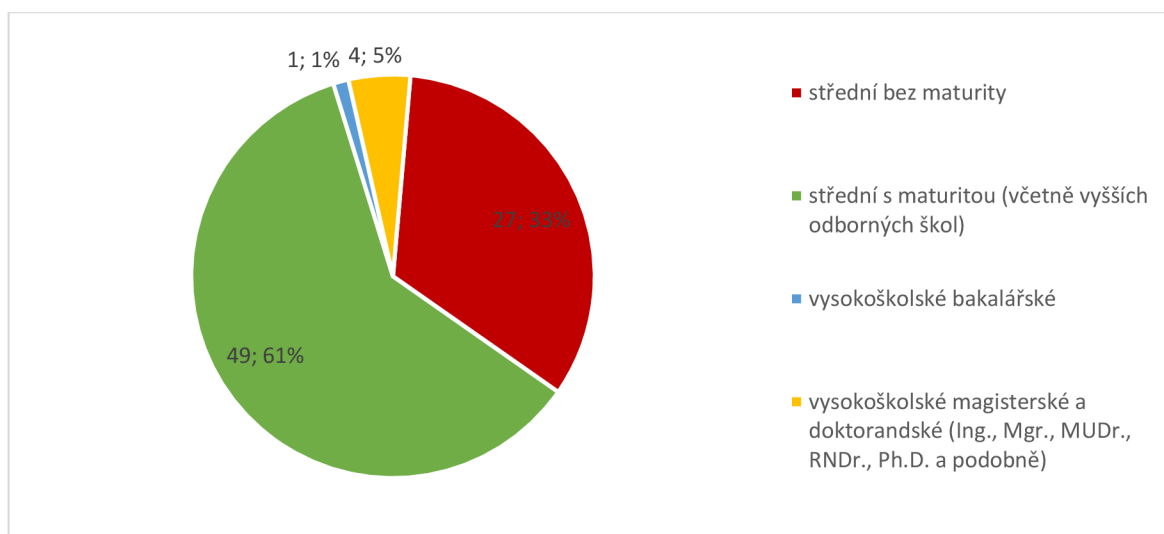
Graf 2 Působení dobrovolných hasičů dle krajů



Celkem se dotazníku zúčastnilo 17 profesionálních hasičů, kteří působí zároveň i v jednotce sboru dobrovolných hasičů.

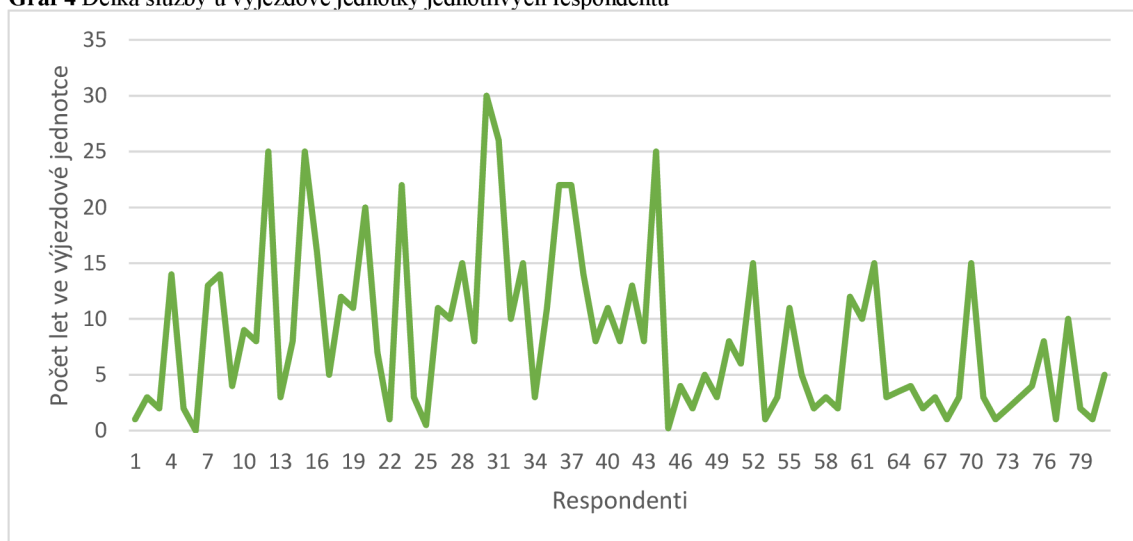
Další z otázek se dotazovala na úroveň nejvyššího dosaženého vzdělání. Z celkového počtu se v dotazníku objevilo 27 hasičů se středním vzděláním bez maturity, dále 49 osob mělo střední vzdělání s maturitou anebo vyšší odborné vzdělání. Jeden z dotazovaných disponoval titulem Bc. a čtyři respondenti absolvovali magisterský, doktorandský či jiný studijní program.

Graf 3 Vzdělání hasičů



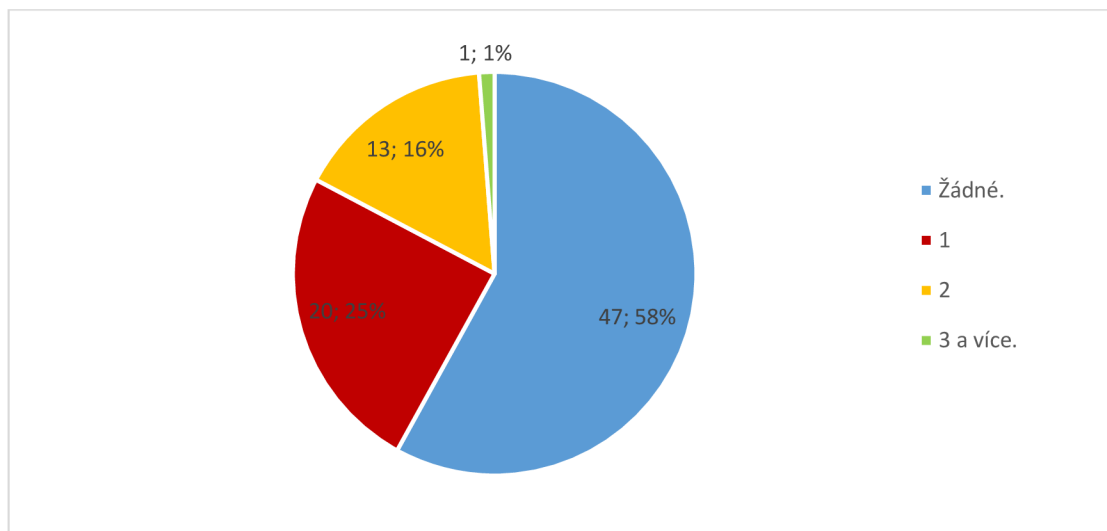
Ve výzkumu jsme se zaměřili i na délku praxe jednotlivých hasičů. Nejdéle je u hasičů dotazovaný, který slouží u jednotky 30 let. Nejméně naopak hasič, který je u jednotky 2 měsíce.

Graf 4 Délka služby u výjezdové jednotky jednotlivých respondentů



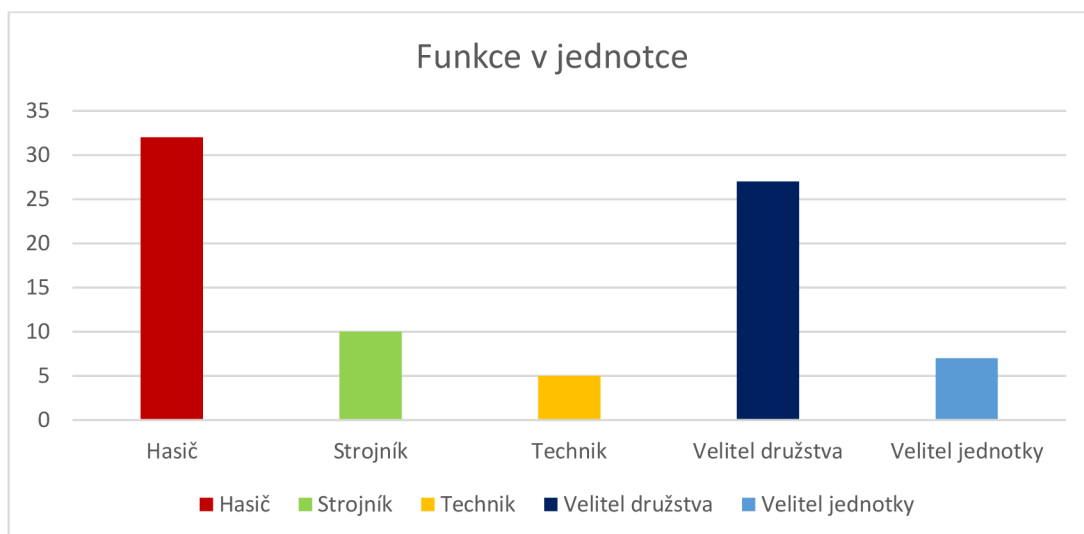
V dotazníku jsme se respondentů ptali i na děti, které žijí s hasiči ve společné domácnosti. Následující graf ukazuje hasiče, kteří žijí s jedním, dvěma či více dětmi anebo naopak, kteří žádné dítě nemají. Největší skupinou jsou hasiči, kteří nemají žádné dítě. Celkem jich je 47. Naopak se třemi a více dětmi žije ve společné domácnosti jeden respondent.

Graf 5 Společné soužití hasičů s dětmi ve společné domácnosti



Jedna z otázek se dotazovala hasičů na jednotlivé funkce, které vykonávají v jednotce. Dotazovaní měli možnost výběru z několika položek. Položky se mohly navzájem sčítat, proto není výjimkou, že jeden hasič může mít až čtyři funkce. Celkem se výzkumu zúčastnilo 7 velitelů jednotek, 27 velitelů družstev, 13 techniků, 32 strojníků, 65 hasičů. V rámci rozřídění dat jsme u respondenta, který uvedl více funkcí najednou vybrali tu nejvyšší možnou funkci a tím vytvořili ordinární data. Vzestupně tedy seřazení vypadá následovně: hasič – strojník – technik – velitel družstva – velitel jednotky.

Graf 6 Funkce respondentů v jednotce dobrovolných hasičů



7.3. Etické hledisko a ochrana soukromí

Získaná data v rámci výzkumu byla získávána anonymně a dobrovolně. V úvodu dotazníku, který byl vytvořen pro tuto práci, byl uveden informovaný souhlas, který respondenti potvrdili tlačítkem „další“. Osoby byly upozorněny na to, že kdykoliv mohou dotazník přerušit a tím být z výzkumu vyřazeni. Zároveň jsme je ujistišovaly, že se nikdo nedozví, jak odpovídaly.

V úvodu internetového dotazníku bylo uvedeno, proč chceme tento dotazník vyplnit, čeho se výzkum týká a jak bude následně nakládáno se získanými údaji. Byly zde popsány jednotlivé části dotazníku včetně časové náročnosti. Na závěr úvodu byl poskytnut kontakt pro případné dotazy osob, které mohly vzniknout v rámci samotného výzkumu či k jednotlivým testům.

8 PRÁCE S DATY A JEJÍ VÝSLEDKY

V této kapitole jsou zdokumentovány všechny kroky, které jsme používali při práci se získanými daty.

8.1. Metody zpracování dat

Data byla vyhodnocena prostřednictvím programu MS Excel a STATISTICA. Získaná data byla nejprve převedena do tabulky a následně do číselné podoby, tak aby se dalo s daty lépe pracovat. Následně jsme přistoupili ke kroku vyhodnocení jednotlivých hypotéz pomocí korelační analýzy ve statistickém programu. Výsledná data jsou popsána a pomocí tabulek reprezentována v následující kapitole.

8.2. Vyhodnocení výzkumu

V rámci této bakalářské práce byl proveden výzkum s celkovým počtem 81 hasičů ($n=81$). Naším záměrem je zkoumání několika vztahů mezi proměnnými jako je hrubý skór v SSS, hrubý skór v jednotlivých subškálách u Burnout Maslach Inventory, dále jsme pracovali s proměnnými věku a dobou služby u dobrovolné jednotky.

8.2.1 Souvislost mezi SSS a syndromem vyhoření

První z hypotéz se věnovala zkoumání vztahu mezi hrubými skóry (HS) z inventářů SSS V a MBI. Prvním z kroků bylo ověření normálního rozdělení dle Shapiro-Wilkova testu. Dále byla provedena korelační analýza. Díky tomuto kroku jsme mohli zjistit souvislost mezi HS, které dosáhli respondenti v inventáři SSS V i MBI.

V inventáři SSS V mohli hasiči dosáhnout maximálního počtu 40 bodů. Minimální hodnota z testu odpovídá 0. Normální rozdělení jsme ověřili pomocí Shapiro-Wilkova testu ($W=0,96$ a $p=0,06$).

Pro lepší orientaci a přehlednost uvádíme deskriptivní tabulku výsledků v jednotlivých inventářích.

Tabulka 5: Deskriptivní charakteristika v jednotlivých subškálách a celkového skóre SSS v testu SSS V.

Skupina	Počet	Průměr	Směrodatná odchylka	Minimum	Maximum
TAS	81	5,16	2,56	0	10
ES	81	4,49	1,84	1	9
DiS	81	4,27	2,07	0	9
BS	81	2,11	1,40	0	6
Celkový soubor	81	16,04	5,1	6	29

U inventáře MBI se hodnotí každá ze škál zvlášť. U emocionálního vyčerpání se považuje dotazovaný za vyhořelého při získání 17 a více bodů. U podškály depersonalizace, pokud dosahuje 13 a více bodů a u poslední subkategorie seberealizace, se za vyhořelého považuje člověk, který má skóre 31 a méně bodů (Dlouhá, 2018).

Maximum možných bodů na subškále emocionálního vyčerpání je 63 bodů, v podkategorii depersonalizace 35 bodů a na subškále osobního uspokojení 56 bodů. Opět pro snazší orientaci uvádíme deskriptivní tabulku a grafy jednotlivých výsledků inventáře MBI

Tabulka 6: Deskriptivní charakteristika skóre v MBI.

Skupina	Počet	Průměr	Směrodatná odchylka	Minimum	Maximum
EE	81	16,68	11,94	1	48
DP	81	9,8	4,85	2	21
PA	81	23,23	5,07	9	33

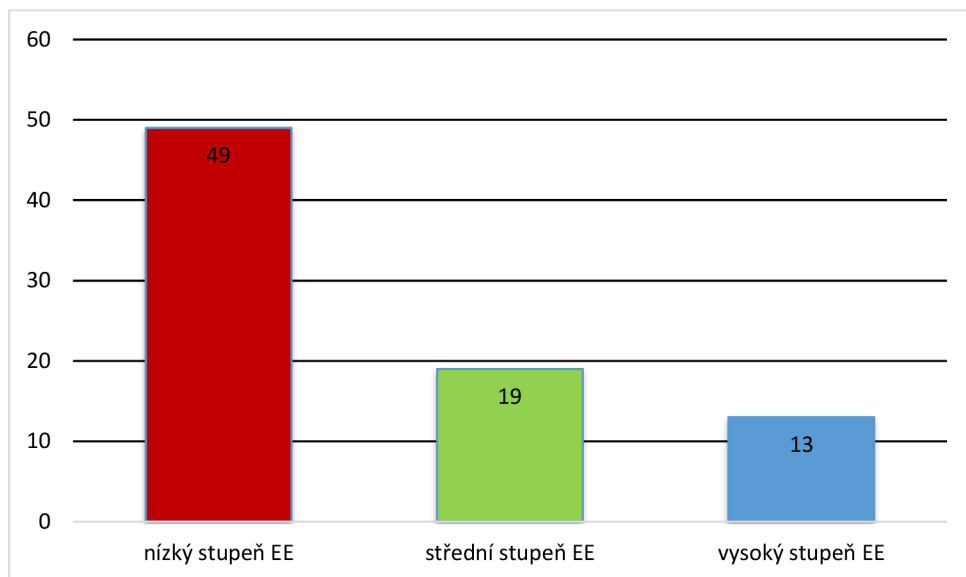
Pomocí programu STATISTICA bylo ověřeno normální rozdělení, které bohužel nebylo v případě subškály EE a DP potvrzeno. U EE vycházejí hodnoty $W=0,91$; $p=0,00002$. U DP $W=0,95$; $p=0,002$. U subškály PA bylo normální rozdělení potvrzeno hodnotami $W=0,98$; $p=0,26$.

V rámci vyhodnocení dat byl u subškál EE a DP použit výpočet Spearmanova korelačního koeficientu. U vyhodnocení souvislosti subškály PA a SSS byl vypočten Pearsonův korelační koeficient.

Z celkového počtu 81 osob dosahuje vysokého stupně emocionálního vyčerpání 13 hasičů. Střední stupeň vyhoření se vyskytuje u 19 osob a nízký stupeň u 49 osob. Maximum

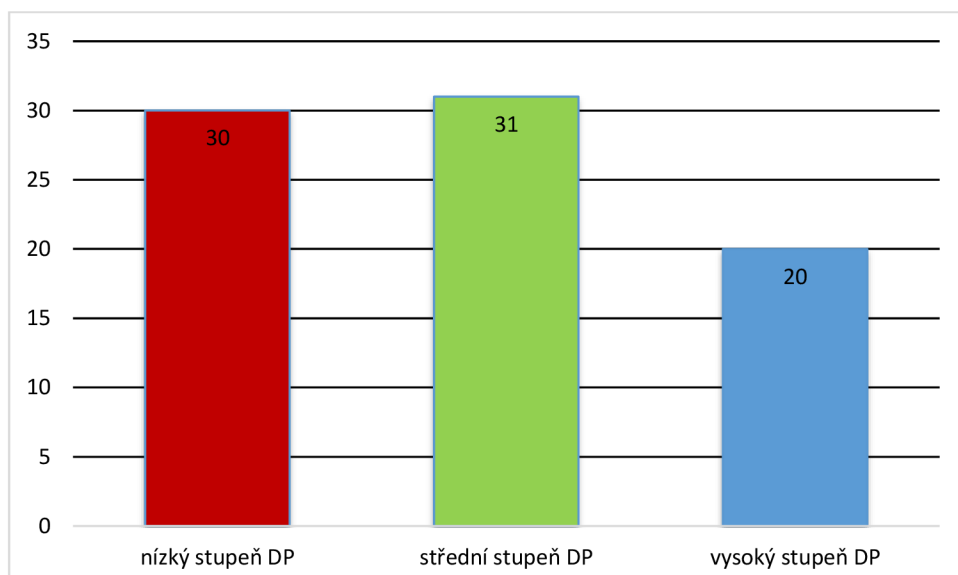
naměřené hodnoty bylo 48 bodů. Minimální počet bodů bylo dosažení 1 bodu. Pro lepší orientaci přikládáme graf.

Graf 6 Úroveň emocionálního vyčerpání u hasičů



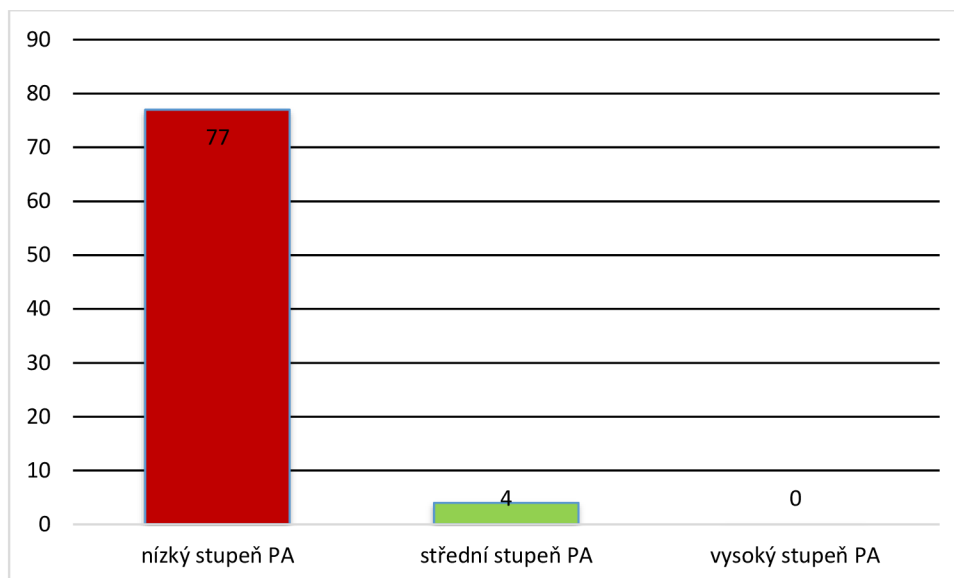
Subškála depersonalizace odhalila vysokou úroveň vyhoření u celkem 20 osob, střední stupeň vyhoření u 31 osob a nízký stupeň vyhoření u 30 osob. Maximální dosažená hodnota se rovná číslu 21 a nejnižší naměřená hodnota je 2. Rozložení úrovní je lépe viditelné v příloženém grafu.

Graf 7 Úroveň depersonalizace u hasičů



Na subškále stupně osobního uspokojení nebyl v kategorii vysokého stupně nalezen žádný hasič, na střední hodnotě jsou 4 osoby z výzkumu a celkem 77 respondentů dosahuje nízké úrovně.

Graf 8 Úroveň osobního uspokojení u hasičů



Z celkového počtu 81 respondentů je v rámci všech tří subškál potvrzený syndrom vyhoření u 12 dobrovolných hasičů.

Jak jsme již psali výše, pro ověření vztahu mezi jednotlivými subškálami MBI a SSS V jsme využili korelační analýzu. Jako první jsme provedli korelační analýzu mezi subškálou emocionálního vyčerpání a celkovým HS v SSS V. Na základě dosažených výsledků, které jsou pro lepší přehlednost zobrazeny v tabulce nulovou hypotézu nezamítáme a alternativní hypotézu nepřijímáme. Následně jsme provedli korelační analýzu i mezi jednotlivými subškálami SSS a subkategorií EE. I zde nebyl potvrzen korelační vztah.

Tabulka 7: Korelační analýza subškály EE a inventáře SSS.

Skupina	r	Míra účinku – r ²	T (n-2)	p-hodnota
EE x SSS	0,13	0,02	1,15	0,25
EE x ES	-0,04	0	-0,32	0,75
EE x TAS	0,19	0,04	1,68	0,09
EE x DiS	0,13	0,02	1,19	0,24
EE x BS	0,08	0	0,68	0,49

Ten samý postup jsme opakovali i v rámci vyhodnocení subškály depersonalizace a HS SSS V. I zde na základě dosažených výsledků nulovou hypotézu nezamítáme a alternativní hypotézu opět nepřijímáme. Podrobné výsledky lze spatřit v následující tabulce.

Tabulka 8: Korelační analýza subškály DP a inventáře SSS.

Skupina	r	Míra účinku – r ²	T (n-2)	p-hodnota
DP x SSS	0,14	0,02	1,25	0,21
DP x ES	0,07	0	0,61	0,53
DP x TAS	0,17	0,03	1,49	0,14
DP x DiS	0,03	0	0,24	0,81
DP x BS	0,2	0,04	1,87	0,06

Poslední subškála MBI osobní uspokojení byla zpracována za pomoci výpočtu Pearsonova korelačního koeficientu. Vypočítané hodnoty zobrazuje následující tabulka. Výsledky opět neukázaly žádný korelační vztah. Proto opět nulovou hypotézu nezamítáme a alternativní hypotézu nepřijímáme.

Tabulka 9: Korelační analýza subškály DP a inventáře SSS.

Skupina	r	Míra účinku – r ²	T (n-2)	p-hodnota
PA x SSS	-0,023	0,00	-0,21	0,84
PA x ES	0,15	0,02	1,31	0,19
PA x TAS	-0,12	0,01	-1,03	0,30
PA x DiS	0,04	0,001	0,38	0,70
PA x BS	-0,13	0,01	-1,14	0,25

Ve všech případech byla stanovena hladina významnosti α na 0,05.

8.2.2 Souvislost mezi TAS a dobou služby

Druhá, námi stanovená, hypotéza se zabývala vztahem mezi dobou služby hasiče u výjezdové jednotky a subkategorií TAS v inventáři tendence k vyhledávání mimořádných prožitků. Pro účely výpočtu korelační analýzy jsme použili hrubý skóre v kategorii TAS a číselný údaj doby trvání služby hasiče u výjezdové jednotky. Pomocí Shapir-Wilkova testu

jsme zjistili, že doba služby ani subškála SSS nemají normální rozdělení – doba služby ($W=0,88$, $p=0$); TAS ($W=0,96$, $p=0,03$). Proto byla následující hypotéza vypočítána za pomoci Spearmanova korelačního koeficientu.

Tabulka 10: Deskriptivní charakteristika subkategorie TAS a dobou služby

Skupina	Počet	Průměr	Směrodatná odchylka	Minimum	Maximum
TAS	81	5,16	2,56	0	10
doba služby	81	8,39	7,19	0,1	30

Korelační studie prokázala signifikantní vztah v záporném směru, kdy $p=0,049$; $t(N-2)=-1,9$; $r=-0,21$. Byla stanovena hladina významnosti α na 0,05. Proto na základě těchto výsledků zamítáme nulovou hypotézu a přijímáme hypotézu alternativní.

8.2.3 Souvislost mezi SSS a věkem

Hypotéza číslo tři se věnovala vztahu mezi celkovým skóre SSS a věkem. V rámci korelační analýzy byl využit hrubý skór celkového skóre v inventáři SSS V a číselný údaj věku respondentů. Pro přehlednost opět uvádíme deskriptivní tabulku. Opět bylo provedeno zkoumání normálního rozdělení, kdy hodnoty SSS normální rozdělení mají, věk normální rozdělení nemá ($W=0,87$; $p=0$).

Tabulka 11: Deskriptivní charakteristika dle věku a hrubého skóre SSS.

Skupina	Počet	Průměr	Směrodatná odchylka	Minimum	Maximum
SSS	81	16,04	5,1	6	29
Věk	81	29,8	10,3	18	61

K prokázání korelačního vztahu jsme použili korelační analýzu, která vypočítala nesignifikantní vztah v záporném směru mezi těmito proměnnými, kdy $r=-0,08$; $p=0,44$; $t=-0,78$. Byla stanovena hladina významnosti α na 0,05, proto na základě výsledků nulovou hypotézu nezamítáme a alternativní hypotézu nepřijímáme.

V rámci dalšího zkoumání korelačních vztahů mezi věkem hasičů a jednotlivých subkategorií v tendenci k vyhledávání mimořádných prožitků jsme zjistili na hladině významnosti α velmi vysoce signifikantní vztah v záporném směru mezi věkem a

subkategorií TAS, kdy $r=-0,33$; $p=0,002$; $t=-3,13$. Hladina významnosti α byla stanovena na 0,05.

Tabulka 12: Korelační analýza mezi věkem a HS SSS.

Skupina	r	Míra účinku – r ²	T (n-2)	p-hodnota
věk x SSS	-0,09	0	-0,8	0,43
věk x ES	0,16	0,03	1,48	0,14
věk x TAS	-0,33	0,1	-3,13	0,002
věk x DiS	0,08	0	0,75	0,45
věk x BS	-0,02	0	-0,2	0,83

8.2.4 Porovnání skóre syndromu vyhoření mezi dobrovolnými a profesionálními hasiči

Tato hypotéza se opírá o rozdíl mezi dobrovolnými hasiči a profesionálními hasiči, kteří plní službu v rámci povolání profesionálního hasiče. Celkem se našeho výzkumu zúčastnilo 17 dobrovolných hasičů, kteří vykonávají profesi hasiče jako své hlavní povolání. V rámci vyhodnocení jsme ověřili normální rozdělení u všech tří podškál, tedy u emocionálního vyčerpání, depersonalizace i osobní uspokojení zvláště. Jak jsme uváděli již u první hypotézy, normální rozdělení není přítomno u subškál EE a DP. U subškály PA přítomno je. Deskriptivní data dle jednotlivých subškál jsou uvedena v následující tabulce.

Tabulka 13: Deskriptivní charakteristika jednotlivých škál MBI u dobrovolných a profesionálních hasičů.

Subškála MBI	Průměr		Směrodatná odchylka	
	Dobr.	Profes.	Dobr.	Profes.
EE	18,16	11,12	12,06	9,94
DP	10	9,12	4,86	4,91
PA	23,02	24,35	4,87	5,82

Pro porovnání skupin byl kvůli nenormálnímu rozdělení zvolen Mann-Whitneyův test, který odhalil signifikantní rozdíl v rámci subškály emocionálního vyčerpání, kdy profesionální hasiči skórovali méně a dobrovolní hasiči naopak více. Následující tabulka přináší přesné výpočty srovnání v jednotlivých subškálách.

Tabulka 14: Statistická analýza Mann-Whitneyova testu mezi dobrovolnými a profesionálními hasiči.

Skupina	U	Z	p-hodnota	r	AUC
PA	457,5	-1,00	0,31	0,16	0,42
DP	476,5	0,78	0,43	0,12	0,44
EE	337	2,40	0,02	0,38	0,31

Hladina významnosti alfa byla stanovena na hodnotu 0,05 jako v předchozích hypotézách.

9 DISKUZE

Tato práce měla za cíl prozkoumat souvislost syndromu vyhoření a tendence k vyhledávání mimořádných prožitků a zároveň zjistit úroveň syndromu vyhoření u dobrovolných hasičů. Nyní shrneme všechny dosažené výsledky v diskuzi.

První hypotézu nemůžeme na základě našich získaných dat a vyhodnocení výzkumu potvrdit. V rámci výzkumného souboru nebyl prokázán žádný korelační vztah. Pokud se podíváme na výzkumy, které jsme uveřejnili ve čtvrté kapitole, ani jeden z výzkumů také souvislost nepotvrdil. Zveřejněné výzkumy se týkaly profesí zdravotnických záchranářů, profesionálních hasičů a policistů (Sampaio, 2012; Silva a Queirós, 2010; Palmer & Spaid, 1996). Pouze autor Moreira (2012) zkoumal dobrovolné hasiče, ovšem v jiné koncepci, než byl konstruován náš výzkum. I přes výše uvedené nepotvrzené korelační vztahy jsme se výzkum rozhodli uskutečnit. Jak jsme zmínili, žádný výzkum týkající se konceptu sensation seeking a syndromu vyhoření nebyl na české populaci dobrovolných hasičů uskutečněn. Přitom jsou dobrovolní hasiči důležitou složkou, která pomáhá ve velké intenzitě při záchranných a likvidačních pracích při řešení mimořádných událostí.

Hypotéza, která se týkala doby služby a subškály vyhledávání napětí a vzrušení (TAS) prokázala vztah, který můžeme interpretovat tak, že čím méně má člověk odslouženo, tím vyšší hodnoty v TAS má. Anebo naopak čím má více odslouženo, tím jsou dosažené hodnoty v TAS nižší. Můžeme tedy říci, že lidé služebně starší už nemají takovou potřebu vyhledávat riziko a jiná nebezpečí v rámci výkonu dobrovolného hasiče. Naopak hasiči služebně mladší, jsou ti, kteří nemají takové zkušenosti a vrhají se do všeho „po hlavě“. Touží po nebezpečí a vyhledávají riziko. Hasič díky podstupování rizika zvyšuje svou sebedůvěru a utvrzuje se v tom, že je ve správný čas na správném místě.

S přibývajícím věkem odsloužených let a budováním sebedůvěry dochází k získávání zkušeností. V rámci dobrovolných hasičů se člověk může svou šikovností dostat i na pozici velitele družstva a jednotky. Tito lidé pak na místě zásahu dávají rozkazy ostatním a již nevykonávají samotnou činnost hasiče např. hašení. Pokud se ovšem jedná o událost většího rozsahu, i velitel se přímo zapojuje do vykonávání záchranných prací na místě.

Podobné výsledky z předchozí hypotézy ukázala i námi stanovená domněnka, která zkoumala souvislost věku s tendencí k vyhledávání mimořádných prožitků. Korelační

analýza, která zkoumala souvislost mezi celkovým skóre sensation seeking a věkem, neobjasnila žádný korelační vztah. Ten byl ale zjištěn v rámci analýzy věku a podškály tendence k vyhledávání napětí a vzrušení. Zde se potvrdil vztah, který zkoumal Zuckerman (1978). Ten poukazuje, že hodnoty sensation seeking jsou nejvyšší v období adolescence a mladší dospělosti a s přibývajícím věkem postupně klesají. Nám se podařilo tento korelační vztah podařilo najít pouze u subškály TAS.

Ukázalo se, že dobrovolní hasiči, kteří neslouží jako profesionální hasiči vykazují vyšší hodnoty syndromu vyhoření. V rámci subškály emocionálního vyhoření bylo prokázáno, že dobrovolní hasiči vykazují průměrně vyšší hodnoty než profesionální hasiči, kteří jsou zároveň i dobrovolnými hasiči ve výjezdových jednotkách obce. Je možné, že u profesionálních hasičů funguje lépe prevence syndromu vyhoření.

Obecně můžeme říci, že náš soubor byl reprezentativní. Podařilo se nám oslovit cílovou skupinu dobrovolných hasičů, kteří ochotně vyplnili příslušný dotazník. Mohli jsme získat více respondentů, ale osobně si myslíme, že hlavním problémem byl čas. Dotazník byl časově náročnější. Průměrná doba vyplnění dotazníku byla 30 minut. Tato informace byla uvedena už na začátku dotazníku, proto mohla některé respondenty již na začátku odradit. Přesto se domníváme, že bylo správné tuto informaci na začátku dotazníku zmínit. Mohlo se stát, že při vyplnění mohlo dojít k vyhlášení poplachu jednotce a tím pádem se nepodařilo dotazník dokončit. Bohužel dotazník byl nastavený tak, že odesílal pouze kompletně vyplněné dotazníky, a tak nemůžeme domněnku o nedokončených dotaznících skutečně potvrdit.

Naneštěstí se nám nepodařilo oslovit tolik žen, abychom mohli v rámci výzkumu učinit srovnání mezi muži a ženami. Zajímavé by bylo srovnání jak v rámci tendence k vyhledávání mimořádných prožitků, tak v jednotlivých subškálách syndromu vyhoření. Hlavní příčinou mohlo být, že ženy v námi oslovených sborech vůbec nefigurují. Důvodem, proč tomu tak je, je porušování zákoníku práce, kdy žena nemůže dlouhodobě zvedat těžká břemena. Už jen samotný zásahový oděv hasiče včetně dýchacího přístroje váží kolem 20 kg. Jsou ale výjezdové jednotky, kde ženy ve výjezdových jednotkách jezdí a fungují stejně jako muži. Nemají oproti mužům žádné výhody.

Z celého výzkumného souboru (n=81) vykazuje 12 respondentů syndrom vyhoření ve všech třech podkategoriích, tedy v rámci emocionálního vyčerpání, depersonalizace i osobního uspokojení. Ve dvou případech se jednalo i o profesionální hasiče, ve zbývajících

deseti, se jednalo o dobrovolného hasiče. Naším původním předpokladem byla skutečnost, že profesionální hasiči mají vyšší míru stresových situací než samotní dobrovolní hasiči, protože mají obecně více událostí. Ovšem hodnoty vyšly zcela opačně oproti našemu předpokladu. I tak jsou ale hodnoty znepokojující, že tolik hasičů je ve fázi syndromu vyhoření. Může se u nich aktuálně projevat nižší pracovní výkonnost a nezájem o dobrovolnickou činnost. Což samozřejmě není žádoucí. Může tím být i ohrožení akceschopnosti jednotky.

Důležitým krokem, je dle autorů prevence syndromu vyhoření. Výstupem této práce bude informační email pro velitele jednotek, kteří byli do tohoto výzkumu zapojeni, se základními informacemi o syndromu vyhoření. Jak jej rozpoznat či uskutečnit prevenci. Domníváme se, že podobných případů bude v České republice více. Je důležité, aby i u dobrovolných hasičů fungovaly dobré vztahy na zbrojnici. Jak zmiňuje Křivohlavý (2012) je důležité naslouchání, projev uznání, vzájemné povzbuzování, empatie, poskytování emocionální vzpruhy, rozdělování pracovních činností, autentická spolupráce a poskytování nezištné pomoci.

Zajímavým rozšířením této práce by bylo doplnění o test motivace. Co vlastně vede dobrovolné hasiče k výkonu činnosti ve výjezdové jednotce? Domnívali jsme se, že jedním z motivačních faktorů může být osobnostní rys sensation seeking, který vede k vyhledávání napětí a dobrodružství. Data z výzkumu české populace ukazují na výzkumném souboru (n=613) průměrnou hodnotu HS u SSS 20,78 a směrodatnou odchylkou 6,24 (Kuban, 2006). Námi získané výsledky ukázaly u výzkumného souboru (n=81) průměrnou hodnotu HS 16,04 se směrodatnou odchylkou 5,1. Což je podstatně méně.

Určitě by bylo vhodné pokračovat v dalším výzkumu. Přínos práce by mohl přinést další důležité informace o osobnostní charakteristice dobrovolných hasičů, kteří v rámci vykonávání této činnosti neabsolvují žádné psychologické vyšetření. Ne každý je pro tuto činnost vhodný. Při nastoupení k bezpečnostnímu sboru, ať už se jedná o policisty, vojáky nebo hasiče, je podmínkou osobnostní způsobilost k výkonu této práce. U dobrovolných hasičů tomu tak není, i přesto, že dobrovolní hasiči jezdí na události stejné kategorie jako profesionální hasiči. Stres, únava, setkání se smrtí, strach o vlastní zdraví a život je jen malá část toho, co může hasiče na výjezdu potkat. Při mimořádných událostech velkého rozsahu není čas na odpočinek. Hasič pracuje pod tlakem a ve stresu s vypětím všech fyzických sil. Podstupuje riziko na úkor svého zdraví, života i rodiny.

Obecně je velmi malá pozornost směřována právě dobrovolným hasičům, kteří jsou neodmyslitelnou součástí a pravou rukou profesionálních hasičů. Je třeba si uvědomit, že bez pomoci a takové rozšířené struktury dobrovolných hasičů by profesionální hasiči nepokryly zvýšené množství událostí v souvislosti s vlivem přírodních sil jako je například orkán, ale i události, které zasáhly území České republiky v posledním roce, tedy konkrétně tornádo na Jižní Moravě, epidemie koronaviru a migrační vlna způsobená válkou na Ukrajině. Všechny tyto události potvrdily a ukázaly, že dobrovolní hasiči jsou nezbytnou součástí záchranného systému.

10 ZÁVĚR

Cílem této bakalářské diplomové práce bylo zjistit, zda spolu souvisí syndrom vyhoření a tendence k vyhledávání mimořádných prožitků. V rámci výzkumu jsme si stanovili i další dílčí cíle, které se zabývají vztahy mezi konceptem sensation seeking a dobou služby, subkategorií tendence k vyhledávání napětí a dobrodružství s věkem a zjištění, a zároveň porovnání skóre syndromu vyhoření u dobrovolných a profesionálních hasičů, kteří slouží zároveň i ve výjezdových jednotkách sborů dobrovolných hasičů obcí.

Na základě dosažených výsledků nedokážeme potvrdit souvislost mezi osobnostním rysem sensation seeking a syndromem vyhoření u dobrovolných hasičů.

Vztah mezi dobou služby a podkategorií tendence k vyhledávání napětí a dobrodružství se potvrdil v záporném korelačním vztahu. Můžeme tedy říci, že služebně mladší dobrovolní hasiči mají vyšší tendenci k vyhledávání napětí a dobrodružství než ti, kteří slouží u výjezdové jednotky delší dobu.

Vztah mezi konceptem tendence k vyhledávání mimořádných prožitků nepotvrdil korelační vztah. Při hlubším srovnání jednotlivých subkategorií sensation seeking a věku byl nalezen korelační vztah v záporném směru v rámci subkategorie vyhledávání napětí a dobrodružství a věku. Lze tedy potvrdit, že věkově mladší hasiči mají více vyhledávají dobrodružství a napětí než starší hasiči.

Vyhodnocení hypotézy týkající se hodnot syndromu vyhoření u dobrovolných hasičů a profesionálních hasičů, kteří jsou zároveň členy dobrovolné jednotky, přineslo výsledky, že dobrovolní hasiči mají průměrně vyšší hodnoty než dobrovolní hasiči, kteří slouží zároveň na profesionálních stanicích.

11 SOUHRN

Cílem této bakalářské práce je zjištění souvislosti mezi koncepty tendence k vyhledávání mimořádných prožitků a syndromu vyhoření u výjezdových hasičů dobrovolných jednotek hasičů obce. Zároveň bylo cílem prozkoumat, jakou úroveň syndromu vyhoření dobrovolní hasiči mají a jak souvisí tendence k vyhledávání mimořádných prožitků s věkem nebo dobou služby. Celá práce je rozdělena do dvou oddílů. První oddíl je rozdělen do celkem čtyř kapitol. Tyto kapitoly popisují teoretické poznatky, které byly do této doby v literatuře sepsány. Druhá část je zaměřena praktickým směrem, a to zkoumáním cíle této práce pomocí statistických metod.

První kapitola v teoretické části se věnuje tématu dobrovolných hasičů. Dobrovolní hasiči jsou neoddělitelnou součástí integrovaného záchranného systému a poskytují komplexní podporu v rámci plnění úkolů požární ochrany a ochrany obyvatelstva. To samozřejmě zastrešuje legislativní ukotvení vyhláškami a zákony. Historie dobrovolných hasičů sahá do dob římského impéria a píše se dodnes. Hasiči jsou osobnostně extroverti, kteří mají týmového ducha, dobré komunikační a sociální dovednosti. Zároveň by měli lépe umět odolávat stresu (Kirchman, 2015). V jednotce sborů dobrovolných hasičů najdeme hasiče, strojníky, techniky, velitele družstev a velitele jednotky. Každá z těchto funkcí potřebuje jiné vzdělání a odbornou přípravu. Vykonávání této činnosti je časově, fyzicky i psychicky velmi náročná, i přesto máme v České republice zhruba 70 300 dobrovolných hasičů.

Druhá kapitola popisuje problematiku a teoretické poznatky syndromu vyhoření. Syndrom vyhoření se dostal do popředí roku 1974, kdy jej popsal Herbert Freudenberger. Jedná se o stav úplného psychického vyčerpání. Vyskytuje se převážně u pracovníků, kteří mají těsný kontakt s druhými lidmi (Kebza & Šolcová, 2003). Syndrom vyhoření může vzniknout ze dvou příčin – jedna souvisí s osobnostní charakteristikou jedince, druhá vychází ze sociálního prostředí, ve kterém se daný jedinec pohybuje (Maroon, 2012). Syndrom vyhoření je dlouhodobý proces, který lze rozdělit na několik fází. Nejčastěji se udává rozdělení na čtyři fáze, a to na nadšení, stagnaci, frustraci a apatii (Stock, 2010). Důležitou obranou proti syndromu vyhoření je prevence, která se zaměřuje na protistresové techniky a samozřejmě vytvořením adekvátních pracovních podmínek (Kebza & Šolcová, 2003). Součástí této kapitoly je i popis diagnostických metod, díky kterým lze syndrom vyhoření

zjistit a změřit. Nejčastěji používanou metodou, kterou jsme použili rovněž my v této práci je Maslach Burnout Inventory.

Ve třetí kapitole pojednáváme o konceptu tendence k vyhledávání mimořádných prožitků, v literatuře běžně označované jako sensation seeking, kterou formuloval v roce 1978 psycholog Zuckerman. Tento autor definuje sensation seeking jako osobnostní rys, kdy člověk vyhledává nové, rozmanité komplexní a intenzivní prožitky, při kterých je ochoten riskovat (Zuckerman, 1978). Koncept sensation seeking lze rozdělit do čtyř subkategorií: vyhledávání napětí a dobrodružství; vyhledávání zkušeností; disinhibice a vnímavost k nudě (Zuckerman, 1979). V této kapitole rovněž popisujeme metodické nástroje, kterými lze vyčíslit hodnoty tendence k vyhledávání mimořádných prožitků.

Čtvrtá kapitola popisuje výzkumy, které souvisejí s výzkumným problémem, a to souvislostí mezi sensation seeking a syndromem vyhoření. Všechny uskutečněné výzkumy jsou ze zahraničí a věnují se nikoliv dobrovolným hasičům, ale zdravotnickým záchranářům, policejním příslušníkům či profesionálním hasičům. Ani u jedné studie nebyl potvrzen korelační vztah mezi celkovým skóre v sensation seeking a syndromem vyhoření. Jeden z popsáných výzkumů se věnoval dobrovolným hasičům, ale v souvislosti poznání úrovně tendence k vyhledávání mimořádných prožitků, zvládnání stresu a angažovanosti.

Praktická část práce nejdříve popisuje použité statistické metody včetně jejich způsobu použití. Výzkum v této práci je kvalitativní. U každé hypotézy jsou zobrazeny grafy či tabulky, které čtenáři poskytují lepší orientaci v dosažených výsledcích. Jedná se o korelační studii. Respondenti jsou vybráni z řad dobrovolných hasičů, kteří aktivně působí ve výjezdových jednotkách obce. Celkem se výzkumu zúčastnilo 81 dobrovolných hasičů z jednotek požární kategorie II, III a V.

Každý z respondentů byl informován o účelu výzkumu, o anonymitě každého z nich a o následném použití získaných dat. Součástí dotazníku byl i kontakt pro případ jakýchkoliv dotazů.

Výzkumný problém se týká souvislosti mezi tendencí k vyhledávání mimořádných prožitků a úrovně syndromu vyhoření. Cílem je tedy zjistit přítomnost syndromu vyhoření u dobrovolných hasičů a zároveň tendenci k vyhledávání mimořádných událostí. V rámci práce byly stanoveny i další dílčí cíle, a to například jak souvisí tendence k vyhledávání mimořádných prožitků s věkem a s délkou služby. Zároveň jsme v rámci výzkumu chtěli

porovnat hodnoty mezi dobrovolnými hasiči, kteří pracují i u profesionálních hasičů a u dobrovolných hasičů s jiným povoláním.

Následně se v práci čtenář dočte o použitých statistických metodách. Sensation Seeking Scale V obsahuje 40 položek. Každá z položek má dvě tvrzení, kdy dotazovaný si vybírá to, se kterým se více ztotožňuje. U další použité metody Maslach Burnout Inventory se respondent setká s 22 položkami a ohodnocuje je na škále od 0-6.

Vzhledem k dosaženým výsledkům nepotvrdila korelační analýza žádný vztah mezi osobnostním rysem sensation seeking a syndromem vyhoření u dobrovolných hasičů.

Naopak korelační analýza potvrdila vztah mezi dobou služby a subkategorií tendence k vyhledávání napětí a dobrodružství v záporném korelačním vztahu. To lze interpretovat následovně: Dobrovolní hasiči, kteří mají odslouženo méně let, mají vyšší hodnoty v tendenci k vyhledávání napětí než hasiči, kteří jsou služebně starší.

Souvislost mezi sensation seeking a věkem u dobrovolných hasičů byl nalezen pouze na subškále vyhledávání napětí a dobrodružství. Můžeme tedy říci a potvrdit Zuckermanovu teorii (1979), že mladší lidé vykazují vyšší hodnoty v sensation seeking oproti těm starším.

Zajímavé výsledky přineslo zpracování hodnot syndromu vyhoření. Z našeho celého výzkumného souboru byl potvrzen syndrom vyhoření na všech třech úrovních u 12 osob. Obecně měli dobrovolní hasiči průměrně vyšší hodnoty než ti dobrovolní hasiči, co pracují zároveň u profesionálních hasičů.

Kompletní výsledky jsou interpretovány v diskuzi. Zde se zabýváme i nedostatky a přínosy této práce.

LITERATURA

1. Arnett, J. J. (1994). *Sensation Seeking: A new conceptualization and a new scale*. Jeffrey Jensen Arnett. Získáno z <http://www.jeffreyarnett.com/aiss1992article.pdf>.
2. Bianchi, R., Schonfeld, I. S., & Laurent, E. (2017). *Burnout Syndrome and Depression*. Získáno z https://academicworks.cuny.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1556&context=gc_pubs.
3. Blatný, M. (2010). *Psychologie osobnosti: hlavní témata, současné přístupy*. Praha: Grada.
4. Černoušek, M. (2017, December 11). *Prožitek*. Sociologická encyklopedie. Získáno z <https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/Pro%C5%BEitek>.
5. Dlouhá, K. (2018). *Syndrom vyhoření u učitelů středních odborných škol*. Bakalářská práce. České Vysoké Učení Technické v Praze.
6. Ferrando, P. F., & Chico, E. (2001). The construct of sensation seeking as measured by Zuckerman's SSS-V and Arnett's AISS: a structural equation model. *Personality And Individual Differences*, 31, 1121-113. [https://doi.org/10.1016/s0191-8869\(00\)00208-7](https://doi.org/10.1016/s0191-8869(00)00208-7).
7. Frič, P., & Pospíšilová, T. (2010). *Vzorce a hodnoty dobrovolnictví v české společnosti na začátku 21. století*. Praha: Agnes.
8. Generální ředitelství Hasičského záchranného sboru České republiky. (2009). *Řád výkonu služby v jednotkách požární ochrany: sbírka interních aktů řízení generálního ředitele Hasičského záchranného sboru České republiky*. Ostrava: Sdružení požárního a bezpečnostního inženýrství.
9. Generální ředitelství Hasičského záchranného sboru České republiky. (2014). *Metodika zřizování jednotek sboru dobrovolných hasičů obcí*. Získáno z Česká asociace hasičských důstojníků: http://metodika.cahd.cz/metodika_JSDH/Metodika_zrizovani_JSDHO_2014.pdf.
10. Hasičský záchranný sbor České republiky. (2021). Praha. Získáno z: file:///C:/Users/Dell/Downloads/ro%C4%8Denka_2020.pdf.
11. Hartl, P., & Hartlová, H. (2000). *Psychologický slovník*. Praha: Portál.

12. Chng, C. L., & Eaddy, S. (1999). Sensation seeking as it relates to burnout among emergency medical personnel: a Texas study. *Prehospital and disaster medicine*, 14(4), 36-40.
13. Jensen, M. (2005). The relationship of the sensation seeking personality motive to burnout, injury and job satisfaction among firefighters.
14. Kebza, V., & Šolcová, I. (2003). *Syndrom vyhoření*. Získáno z http://www.szu.cz/uploads/documents/czzp/edice/plne_znani/brozury/syndrom_20vyhoreni.pdf.
15. Kirchner, J., & Hogenová, A. (2001). *Prožitok v kontextu dnešní doby*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu.
16. Kirschman, E. (2015). *Život s hasičem: vše, co by měla vědět rodina hasiče*. Ostrava: Sdružení požárního a bezpečnostního inženýrství.
17. Křivohlavý, J. (2012). *Hořet, ale nevyhořet*. Praha: Karmelitánské nakladatelství.
18. Křivohlavý, J. (2013). *Psychologie pocitů štěstí: současný stav poznání*. Praha: Grada.
19. Kuban, J. (2006). *Tendence k vyhledávání prožitku a její diagnostika*. Hradec Králové: Gaudeamus.
20. Kuban, J. (2003). *Potřeba mimořádného prožitku ve sportu. Dizertační práce*. Praha: Univerzita Karlova, FTVS.
21. Kupka, M. (2014). *Psychosociální aspekty paliativní péče*. Praha: Grada.
22. Macháček, J., & Marek, K. (1931). *Almanach dobrovolného hasičstva sdruženého v České zemské hasičské jednotě*. Česká zemská hasičská jednota.
23. Maroon, I. (2012). *Syndrom vyhoření u sociálních pracovníků: teorie, praxe, kazuistiky*. Praha: Portál.
24. Mařík, J., & Mlíkovský, J. (1999). *Hasičská kronika okresu Benešov*. Sdružení hasičů Čech, Moravy a Slezska.
25. Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). *Burnout. In Stress: Concepts, cognition, emotion, and behavior*. Získáno 26. December 2021, z The New York Times: <https://cdn1.nyt.com/packages/pdf/business/06.BURNOUT.FINAL.pdf>.

26. Ministerstvo vnitra - Generální ředitelství Hasičského záchranného sboru České republiky. (2021). *Statistické ročenky Hasičského záchranného sboru ČR - Hasičský záchranný sbor České republiky*. Získáno z <https://www.hzscr.cz/clanek/statisticke-rocenky-hasicskeho-zachranneho-sboru-cr.aspx>
27. Moreira, I. E. S. (2012). Sensation seeking, coping e engagement em bombeiros. Získáno z <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/67926/2/30200.pdf>.
28. Nitra, J. (2021). *Pompiéři, požárníci, hasiči: dějiny českého hasičství*. Praha: Triton.
29. Lourel, M., Abdellaoui, S., Chevaleyre, S., Paltrier, M., & Gana, K. (2008). Relationships between psychological job demands, job control and burnout among firefighters. *North American Journal of Psychology*, 10(3), 489-496.
30. Olofsson, J. (2013). *The Profession of Firefighting is about Teamwork, it is about Trusting Each Other: Masculine Enactments and Generational Discrepancies within the Swedish Fire Service*. *Culture, Society & Masculinities*. 5(1), s. 75-88.
31. Pecl, J. (2009). *HZS Libereckého kraje - Jednotky PO - Hasičský záchranný sbor České republiky*. Získáno z <https://www.hzscr.cz/clanek/hzs-libereckeho-kraje-menu-jednotky-pozarni-ochrany-jednotky-po-jednotky-po.aspx>.
32. Palmer, R., & Spaid, W. (1996). Authoritarianism, Inner/Other Directedness, and Sensation Seeking in Firefighter/Paramedics: Their Relationship with Burnout. *Prehospital and Disaster Medicine*, 11(1), 11-15. doi:10.1017/S1049023X0004228X.
33. Pelcák, S. (2015). *Stres a syndrom vyhoření*. Hradec Králové: Gaudeamus.
34. Ponnelle, S. (2003). *Des déterminants du stress à la santé au travail: l'exemple des sapeurs-pompiers*. In M. Neboit, & M. Vézina (Eds.), *Stress au travail et santé psychique* (pp. 227-239). Toulouse: Octarès.
35. Poschkamp, T. (2013). *Vyhoření*. Brno: Edika.
36. Sampaio, C. S. S. (2012). Burnout, engagement e sensation seeking em técnicos de ambulância de emergência do INEM.

37. Sezima, O. (2017). Psychická zátěž a osobnostní změny související s výkonem profese hasič–záchranař. *Nepublikovaná rigorózní práce*. Brno: Masarykova univerzita, Filozofická fakulta, Katedra psychologie.
38. Silva, A. L., & Queirós, C. (2010). Sensation seeking and burnout police officers.
39. Stock, C. (2010). *Syndrom vyhoření a jak jej zvládnout*. Praha: Grada.
40. Šucha, M. (2013). *Sensation seeking v psychologické diagnostice řidičů*. Získáno z https://karolinum.cz/data/clanek/971/PPP_3-4_2013_07_Sucha.pdf.
41. Tauchen, J., & Schelle, K. (2015). *Encyklopedie českých právních dějin*. Praha: Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk.
42. Vilášek, Fiala, Vondrášek, J. (2014). *Integrovaný záchranný systém ČR na počátku 21. století*. Praha: Karolinum Press.
43. *Vyhláška 247/2001 Sb., o organizaci a činnosti jednotek požární ochrany*. (2001). Získáno z <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2001-247?text=o+organizaci+a+%C4%8Dinnosti>.
44. Výrost, J. (Ed.). (2008). *Sociální psychologie - 2., přepracované a rozšířené vydání*. Praha: Grada.
45. Wallington, N. (2010). *Hasičské automobily & historie hasičství: světová encyklopedie : boj s ohněm a záchranné akce : 700 fotografií současné i historické hasičské techniky z celého světa*. Praha: Rebo.
46. World Health Organization. (2017). *MKN-10: Tabelární část. Druhé, opravené vydání. 2018. 877 stran. 1000 výtisků*. Ústav zdravotnických informací a statistiky ČR. Načteno z https://www.uzis.cz/sites/default/files/knihovna/mkn-tabelarni-cast_1-1-2018.pdf.
47. *Zákon 133/1985 Sb. o požární ochraně*. (1985). Získáno z <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/1985-133>.
48. *Zákon 239/2000 Sb. o integrovaném záchranném systému*. (2000). Získáno z <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2000-239>.
49. Zuckerman, M. (1979). *Sensation seeking : beyond the optimal level of arousal*. L. Erlbaum Associates.

50. Zuckerman, M. (1994). Behavioral expressions and biosocial bases of sensation seeking. Cambridge: Cambridge University Press.
51. Zuckerman, M., & Aluja, A. (2015). Measures of sensation seeking. In *Measures of personality and social psychological constructs* (pp. 352-380). Cambridge: Academic Press.
52. Zuckerman, M., Eysenck, S. B., & Eysenck, H. J. (1978). Sensation seeking in England and America: cross-cultural, age, and sex comparisons. *Journal of consulting and clinical psychology*, *46*(1), 139.

SEZNAM GRAFŮ A TABULEK

Tabulka 1: Škály a ukázkové položky inventáře SSS V

Tabulka 2: Škály a ukázkové položky inventáře Burnout Syndrome Inventory od Maslachové

Tabulka 3: Deskriptivní charakteristika výzkumného souboru mužů a žen z hlediska věku

Tabulka 4: Deskriptivní charakteristika výzkumného souboru dle kategorie JPO z hlediska počtu výjezdů.

Tabulka 5: Deskriptivní charakteristika v jednotlivých subškálách a celkového skóre SSS v testu SSS V.

Tabulka 6: Deskriptivní charakteristika skóre v MBI.

Tabulka 5: Korelační analýza subškály EE a inventáře SSS.

Tabulka 6: Korelační analýza subškály DP a inventáře SSS.

Tabulka 7: Korelační analýza subškály DP a inventáře SSS.

Tabulka 8: Deskriptivní charakteristika subkategorie TAS a doby služby.

Tabulka 9: Deskriptivní charakteristika dle věku a hrubého skóre SSS.

Tabulka 10: Korelační analýza mezi věkem a HS SSS.

Tabulka 11: Deskriptivní charakteristika jednotlivých škál MBI u dobrovolných a profesionálních hasičů.

Tabulka 12: Statistická analýza Mann-Whitneyova testu mezi dobrovolnými a profesionálními hasiči.

Graf 1 Věk dobrovolných hasičů

Graf 2 Působení dobrovolných hasičů dle krajů

Graf 3 Vzdělání hasičů

Graf 4 Délka služby u výjezdové jednotky jednotlivých respondentů

Graf 5 Společné soužití hasičů s dětmi ve společné domácnosti

Graf 6 Funkce respondentů v jednotce dobrovolných hasičů

Graf 7 Úroveň emocionálního vyčerpání u hasičů

Graf 8 Úroveň depersonalizace u hasičů

Graf 9 Úroveň osobního uspokojení u hasičů

PŘÍLOHY

Seznam příloh:

1. Maslach Burnout Inventory použitý v této práci.
2. Abstrakt v českém jazyce
3. Abstrakt v anglickém jazyce

1. Maslach Burnout Inventory použitý v této práci.

1. Práce mne citově vysává.
2. Na konci pracovního dne se cítím být na dně sil.
3. Když ráno vstávám a pomyslím na pracovní problémy, cítím se unaven/a.
4. Velmi dobře rozumím pocitům klientů/zasažených lidí na místě zásahu.
5. Mám pocit, že někdy se zasaženými lidmi na místě zásahu jednám jako s neosobními věcmi.
6. Celodenní práce s lidmi je pro mne skutečně namáhavá.
7. Jsem schopen velmi účinně vyřešit problémy svých klientů/zasažených lidí na místě zásahu.
8. Cítím “vyhoření”, vyčerpání ze své práce.
9. Mám pocit, že lidi při své práci pozitivně ovlivňují a naladují.
10. Od té doby, co vykonávám svou profesi, stal jsem se méně citlivým k lidem.
11. Mám strach, že výkon mé práce mne činí citově tvrdým.
12. Mám stále hodně energie.
13. Moje práce mi přináší pocity marnosti, neuspokojení.
14. Mám pocit, že plním své úkoly tak usilovně, že mne to vyčerpává.
15. Už mne dnes moc nezajímá, co se děje s mými klienty/zasaženými lidmi mimořádnou událostí.
16. Práce s lidmi mi přináší silný stres.
17. Dovedu u svých klientů/zasažených lidí na místě zásahu vyvolat uvolněnou atmosféru.
18. Cítím se svěží a povzbuzený, když pracuji se svými klienty/zasaženými lidmi na místě zásahu.
19. Za roky své práce jsem byl úspěšný a udělal/a hodně dobrého.
20. Mám pocit, že jsem na konci svých sil.
21. Citové problémy v práci řeším velmi klidně – vyrovnaně.
22. Cítím, že klienti/zasažení lidé mimořádnou událostí mi přičítají některé své problémy.

2. Abstrakt v českém jazyce

Název práce: Souvislost tendence k vyhledávání mimořádných prožitků a syndromu vyhoření u dobrovolných hasičů

Autor práce: Veronika Šedová

Vedoucí práce: doc. PhDr. Matúš Šucha, Ph.D.

Počet stran a znaků: 75; 127 608

Počet příloh: 3

Počet titulů použité literatury: 52

Abstrakt (800-1200 zn.): Tato práce se věnuje zkoumání souvislosti mezi syndromem vyhoření a tendencí k vyhledávání mimořádných prožitků. Má za cíl prozkoumat přítomnost osobnostního rysu sensation seeking a zároveň zjistit úroveň vyhoření u dobrovolných hasičů. Práce je rozdělena na dvě části. První z nich zahrnuje teoretické poznatky, které popisují jednotlivé teorie. Druhá část se věnuje výzkumu, jenž byl v rámci této práce uskutečněn.

Výzkumná část je koncipována kvantitativním designem. Veškerá data byla sbírána pomocí internetového dotazníku, který se skládal z celkem tří oddílů. První se věnoval obecným informacím o respondentovi, druhý oddíl byl samotný test Sensation Seeking Scale V a třetí částí byl dotazník Maslach Burnout Inventory.

Při korelační analýze se ukázalo, že mezi koncepty Sensation Seeking a syndromem vyhoření není vztah. Negativně korelační vztah byl nalezen mezi subškálou tendence k vyhledávání napětí a dobrodružství a dobou odsloužených let u hasiče a zároveň stejný vztah u věku hasiče a tendencí k vyhledávání napětí a dobrodružství.

Klíčová slova: sensation seeking, dobrovolní hasiči, syndrom vyhoření

3. Abstrakt v anglickém jazyce

Title: Connect burnout syndrome with sensation seeking by volunteer firefighters

Author: Veronika Šedová

Supervisor: doc. PhDr. Matúš Šucha, Ph.D.

Number of pages and characters: 75; 127 608

Number of appendices: 3

Number of references: 52

Abstract (800-1200 characters):

This thesis deals with the issue connection between burnout syndrome and sensation seeking. The main aim is exploring personality trait sensation seeking and at the same time find out level of burnout syndrome by volunteer firefighters.

Thesis is divided into two parts. First one describes theoretical background. The empirical part had quantitative design. All data collection was collected by internet questionnaire, which were included from three parts. First part devotes to general information about responder, second part was individual test Sensation Seeking Scale V and third part was Maslach Burnout Questionnaire.

Final analysis didn't show significant relationship between sensation seeking and burnout syndrome. Negative correlation relationship was found between subset thrill and adventure seeking (TAS) and number of years on duty as fireman and together with same relation between fireman age and TAS.

Key words: sensation seeking, volunteer firefighter, burnout syndrome