

Univerzita Palackého v Olomouci
Pedagogická fakulta
Ústav pedagogiky a sociálních studií

Bc. MILAN VACULÍK
Obor: Vychovatelství - řízení volnočasových aktivit

**Volný čas policistů ČR v Územním odboru
Olomouc ve vztahu ke svým služebním
povinnostem**

Diplomová práce

Vedoucí práce: PhDr. Vladimíra Kocourková, Ph.D

Olomouc 2012

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracoval samostatně a použil jen uvedených pramenů a literatury.

V Lutíně 15. června 2012

.....

Děkuji vedoucí diplomové práce PhDr. Vladimíře Kocourkové, Ph.D. za odborné vedení a cenné informace, které mi poskytla při zpracování diplomové práce. Dále všem respondentům za ochotu při spolupráci.

OBSAH

ÚVOD	6
I. Teoretická část	9
1 Volný čas	9
1.1 Definice volného času	9
1.2 Vývoj volného času	10
1.3 Funkce volného času	11
1.4 Znaký a principy volného času	12
1.5 Způsoby využití volného času	14
1.6 Volný čas a životní styl	15
1.7 Úloha sportu a rekreace ve volném čase	17
1.8 Současné problémy volného času	19
2 Policie České republiky	21
2.1 Charakteristika Policie České republiky	21
2.2 Historie bezpečnostních sborů	21
2.3 Organizace a řízení policie	22
2.4 Přijetí k Policii České republiky	23
2.5 Etický kodex Policie České republiky	24
2.6 Současný stav Policie České republiky	26
3 Policejní profese a zátěžové situace	28
3.1 Stres	28
3.1.1 Stres v policejní práci	30
3.2 Posttraumatické stresové poruchy	32
3.2.1 Posttraumatické stresové poruchy v policejní práci	33
3.3 Syndrom vyhoření	35
4 Poskytovaná pomoc a práce odboru psychol. služeb Policie ČR	39
4.1 Psychologická vyšetření	39
4.2 Psychologické poradenství a konzultace	40
4.3 Podpora policejních činností	40
4.4 Krizová intervence	41
4.5 Posttraumatická intervenční péče	42

4.6 Anonymní telefonická linka pomoci v krizi	43
4.7 Přednášky a diskuze	44
5 Krajské ředitelství policie Olomouckého kraje	45
5.1 Vznik Krajského ředitelství Olomouckého kraje	45
5.2 Policejní složky Olomouckého kraje	45
5.3 Sportovní klub policie Olomouc	47
6 Policista Územního odboru Olomouc a jeho volný čas	50
6.1 Služební povinnosti policistů a jejich vliv na volný čas	50
6.2 Mimořádné úkoly ovlivňující volný čas policistů	51
6.3 Podpora volnočasových aktivit policistů v Územním odboru Olomouc	52
6.4 Problematika volného času policistů v Územním odboru Olomouc	53
II. Empirická část	55
7 Záměr empirického průzkumu	55
7.1 Cíle a průzkumné otázky	55
7.2 Charakteristika výzkumného souboru	56
7.3 Popis dotazníku	56
7.4 Použité metody	57
8 Výsledky šetření	58
8.1 Shrnutí empirického šetření	74
8.2 Diskuze k dotazníkovým šetřením	75
9 Závěr	76
10 Referenční seznam	78
10.1 Zákonné normy	80
10.2 Internetové zdroje	80
Seznam příloh	82
Přílohy	83
Anotace	91

Úvod

Volný čas pozitivně přispívá k životu jedince a společnosti, a proto této problematice musí společnost věnovat dostatečnou pozornost. Mnozí lidé vše podřizují času, dokonce často žijí pod neustálým časovým tlakem a namísto, aby ovládali svůj čas, čas ovládá je. Obecně lze volný čas definovat jako čas, v němž se jednatel svobodně rozhoduje a dělá takové činnosti, které mu přinášejí radost, potěšení, zábavu, odpočinek, a které obnovují a rozvíjejí jeho tělesnou a duševní schopnost. Volný čas není určen jen k odpočinku a rekreaci, ale jedná se zde i o prožitky a zábavu. V některých případech je volný čas chápán i jako doména konzumu, kdy lidé získávají co nejvíce prostředků, které při vyplňování volného času potřebují. Volný čas často kompenzuje pracovní a sociální zátěž, rozvíjí individualitu jedince, omezuje negativní zážitky a podněcuje tvořivost. Lze velmi obecně mluvit o regeneraci psychických a fyzických sil, rozšíření obzoru a kvality osobnosti aktivním způsobem.

Policie České republiky je bezpečnostní sbor, jehož úkolem je chránit bezpečnost osob a majetku a veřejný pořádek, předcházet trestné činnosti, chránit práva a svobody osob. Policie České republiky je rozpočtovou organizací, která je financována ze státního rozpočtu prostřednictvím Ministerstva vnitra České republiky.

Již několik měsíců se na základě ekonomické situace v České republice, ale i v celé Evropě, začalo pracovat na reformě Policie ČR. Samotná reforma mimo jiné počítá i se snížením stávajícího počtu policistů, a to až o několik tisíc mužů a žen v uniformě. Vzhledem k tomuto vývoji jsou policisté, kteří ve služebním poměru zůstávají, vystavováni většímu fyzickému a psychickému tlaku. Jsou často přetěžováni a nezřídka jim nezůstává žádný volný čas, který by rádi trávili dle svého uvážení. Pokud jde o výhled do budoucnosti, tak je zřejmé, že tento trend se nebude v dohledné době měnit. Existuje několik důvodů, proč by se mělo v oblasti volného času s policisty pracovat tak, aby mohli plnit úkoly, které jim zákony ukládají. Fyzické i psychické nároky na policisty se zvyšují. Samotný policejní sbor se v několika posledních letech věkově velmi obměnil a v současné době slouží u policie zejména příslušníci, kteří jsou při trávení svého volného času aktivnější.

Ve služebním poměru u Policie České republiky jsem již 17 let. Vzhledem k této skutečnosti bych se chtěl v této diplomové práci zaměřit na volnočasové aktivity policistů

Územního odboru Policie České republiky v Olomouci ve vztahu k jejich služebním povinnostem. Jde o policisty, kteří jsou v přímém výkonu služby a denně nasazují svůj život a zdraví. Jsou to policisté a policistky, se kterými se občané denně setkávají při jejich práci. Jde o náročnou profesi, kterou vykonávají 24 hodin denně, 7 dní v týdnu.

Hlavním cílem práce je zjistit, zda služební povinnosti policistů ČR v Územním odboru Olomouc mají vliv na jejich volný čas.

V teoretické části jsem si stanovil několik dílčích cílů. Mezi tyto cíle patří charakteristika volného času, policie, stresu a syndromu vyhoření. Dalším dílčím cílem úvodní části je operacionalizace pojmů, které jsou v teoretické části uvedeny. V posledním dílčím cíli teoretické části jsem se zaměřil na aktuální problematiku volného času v Územním odboru Policie ČR v Olomouci. Zde jsem popsal faktory, které mají vliv na volný čas policistů. Jde zejména o často vyskytující se stresové situace různého původu a možnosti pomoci ze strany psychologické pomoci Policie České republiky.

V empirické části diplomové práce jsem si jako hlavní cíle stanovil zjistit pomocí metody dotazníkového šetření, zdali po přijetí do služebního poměru k Policii České republiky příslušník změnil způsob trávení volného času a zda povinnosti policisty mají vliv na jeho volný čas. Jako poslední cíl jsem si stanovil zjistit míru informovanosti o možnostech trávení volného času u policie.

V další části se již zaměřuji na konkrétní otázky týkající se volného času policistů a možné zátěžové situace. K naplnění hlavních cílů jsem si stanovil další dílčí cíle, mezi které patří:

- zjistit, jak policisté tráví volný čas (aktivně, pasivně),
- zjistit, zda policejní práce má zvýšenou fyzickou nebo psychickou zátěž,
- zjistit možnosti a podmínky trávení volného času příslušníků policie v Územním odboru Olomouc,
- zjistit možnosti psychologické pomoci příslušníkům policie v Územním odboru Olomouc.

Při zpracování diplomové práce jsem zjistil, že není dostupná odborná literatura, která by se přímo vztahovala k tématu volného času policistů. Vzhledem k této skutečnosti, jsem v této práci využil i svých dlouholetých osobních zkušeností a poznatků, které jsem při výkonu služby na mnoha pozicích získal. Téma diplomové práce je aktuální v době

zpracování, protože vznikají nové systémové změny, které však nebudou mít vliv na závěr této práce. Početní stavy příslušníků se dle dosavadních předpokladů nebudou navyšovat.

Má diplomová práce je zaměřena na komplexní pohled volnočasových aktivit příslušníků policie Územního odboru Olomouc ve vztahu ke služebním povinnostem a ukazuje možné důsledky opomíjení této problematiky. Kompetentní policejní nadřízené, policejní odbory, široká veřejnost i samotní příslušníci by se měli zamyslet nad tématem mé diplomové práce a věnovat této problematice více času i prostředků.

I. Teoretická část

1 Volný čas

Pojem volný čas není pojmem novým, v dnešní hektické době se však skloňuje stále častěji a především jeho nedostatek je stále narůstající problém. První zmínky o volném čase se nacházejí již v antické společnosti a podle B. Hodaně (2002) jsou spojeny s obsahem známého pojmu „scholé“. Velmi zajímavé je aristotelovské pojetí volného času. Aristoteles se obrací na svobodné občany s výzvou, že „volný čas mají proto, aby jej využívali ke svému zdokonalování, k dosahování stále vyšší úrovně, a to z toho důvodu, že mají právo být voleni, a občané, jako voliči, mají právo na to, aby si zvolili ty nejlepší ze svého středu“ (Hodaň, B., 2002, s. 169).

Termín volného času je spojen převážně se západní kulturou, reprezentovanou evropským a severoamerickým způsobem života. Vývoj usnadnil lidem práci a vytvořil časový prostor chápaný jako volný čas. Avšak zrychlování tempa vývoje sebou přináší často i pocit nedostatku času (Slepičková, I., 2005).

1.1 Definice volného času

Dumazedier (in Dohnal, T., 2002) se pokusil o syntézu různých přístupů, podle kterého je volný čas souhrnem činností, kterým se člověk může věnovat podle vlastní vůle, z důvodu odpočinku, zábavy nebo aby rozvíjel svou dobrovolnou účast na společenském životě, informovanost, nebo vzdělání nezávisle na svém povolání, po tom, co se oprostil od pracovních, rodinných nebo společenských povinností.

„Volný čas je čas, kdy člověk nevykonává činnosti pod tlakem závazků, jež vyplývají z jeho sociálních rolí, zvláště z dělby práce a nutnosti zachovat a rozvíjet svůj život“ (Hofbauer, B., 2004, s. 13).

„Je to čas, v němž člověk svobodně volí a dělá takové činnosti, které mu přinášejí radost, potěšení, zábavu, odpočinek, které obnovují a rozvíjejí jeho tělesné a duševní schopnosti, popř. i tvůrčí schopnosti. Je to čas, v němž je člověk sám sebou, nejvíce patří sám sobě, kdy koná převážně svobodně dobrovolně činnosti pro sebe, popř. pro druhé, ze svého vnitřního popudu a zájmu“ (Němec, J. a kol., 2002, s. 17).

Podle I. Slepíckové (2005, s. 14) „lze volný čas definovat i jako dobu nebo časový prostor, v němž člověk nemá žádné povinnosti vůči sobě ani druhým lidem a v němž se pouze na základě svého vlastního svobodného rozhodnutí věnuje vybraným činnostem. Tyto činnosti ho baví, přinášejí mu radost a uspokojení a nejsou zdrojem trvalých obav či pocitu úzkosti“.

Podle úvah Kaplana (in Vážanský, M., 1992, s. 13-14) musí volný čas:

- „umožňovat pocit – nějak k něčemu – patřit,
- rozvíjet pocit vlastní individuality,
- zprostředkovat různé funkce jedince a uvést je v soulad,
- být společnosti a jedinci užitečný,
- neumožňovat negativní zážitky,
- podněcovat tvůrčí síly člověka“.

Dumazedier (in Spousta, V. a kol., 1996) zavedl do praxe termín polovolný čas. Pod tento pojem zahrnul činnosti, které jedinec dělá napůl ze záliby a napůl z povinnosti. Do takových aktivit zahrnuje např. práci na zahrádce. V souvislosti s tímto pojmem je důležité zmínit i pojem vázaný čas. Jedná se o takový čas, kdy má člověk splněny např. své pracovní povinnosti, opustí práci a čeká ho cesta domů. Právě ono cestování spadá do kategorie vázaného času (Spousta, V. a kol., 1996).

1.2 Vývoj volného času

Jak se vyvíjí společnost, mění se i pojetí a obsah volného času. Přestože problematiku volného času analyzoval již Aristoteles, lze konstatovat, že volný čas je postindustriálním, moderním fenoménem. Volný čas ve starověkém Řecku byl založen na otroctví velkého počtu lidí. V éře křesťanského středověku byl chápán jako čas pro modlitbu, rozjímání a ctění svátků. Renesance byla zlatým věkem využití volného času pouze pro šlechtu. Industriální éra je dobou společnosti maximálně orientovanou na práci (Dohnal, T., 2002).

Ke konci devatenáctého století došlo hospodářským a průmyslovým vývojem k velmi výraznému zkrácení pracovní doby a narostl čas, který nemusel člověk věnovat práci za účelem získávání prostředků na obživu. Na začátku devatenáctého století lidé pracovali až

75 hodin týdně, zatímco na konci devatenáctého století to bylo již jen 55 hodin týdně. V dalším vývoji došlo mezi léty 1917 až 1921 v mnoha zemích k uzákonění osmihodinové denní pracovní doby, čímž došlo k dalšímu masovému nárůstu volného času (Slepičková, I., 2005).

Po druhé světové válce zaznamenává J. Němec a kol. (2002) ve vývoji společnosti tři etapy. V první etapě, která zahrnuje 50.-60. léta společnost upřednostňuje práci před volným časem. Základní funkcí volného času je tak odpočinek, rekreace a oddech za účelem načerpání pracovní síly. Do druhé etapy spadají 70.-80. léta, kde již neexistuje tak ostrá vyhraněnost práce a volného času. Volný čas je tedy chápán jako řada činností, ve kterých jedinec může uspokojovat hmotné a kulturní potřeby. Slouží tedy nejen k odpočinku, ale i pro zábavu a prožitky. Je spojován především se službami a spotřebou zboží, vzdaluje člověka od oblastí, v nichž se může jeho osobnost realizovat (např. sport, umění, politika). Třetí etapa je časově ohraničená devadesátými léty, kde se již stírají hranice mezi prací, polovolným či nutným časem a volným časem. Pro toto období je charakteristická přemíra volného času. Lidé si v rámci volného času kladou požadavky jako „Já chci“, „Já potřebuji“ nebo „Mě to baví“ apod. Němec dále konstatuje, jak se v posledních letech volný čas stává doménou konzumu. Je cílem lidského snažení, nikoli jen prostředkem. „Místo aby člověk využíval postupného zkracování pracovní doby pro svůj svobodný rozvoj, přijímá delší nebo druhé zaměstnání. Musí totiž uspokojovat narůstající požadavky své rodiny, a to často především z prestižních důvodů“ (Němec, J. a kol., 2002, s. 16).

1.3 Funkce volného času

Kamiński (in Hofbauer, B., 2004) vymezil tři hlavní realizace volného času: odpočinek, zábava a aktivity rozvíjející osobnost. Sue tamtéž uvádí tyto funkce volné času:

- psychosociologickou,
- sociální,
- terapeutickou,
- ekonomickou.

Psychologická funkce přináší zábavu, uvolnění a rozvoj, sociální funkce zahrnuje socializaci jedince v různých prostředích. Terapeutická funkce volného času zahrnuje

hlavně zdravotní hledisko v prevenci chorob a ekonomická funkce je do jisté míry dvojnásobná.

Funkce a možnosti volného času vymezil obdobně Opaschowski (in Hofbauer, B., 2004, s. 14-15), který za základní považuje:

- „rekreaci (zotavení a uvolnění),
- kompenzaci (odstraňování zklamání a frustrací),
- výchovu a další vzdělávání (učení o svobodě a ve svobodě, sociální učení),
- kontemplaci (hledání smyslu života a jeho duchovní výstavba),
- komunikaci (sociální kontakty a partnerství),
- participaci (podílení se, účast na vývoji společnosti),
- integraci (stabilizaci života rodiny a vrůstání do společenských organismů),
- enkulturaci (kulturní rozvoj sebe samých, tvořivé vyjádření prostřednictvím umění, sportu, technických a dalších činností)“.

Podle I. Slepčkové (2005) volný čas plní řadu úkolů či funkcí, které lze rozdělit do tří skupin. Jedná se o úlohu:

- instrumentální,
- humanizační,
- zábavnou.

Za prostředek instrumentální funkce volného času považuje I. Slepčková taktéž sport. Jako příklad uvádí německé turnérství, sokolské hnutí nebo branné prvky odolávající atakům na národní identitu a geografickou celistvost. Pod humanizační funkci lze zahrnout výchovné, vzdělávací a socializační možnosti volného času. Zábavná funkce dává prostor pro oproštění se od povinností a problémů každodenního života, dává prostor pro věnování se osobním zájmům a zálibám.

1.4 Znaký a principy volného času

Vysvětlení podstaty a významu volného času je možné podle I. Slepčkové (2005) ze tří pohledů – subjektivního, objektivního a celostního (syntézy subjektivního a objektivního).

Subjektivní pojetí vychází z pohledu psychologického a psycho-sociálního. Objektívni přístup je založen na teoriích vysvětlujících a předvídajících lidské chování. Celostní přístup se snaží pohlížet na otázky volného času ze všech aspektů. Na základě uvedených přístupů Slepíčková tamtéž popisuje následující znaky volného času:

- Svoboda a protiklad práce
 - v subjektivním pojetí je volný čas často chápán jako osvobození se od práce a povinností zajišťující život.
- Volný čas jako časový prostor
 - lidé chápou volný čas jako prostor, ve kterém se mohou svobodně rozhodnout, co budou dělat. Důraz je kladen především na svobodu rozhodování.
- Volný čas jako forma činnosti
 - představuje činnosti, které stojí mimo plnění povinností v práci. Lidé se těmito činnostem věnují za účelem odpočinku a rozvoje osobnosti.
- Volný čas jako symbol sociálního postavení
 - do trávení volného času se promítá sociální postavení lidí, kdo má dostatek volného času a dostatek peněz, může si vybrat daleko více možností, jak trávit volný čas.
- Volný čas jako prostředek sociální pomoci
 - organizovaný volný čas může zmírňovat dopady hlavně u sociálně slabších vrstev populace.
- Volný čas jako funkce sociální skupiny
 - ukazuje na společenskou podmíněnost volného času a z ní vyplývající možnosti jeho záměrného ovlivňování.

Za základní principy volného času M. Prokešová (2008) podle Opaschowského považuje:

- Rozvíjení autonomie a svobodné osobnosti
 - svobodná osobnost je osobnost, která může rozvíjet svou autonomii, aniž by tím opomíjela svou vlastní zodpovědnost za sebe, za druhé i za své okolí.
- Volný čas jako určitá výzva a úkol
 - život je výzva a volný čas je prostorem, ve kterém je možné na tuto výzvu kvalitně odpovídat.

- Aktivita jedince
 - prostřednictvím volného času aktivně zdolávat překážky a jít za svými cíli.
- Orientace na sociální kontakt
 - kvalita života spočívá mimo jiné také v kvalitě našich mezilidských vztahů.
- Spontaneita a celková uvolněnost, přirozenost a otevřenost pro nové
 - být sám sebou, bez přetvářky, umět se smát a projevovat své city.
- Umění prožívat život a svět pozitivně
 - nepodléhat smutku pesimistickým náladám, jít vstříc všemu, co nám život přináší.

1.5 Způsoby využití volného času

Způsob trávení volného času je v dnešní společnosti značně různorodý. Můžeme jej rozdělit do dvou základních skupin a to aktivní a pasivní formy trávení volného času.

I. Slepíčková (2005) rozděluje aktivity volného času na:

- manuální (ruční práce),
- fyzické (sport),
- kulturně umělecké receptivní (četba, návštěva divadla),
- kulturně umělecké interpretační (hudba, zpěv),
- kulturně racionální (dobrovolné vzdělávání, četba tisku, knih),
- společensko formální (výkon veřejných funkcí, schůze),
- společensko neformální (rodinné a jiné návštěvy),
- hry, podívaná, sběratelství (sportovní diváctví, společenské hry),
- pasivní odpočinek (sedění, polehávání, kouření).

Na problematiku volného času je možné se dívat z různých pohledů. J. Pávková a kol. (2002) dělí pohled na využití volného času z pěti hledisek:

1. Ekonomického – kolik prostředků společnost investuje do zařízení pro volný čas, zda a jakým způsobem se alespoň část nákladů vrátí. Upozorňuje ale na skutečnost, že průmysl volného času často rezignuje na oblast kultivace a socializace člověka.
2. Sociologického a sociálně-psychologického – jak činnosti ve volném čase přispívají k utváření mezilidských vztahů, socializaci osobnosti a kvalitě komunikace mezi lidmi.

3. Politického – jak a do jaké míry stát svými orgány zasahuje do oblasti volnočasových aktivit a podmínek pro volný čas obecně.
4. Zdravotně-hygienického – jak podporovat zdravý tělesný a duševní vývoj všech věkových a sociálních skupin populace.
5. Pedagogického a psychologického – vytváří podmínky pro seberealizaci člověka s přihlédnutím k jeho věkovým a individuálním zvláštnostem.

V souvislosti s možnostmi trávení volného času je třeba volný čas vnímat i jako genderovou oblast, tedy z pozice žen a mužů ve společnosti. Ztotožňuji se s názorem S. Hollandové (2009), která potvrzuje existenci rozdílů v přístupu k volnému času mezi muži a ženami. Uvádí, že pro ženy jsou hranice mezi prací a volným časem obvykle neostře a nejasné. Naopak muži často vnímají volný čas jako činnost vykonávanou samostatně a odděleně od domova a rodiny. Rozdílnost ve volném čase mezi muži a ženami je silně ovlivněna tím, že většinu domácích prací, péči o děti, nakupování atd., zastávají právě ženy.

1.6 Volný čas a životní styl

Pieppero (in Hodaň, B., 2002) charakterizuje volný čas jako „vnitřní stav duše“. Hodaň se tamtéž s tímto názorem ztotožňuje, ale dodává, že je tento pojem spojován s mnoha oblastmi lidského života. „Je to prostor individuální, tedy můj. Ten prostor může zůstat nenaplněn nebo je nějak naplňován. Poněvadž jde o můj prostor a moje naplňování, je konečný efekt závislý na individuálním, tedy mém přístupu k individuálnímu (mému) i společenskému životu, na formulování smyslu vlastního života a jeho dosahování“ (Hodaň, B., 2002, s. 176). Volný čas jedinců a volný čas společnosti, představuje duchovní bohatství společnosti a její významnou systémovou charakteristiku. Volnočasové aktivity jako objektivizace vnitřního života a duchovního úsilí jedinců, skupin i národa znamenají období latentně se formujících společenských procesů (Spousta, V. a kol., 1996). A právě způsob využívání volného času je jedním z důležitých ukazatelů životního stylu.

Pojem životní styl je složitý a velmi komplikovaný. Bakalář (in Pávková, J. a kol., 2002) definuje životní styl jako souhrn životních forem, které jedinec aktivně prosazuje. Junger a Kasa (in Hodaň, B., 2002) považují za životní styl souhrn životních činností,

prostřednictvím kterých lidé reprodukují, uspokojují a rozvíjejí svoje potřeby, vstupují do konkrétních ekonomických a sociálních vztahů, zaměřují se na určité cílové hodnoty, při dodržování základních norem. Hodaň tamtéž definuje životní styl za uspořádání mnohotvárných činností, jimiž se dané individuum udržuje a obnovuje. I. Slepíčková (2005, s. 41) v této souvislosti dodává, že životní styl lze charakterizovat jako paletu všech lidských aktivit, „které zauímají v životě trvalejší místo, většinou se opakují, jsou typické a předvídatelné. Nejčastěji se posuzuje podle názorů, postojů a chování“.

Životní styl je souborem norem a zvyků, jedná se o způsob života jednotlivce, projevujícího se ve sférách práce, bydlení a volného času. Mezi hlavní ukazatele životního stylu patří životní prostředí, zdravotní stav, bydlení, mezilidské interpersonální vztahy, pracovní příležitosti, kvalitativní a kvantitativní možnosti trávení volného času. Životní styl je ovlivňován pohlavím, věkem, vzděláním, rodinným cyklem (Hodaň, B., Dohnal, T., 2005).

Můžeme konstatovat, že vše, co se volného času týká, je problémem životního stylu. Jde o naprostou vzájemnost. Tento pohled se ještě umocní tím, čím je životní styl podmíněn. Podle B. Hodaně (2002) je to individuální rozvoj a jeho aktuální stav, úroveň kulturnosti daného individua, hodnotová orientace, rodinné tradice, příslušnost k socioprofesionální skupině a postavení v ní, úroveň sociálních rolí, dovršená životní úroveň nebo vliv okolního prostředí. Neexistuje žádná z těchto podmínek, která by nebyla zároveň podmínkou volného času. M. Vážanský (1992) v této souvislosti dodává, že volnočasové kulturní pojetí života přispěje k většímu porozumění a lidskosti ve sféře práce a volného času, ke zcela naplněnému životu.

Je zřejmé, že životní styl je úzce spjat s pojmem kvalita života. Vnímání kvality života nemusí být jednoznačné a shodné u všech lidí. Souvisí s naplňováním lidských potřeb, s uspokojováním přání a tužeb jedince. Naplnění subjektivních potřeb je žádoucí a dostačující podmínkou toho, aby život měl z osobního hlediska vysokou kvalitu (Häyry, M., 1991).

Podle J. Pávkové a kol. (2002) životní styl zahrnuje hodnotovou orientaci člověka, která se projevuje v jeho chování i ve způsobu využívání a ovlivňování materiálních a sociálních životních podmínek. Každý člověk má svůj individuální systém hodnot, který se utváří vlivem životních podmínek a aktivitou jedince. M. Vážanský (1992) k tomuto tématu

doplňuje, že sféra volného času představuje nesmírnou hodnotu, neomezenou příležitost člověka vrátit se k sobě samému, ke svému autentickému plnému životu.

Nedílnou součástí pojetí hodnot je také pojem teorie motivace. Nejčastějšími motivy našich činností jsou právě potřeby, které jdou ruku v ruce s hodnotami. A to je důležité při posuzování stylu života. Nejen jednotlivci, ale i společenské skupiny, kolektivy, kluby, společenské třídy, národy, státy se odlišují od ostatních tím, co považují za důležité a žádoucí, tedy svými hodnotovými orientacemi a postoji. Kučerová (in Prokešová, M., 2008, s. 23) uvádí, že „studium hodnot umožňuje definovat, co vlastně tvoří specifický životní styl toho kterého jedince, rodiny, generace, společenské skupiny, země, epochy“.

1.7 Úloha sportu a rekreace ve volném čase

Pohyb je základním způsobem existence člověka. Sport, chápán jako pohybová aktivita, je dnes již neodmyslitelnou součástí života moderní společnosti 21. století. Obecně se vychází z předpokladu, že pravidelná sportovní činnost ve volném čase ovlivňuje významně rozvoj pohybových vlastností a že organizovaný trénink v kolektivních sportech posiluje sociálně komunikační schopnosti.

Existuje široké spektrum pohledů na sport, zvláště z hlediska sociologického přináší tento pojem různost definičního vymezení. Ve Velkém sociologickém slovníku (in Sekot, A., 2003, s. 14) je za sport považována „každá hra (buď zápas se sebou samým, nebo závodu s jiným) a realizuje se v rámci přesně stanovených pravidel a zásad fair play“. V. Svatoň tamtéž upozorňuje na frekventovaný pojem pohybové aktivity jako pohybové činnosti člověka, prováděné rekreačně a prožitkově, které zpravidla nesměřují k závodní činnosti, ale k naplnění východisek zdravotně orientované zdatnosti a zdravého životního stylu. Sociologicky přijatelnou definici nabízí I. Slepíčková (2005, s. 28): „Sportem se rozumí všechny formy tělesné činnosti, které ať již prostřednictvím účasti či nikoliv si kladou za cíl projevení či zdokonalení tělesné a psychické kondice, rozvoj společenských vztahů nebo dosažení výsledků v soutěžích na všech úrovních“.

Sport a jiné pohybové aktivity jsou nedílnou součástí životního stylu člověka a představují nejen výkonnostní, ale především zábavnou činnost člověka, kde hrají významnou roli prožívání a prožitek. Podle I. Slepíčkové (2005) jsou užívány ve světě dva přístupy k pojetí sportu. První z nich považuje za základní znaky sportu hru, soutěž

a výkon. Druhý přístup pojímá sport významem, který mu byl přisouzen před více jak 160 lety v Anglii, a to jako zábavu, rekreaci a cvičení. Orientace na výkon a soutěž je typická pro pojetí severoamerické a koresponduje s prosperitou a ziskem. Tento přístup se uplatňuje v profesionálním sportu.

Výstupem sportu tedy není pouze vítězství či výkon, ale zejména radost z pohybu, posílení zdraví a fyzické a psychické odolnosti, harmonizující relaxace, příjemný pocit únavy kompenzující pracovní jednostrannost. I. Slepíčková (2005) konstatuje, že právě volný čas poskytuje člověku prostor pro naplnění potřeby odpočinout si, zregenerovat své fyzické a psychické síly, zrekreovat se. Rekreativní se je spojováno s dobou mimo práci, mimopracovní povinnosti a v přeneseném slova smyslu označuje obnovení či osvěžení. Rekreativní přináší zábavu, odpočinek a znovunabytí psychických i fyzických sil. V této souvislosti je třeba se zmínit o tzv. rekreaci pohybem neboli pohybové rekreaci, které začalo být užíváno koncem 60. let minulého století v souvislosti s podporou sportovních aktivit a pravidelného pohybu široké veřejnosti. Užívá se také slovní spojení „sport pro všechny“ a jedná se o část sportu prováděného ve volném čase bez ambicí po vysoké výkonnostní úrovni. Formy pohybové rekreace představují zájmovou činnost ve volném čase, jejíž součástí je tělesná aktivita (např. myslivost nebo zahrádkaření, ale také horolezectví či paragliding). Souhrnně lze konstatovat, že pohybová rekreace zahrnuje „tělesné činnosti od mírné po vysokou intenzitu fyzického zatížení, kombinovaná s činnostmi mentálními a provázená emocionálními prožitky“ (Slepíčková, I., 2005, s. 37).

Nejen že pohybová aktivita stimuluje činnost jednotlivých orgánů a systémů organismu, ale zároveň tím zpomaluje proces stárnutí. Mezi kalendářním a biologickým věkem tak může být rozdíl několika let. Podle B. J. Sharkeye (1990) pro lidi, kteří se dožívají vysokého věku, jsou typické určité znaky jejich životního stylu. Mezi jejich zdravé návyky patří:

- umírněnost či přiměřenost – např. ve výživě, v práci i tělesné aktivitě,
- psychická flexibilita – umožňuje bez problémů přijímat změny,
- zdravotní zvyky – jsou pevné a zažitě,
- otevřenost – nežít izolovaně a udržovat vztahy s ostatními lidmi,
- neustálá aktivita – mít cíl a vyhlídky.

1.8 Současné problémy volného času

Dynamika moderní společnosti přináší nové problémy v oblasti forem trávení volného času v kontextu působnosti masové kultury. Soudobé hospodářství se přesouvá z materiální výroby do sféry služeb, informačních technologií a vzdělávání. Tato skutečnost se projevuje i ve významu vlivu masové kultury, která je důležitou součástí náplně volného času. Kultura se tak stává předmětem podnikání, kdy v úsilí co nejnižších nákladů se snaží oslovit nejširší masy lidí. B. Hodaň (2002, s. 27) v této souvislosti charakterizuje masovou společnost jako „oblast trhu a idejí přijímající vnucované hodnoty, jako množinu lidí podléhající masovým vlivům, prostředků masové komunikace a vzorů zábavy a forem trávení volného času“. Také I. Slepíčková (2005) konstatuje, že v posledních 20 letech, v materiálně orientované společnosti se volný čas stal součástí hospodářství a staví svou prosperitu na masové konzumaci. Prostřednictvím sdělovacích prostředků, hlavně televize, je podporován trend k požitkářství, který se stal součástí volného času. Jeho původní regenerativní funkce je zastíněna funkcemi jinými. To se projevuje především v tom, že volný čas charakterizuje různé životní styly. J. Němec a kol. (2002, s. 65) charakterizuje lidi na konci dvacátého století jako ty, „kteří se snaží nahromadit mnoho věcí a předejnat ty druhé“ oblečením, autem a mnoha dalšími materiálními, mnohdy však příjemnými zbytečnostmi. Otázkou zůstává, koho to chce lidstvo předejnat, když v míře spotřeby a vyčerpání přírody předstihlo samo sebe o několik příštích generací.

Masová kultura je postavena na její nepoklesléjší části – bulváru. Na tak intelektuálně a esteticky nízkých požadavcích na recipienta, že je přístupná i jedincům s nejnižším IQ, vzděláním a sociokulturní úrovní. Zatímco od dob obrození se média (nejdříve noviny a knihy a posléze i další média) významně podílela na kultivaci populace, včetně jejích nejnižších vrstev, od devadesátých let se média vydala opačnou cestou a českou společnost dekulativují. Zvláště vrstvy společnosti, které mají malou možnost kompenzace, se stávají obětí této dekulativace. Výsledky jsou již patrné na mládeži, která vyrůstala a sociálně zrála pod tímto dekulativním tlakem (reality show) (Volný čas české populace v současnosti a budoucnosti [online]).

Zcela novým civilizačním faktorem souvisejícím s utvářením informační společnosti je digitalizace životního pole a životního stylu. Zvláště mládež se přesouvá do kyberprostoru a začínají se prolínat přirozený svět a kyberprostor, virtuální reality s aktivitami reálného

světa. Kyberprostor má svůj specifický časoprostor a v interakci s přirozeným světem bude tento svět ovlivňovat a možná do určité míry i destruovat (Volný čas české populace v současnosti a budoucnosti [online]).

B. Hodaň (2002) uvádí, že do masové kultury byl vtažen i sport, který se stal součástí showbusinessu. Vrcholová sportovní utkání se stávají složkou programové skladby elektronických médií, sport se tak stává super masovým divadlem. Jednoznačně se zvyšuje zájem občanů o sportovní dění, roste atraktivnost některých sportovních disciplín a tím se zvyšuje zájem o aktivní sportování. Na druhé straně se B. Hodaň tamtéž zabývá otázkou, zdali právě větší časová plocha v elektronických médiích věnovaná sportu není příčinou intenzivnějšího pasivního sledování a z hlediska volnočasového není spíše překážkou aktivního sportování.

Podle I. Slepíčkové (2005) si lidé dnes velmi stěžují na nedostatek volného času. Nedostatek volného času dominuje mezi důvody zabraňujícími aktivní účasti ve sportu. „Ukazuje se však, že lidé exponovaní v zaměstnání a s vyšším vzděláním přistupují ke svému volnému času racionálněji a zařazují do něj pohybové a sportovní aktivity častěji než ti, kteří mají času objektivně více. Ten, kdo se sportování ve volném čase chce věnovat, si čas vždy najde“ (Slepíčková, I., 2005, s. 20). Také M. Prokešová (2008) v této souvislosti dodává, že nejvíce zaměstnaní a pracovití lidé mají nejvíce volného času, protože si ho totiž umí udělat a navíc umí s ním nakládat a nikdy nepoví, že čas nemají, protože jej prostě mít chtějí. „Věta: „Můj čas je drahý“ by měla vzbuzovat lítost a soucit k tomu, kdo to říká, a věta: „Nemám čas“ směřovaná k dětem, vzbuzuje odsouzení“ (Prokešová, M., 2008, s. 53).

2 Policie České republiky

2.1 Charakteristika Policie České republiky

Policie České republiky je jednotný ozbrojený bezpečnostní sbor zřízený zákonem České národní rady ze dne 21. června 1991. Policie České republiky je podřízena ministerstvu vnitra. Tvoří ji policejní prezidium, útvary s celostátní působností, krajská ředitelství policie a útvary zřízené v rámci krajských ředitelství. Zákon zřizuje 14 krajských ředitelství policie. Jejich územní obvody se shodují s územními obvody 14 krajů České republiky (Vokuš, J., 2010).

Podle D. Michalíka (2009) se v současné době pod pojmem policie rozumí označení bezpečnostních složek v rámci určitého státního systému. „Hlavními úkoly těchto bezpečnostních složek, při jejichž plnění jsou využívány dva základní nástroje – prevence a represe, je ochrana státu a ochrana jednotlivce“ (Michalík, D., 2009, s. 13).

Policie slouží veřejnosti. Jejím úkolem je chránit bezpečnost osob a majetku a veřejný pořádek, předcházet trestné činnosti, plnit úkoly podle trestního řádu a další úkoly na úseku vnitřního pořádku a bezpečnosti svěřené jí zákony, přímo použitelnými předpisy Evropských společenství nebo mezinárodními smlouvami, které jsou součástí právního řádu (Zákon č. 273/2008 Sb., o Policii České republiky).

Policie působí na území České republiky, nestanoví-li zákon o Policii nebo jiný právní předpis jinak. Tvoří ji útvary, jimiž jsou policejní prezidium České republiky, útvary policie s celostátní působností, krajská ředitelství policie a útvary zřízené v rámci krajského ředitelství (Zákon č. 273/2008 Sb., o Policii České republiky).

2.2 Historie bezpečnostních sborů

P. Macek a L. Uhlíř (1997) uvádějí, že již od starověku se lidé setkávají s nutností ochrany vnitřní stability daného státního útvaru. Vedle armády zde sloužily odpovědné bezpečnostní složky jako např. skytští lučištníci v Athénách, dále městské kohorty ve starém Římě nebo městští žoldnéři ve středověku. K vývoji těchto sborů během lidské historie dochází společně s vývojem společnosti.

Vlastní pojem policie má svůj původ v řečtině, konkrétně ve výrazech polis a politeia. Během vývoje lidstva byl tento pojem chápán ve dvou základních významech. První činnostní význam, představoval soubor opatření, předpisů k dané oblasti výkonu státní správy. Tento termín postupně vymizel. Druhý význam se týká názvu pro bezpečnostní složky a zůstává do současnosti (Michalík, D., 2009).

Po první světové válce v roce 1918 převzal samostatný československý stát od habsburské monarchie síť státních policejních úřadů, četnictva a komunální policie. Četnictvo představovalo vojensky organizovaný strážní sbor, který působil k udržení pořádku a bezpečnosti na celém území státu. Ve velkých statutárních městech fungovaly za tímto účelem státní policejní úřady a jednotlivé obce využívaly pro plnění místních bezpečnostních úkolů komunální policii. Po druhé světové válce došlo k postupnému vzniku Sboru národní bezpečnosti. Členil se na Státní bezpečnost, která sloužila k ochraně lidově demokratického zřízení a postihování protistátní činnosti a Veřejnou bezpečnost, pod kterou spadala pořádková a kriminální služba. Činnost těchto složek byla závislá na politickém zřízení s vedoucí rolí Komunistické strany Československa. Revoluční změny v listopadu 1989 byly mezníkem i pro Sbor národní bezpečnosti. Rozdělením Československa na dva samostatné státy začíná svou historii ozbrojený bezpečnostní sbor pod názvem Policie České republiky (Michalík, D., 2009).

2.3 Organizace a řízení policie

Činnost Policie České republiky řídí policejní prezidium v čele s policejním prezidentem. Policejní prezident odpovídá za činnost policie ministru vnitra. Policejnímu prezidiu jsou podřízeny jednak útvary s celorepublikovou působností a jednak krajská ředitelství policie. Útvary s celostátní působností zřizuje ministr vnitra na návrh policejního prezidenta. Krajská ředitelství policie jsou zřízena zákonem.

Policejní prezidium zejména určuje cíle rozvoje policie, řeší koncepci její organizace a řízení a stanoví úkoly jednotlivých služeb. V rámci Policie České republiky působí:

- služba pořádkové policie
- služba dopravní policie
- služba cizinecké policie
- letecká služba

- pyrotechnická služba
 - ochranná služba
 - služba kriminální policie a vyšetřování
- a další specializované služby (Vokuš, J., 2010).

Policejní prezidium rovněž analyzuje a kontroluje činnost policie, vytváří policejním útvarům podmínky pro plnění jejich úkolů a koordinuje jejich činnost při plnění úkolů, které přesahují jejich územní nebo věcnou působnost.

Krajská ředitelství policie jsou útvary s územně vymezenou působností. Slouží veřejnosti na vymezeném teritoriu, představují samostatné organizační složky státu a při plnění úkolů policie samostatně hospodaří s finančními prostředky ze státního rozpočtu. V rámci krajských ředitelství mohou působit další teritoriální útvary, které jsou jim podřízeny. Tyto zřizuje policejní prezident na návrh krajského ředitele.

Útvary s celostátní působností plní specifické a vysoce specializované úkoly na celém území státu. Některé poskytují specifický servis ostatním policejním útvarům, jiné se specializují například na odhalování organizovaného zločinu nebo korupce a závažné finanční kriminality. Potírají také drogovou kriminalitu nebo zajišťují ochranu prezidenta republiky a dalších ústavních činitelů (Vokuš, J., 2010).

2.4 Přijetí k Policii České republiky

Podmínky přijetí k policii jsou stanoveny zákonem o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů. Tyto podmínky, tedy dobrá tělesná kondice, dle mého názoru, ovlivňují způsob a možnosti trávení volného času, a proto jsem uvedenou kapitolu zařadil do mé diplomové práce.

Právní poměry a služební vztahy příslušníků Policie České republiky upravuje zákon o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů. Policisté jsou ve služebním poměru k České republice. Do služebního poměru může být přijat státní občan České republiky, který je starší 18 let, je bezúhonný, splňuje stupeň vzdělání stanovený pro služební místo, na které má být ustanoven, a je zdravotně, osobnostně a fyzicky způsobilý k výkonu

služby. Policista nesmí být členem politické strany nebo politického hnutí a nesmí vykonávat živnostenskou nebo jinou výdělečnou činnost. Policie České republiky si ověřuje, zda žadatel splňuje podmínky přijetí do služebního poměru v průběhu přijímacího řízení. Jeho součástí je komplexní zdravotní prohlídka, psychologické vyšetření a prověrka tělesné zdatnosti. Přijetí do služebního poměru nelze odepřít z důvodu věku, rasy, barvy pleti, pohlaví, sexuální orientace, víry a náboženství, politického nebo jiného smýšlení, národnosti, etnického nebo sociálního původu, majetku, rodu, manželského nebo rodinného stavu (Zákon č.361/2003 Sb., o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů).

Při přijetí do služebního poměru je policista ustanoven na služební místo a jmenován do služební hodnosti. Služební místo vyjadřuje jeho organizační a právní postavení v bezpečnostním sboru. Je charakterizováno služební hodností, stupněm a oborem vzdělání, náplní služební činnosti, rozsahem oprávnění a povinností. Zákon o služebním poměru upravuje pravidla kariérního postupu policisty (Vokuš, J., 2010).

2.5 Etický kodex Policie České republiky

Příslušníci Policie České republiky se musí i ve svém volném čase řídit etickým kodexem, který by měl být zárukou vzorového chování a vystupování s tím, že si policista je vědom svého poslání, spočívajícího ve službě veřejnosti a založeného na úctě a respektu k lidským právům, vyjadřují následující principy, jež chtějí sdílet a dodržovat.

1. Cílem Policie České republiky je
 - chránit bezpečnost a pořádek ve společnosti,
 - prosazovat zákonnost,
 - chránit práva a svobody osob,
 - preventivně působit proti trestné a jiné protiprávní činnosti a potírat ji,
 - usilovat o trvalou podporu a důvěru veřejnosti.

2. Základními hodnotami Policie České republiky jsou
 - profesionalita,
 - nestrannost,

- odpovědnost,
- ohleduplnost,
- bezúhonnost.

3. Závazkem Policie České republiky vůči společnosti je

- prosazovat přiměřenými prostředky s maximální snahou o spolupráci s veřejností, státními a nestátními institucemi,
- chovat se důstojně a důvěryhodně, jednat se všemi lidmi slušně, korektně a s porozuměním a respektovat jejich důstojnost,
- uplatňovat rovný a korektní přístup ke každé osobě bez rozdílu, v souladu s respektováním kulturní a hodnotové odlišnosti příslušníků menšinových skupin všude tak, kde nedochází ke střetu se zákony,
- při výkonu služby jednat taktně, korektně a vhodně uplatňovat princip volného uvážení,
- používat donucovacích prostředků pouze v souladu se zákonem, nikdy nezacházet s žádnou osobou krutě, nehumánně ani ponižujícím způsobem,
- nést odpovědnost za každou osobu, která byla omezena Policií České republiky na osobní svobodě,
- zachovávat mlčenlivost o informacích zjištěných při služební činnosti,
- zásadně odmítat jakékoliv korupční jednání, netolerovat tuto protizákonnou činnost u jiných příslušníků Policie České republiky, odmítnout dary nebo jiné výhody, jejichž přijetí by mohlo dojít k ovlivnění výkonu služby,
- zásadně se vyhýbat jakémukoliv jednání, které by mohlo být střetem zájmů.

4. Závazkem vůči ostatním příslušníkům Policie České republiky je

- usilovat o otevřenou a partnerskou spolupráci,
- dbát, aby vztahy byly založeny na základě profesní koležiality, vzájemné úcty, respektování zásad slušného a korektního jednání, jakékoliv formy šikanování a obtěžování ze strany spolupracovníků či nadřízených jsou vyloučeny,
- netolerovat ani nekryt podezření z trestné činnosti jiných příslušníků Policie České republiky a trestnou činnost neprodleně oznámit, stejně tak netolerovat ani jiné

protiprávní jednání či jednání, které je v rozporu s Etickým kodexem Policie České republiky.

5. Osobním a profesním přístupem příslušníků Policie České republiky je
- nést osobní odpovědnost za svoji morální úroveň a svůj profesní výkon,
 - chovat se bezúhonně ve službě i mimo ni tak, aby důstojně reprezentovali Policii České republiky svým jednáním, vystupováním i zevnějškem.

Každý příslušník Policie České republiky, který jedná v souladu se zákonem a Etickým kodexem Policie České republiky, si plně zaslouží úctu, respekt a podporu společnosti, jejíž bezpečnost chrání i s nasazením vlastního života (Etický kodex Policie České republiky [online]).

2.6 Současný stav Policie České republiky

Počet policistů v České republice stále klesá a momentálně již klesl pod čtyřicet tisíc. Snižování počtu policistů má vliv i na jejich volný čas, protože úkoly policie musí být splněny i s menším počtem příslušníků, proto více času tráví ve službě. To je přitom hranice stanovená ministerstvem jako optimální. Do konce roku má navíc skončit dalších téměř tisíc policistů. Na nábor nových však nezbývají peníze.

Úbytek uniformovaných mužů a žen ještě neskončil. Podle propočtů policejního prezidia by přitom v zemi mělo být nejméně 40 309 policistů. Jenže vedení policie nemá na tolik lidí dostatek finančních prostředků.

Prezidium se před několika týdny obrátilo na ministerstvo vnitra s žádostí o navýšení rozpočtu na příští rok o 700 milionů korun - na mzdové a provozní výdaje.

Současný policejní prezident Petr Lessy již koncem srpna roku 2011 označil možný pokles počtu policistů k hranici 39 tisíc za "katastrofickou variantu". Tento počet je podle něho na současné plnění úkolů policie nedostatečný.

Policie se v posledních letech potýká se snižováním rozpočtu, kdy schválený rozpočet na rok 2010 byl podle policejního prezidia skoro 34,87 miliardy korun a na rok 2011 již 29,07 miliardy.

Ministerstvo vnitra na začátku srpna 2011 oznámilo, že na příští rok se rozpočet policie oproti letošku sníží ještě o 1,375 miliardy korun a to zejména v oblasti mzdových výdajů (Stovky policistů jsou na odchodu - ve státní kase na ně nejsou peníze [online]).

Ve vazbě k různým koncepcím je možné konstatovat, že policie má nejbliže k autokratickému stylu vedení, díky jasné struktuře, ustanovení pozic, vymezení zřetelných pravomocí řídicích pracovníků. Předpokladem je existence silné organizační kultury, která má být charakteristická pro tento typ organizací. V případě Polici ČR nacházíme určité mezery v tomto předpokladu, resp. silná organizační kultura přináší sama o sobě některá negativa. To má souvislost s celou řadou problémů. Mezi nedostatky, které jsou opakovaně vytykány ze strany Evropské unie, patří oblast boje proti organizovanému zločinu, řízení lidských zdrojů, policejního vzdělávání a výcviku, lidských práv. Dále se zde jeví jako důležité zmínit určitou stále existující spojitost současné policejní instituce s jejím předchůdcem z období totalitního režimu, která se projevuje ve vnímání veřejnosti a také v samotném chodu policejní organizace. Nelze následně opomenout snahu o diskreditaci policie v rámci sporů na politické scéně a často se vyskytující negativní prezentaci policie v médiích.

Díky dlouholeté znalosti policejní praxe z pozice základních útvarů Policie ČR můžeme vybrat problematiku oblastí, které považujeme za zásadní. K těmto problematickým oblastem, které jsou doposud aktuální, patří:

- vztahy na pracovištích,
- pracovní podmínky,
- výkon policejní profese,
- ohodnocení policejní práce,
- postoje veřejnosti (Michalík, D., 2009).

3 Policejní profese a zátěžové situace

3.1 Stres

Stres můžeme chápat jako ohrožení, tlak a zároveň jako změny, které probíhají v těle a psychice ohrožené osoby. V dnešní době stresorem nemusí být jen přímé fyzické ohrožení, ale i sociální či psychický stres. V takovémto případě však v těle probíhají různé změny určité intenzity, které připravují jedince na útěk nebo boj. Jde například o špatnou známku dítěte ve škole, řešení rozbitého okna, obava před zkouškou a právě zde mohou také probíhat reakce určitým způsobem typické pro stresové prožívání.

Stres je H. Seleyem (in Hartl, P., Hartlová, H., 2004, s. 568) definován jako „charakteristická fyziologická odpověď na poškození nebo ohrožení organismu, který se projevuje prostřednictvím adaptačního syndromu. Ten přímo ovlivňuje zdraví tím, že vyvolává nadměrnou a trvalou aktivaci nervového sympatického systému nebo systému adrenokortikálního, posléze poškození systému imunitního“.

Podle I. Šolcové (1995) je stres proces, který vzniká jako odpověď na nadměrné požadavky kladené na tělesné a duševní rezervy. Stres je prožíván jako ohrožení rovnováhy organismu na lidské tělo, kdy na takovou situaci ihned reaguje. Člověk se setkává se situacemi, které může ve své podstatě řešit dvěma způsoby - bojem nebo útekem. Dnešní náročné situace, které jsou svou povahou převážně psychologické, spouštějí stejné tělesné reakce, které sloužily našim předkům k přípravě na boj nebo útěk. Uvedené tělesné reakce však jsou často naprosto nepřiměřené potřebám zvládnutí psychicky náročných situací dnešního člověka. Náročné situace však dnes již patří neodmyslitelně k životu moderního člověka. Je možno hledat způsoby, jak vzniklý stres účinně zvládat a jak zamezit jeho škodlivým následkům pro zdraví. Zda se pro nás určitá situace stane stresující, rozhoduje naše hodnocení této situace, kdy situaci vyhodnotíme jako ohrožující. Vzhledem k této skutečnosti reagují na stejné situace lidé odlišně. Svou roli hraje i fakt, jak se v danou chvíli cítíme. Budeme reagovat jinak na stejnou situaci po namáhavém pracovním týdnu a jinak pokud budeme odpočinutí a plní elánu.

L. Čírtková (2006) spojuje stres se situací, kdy se od jedince očekávají sice obvyklé a osvojené činnosti, ovšem za ztížených podmínek pro jejich uskutečnění. Zpravidla jsou tyto situace ztěžovány nebo narušovány vnějšími tlaky podmínkami jako jsou zvýšená

odpovědnost nebo malý časový prostor pro realizaci. Výzkum prováděný v současné době a teorie chápe stres jako obecné a souhrnné označení náročných životních situací vůbec a pojem stres se tak stává synonymem českého výrazu zátěže. V profesionálním i soukromém životě se objevují v důsledku různých příčin situace, které označujeme jako náročné, obtížné, svízelné nebo konfliktní. Jejich společným příznakem je, že kladou na člověka zvýšené nároky a požadavky, které lze zvládnout jen s vystupňovaným úsilím, aktivizací všech psychických a fyzických sil, které jedinec má. V této situaci dochází k porušení rovnováhy mezi vnějšími požadavky a tlaky na straně jedné a způsobilostí či připraveností jedince je zvládnout na straně druhé. V případě, že si jedinec tento rozpor neuvědomuje nebo nepřipouští, tak k zátěži nedochází.

Tento prožívaný rozpor nabývá z psychologického hlediska různých podob. Podle L. Čírtkové (2006) se zpravidla rozlišují typy zátěžových situací:

- Frustrace – situace, kdy vnější či vnitřní překážky blokují možnost uspokojení aktualizovaných potřeb jedince.
- Deprivace – zvláštní frustrační situace, kdy jedinec strádá v důsledku absence vnějších podnětů nutných pro uspokojení aktualizovaných potřeb.
- Konflikty – v psychologickém slova smyslu situace, kdy zátěž nastává v důsledku střetu různých soupeřících tlaků. V případě vnitřních intrapsychických konfliktů se střetávají vnitřní psychické síly (motivy), v případě vnějších je jedinec postaven před nutnost volby mezi vnějšími, vzájemně neslučitelnými tlaky.
- Problémy – zátěžové situace, jejichž podstatou jsou zvýšené nároky prostřednictvím úkolů, které má jedinec řešit. Tyto úkony jsou pro jedince nestandardními situacemi, pro jejichž řešení nepostačují dosavadní navyklá schémata nebo postupy.
- Stres – situace, kdy se od jedince vyžadují obvyklé a osvojené činnosti, ale za ztížených či tísnivých podmínek pro jejich realizaci (např. časový deficit, pocit ohrožení nebo zvýšená výjimečná odpovědnost apod.).

D. Michalík (2009) uvádí, že samotný stres je vykládán ze dvou hledisek a to buď ve smyslu vnějšího vlivu anebo jako reakce organismu na stresový podnět. Stres je zpravidla interpretován pouze v negativním významu pro člověka a to v podobě ohrožení, se kterým

se musí člověk vypořádat. Není však možno opomenout, že výskyt určité zvládnutelné zátěže je pro rozvoj jednotlivce potřebný.

Také L. Čírtková (2006) chápe zátěž jako nezbytnou a obecně účelnou součást života jedinců i větších sociálních celků. Rozlišuje se její pozitivní a negativní role. Pro diferenciaci těchto rolí se používají pojmy eustres a distres, přičemž eustres vyjadřuje příznivé a pozitivní účinky zátěže a distres označuje škodlivé, ohrožující působení zátěže na rozvoj osobnosti. To, zda zátěž hraje pozitivní či naopak negativní roli v rozvoji jedince, závisí na jejím stupni a délce trvání. Pozitivní role zátěže je zpravidla spojována se stupněm zvýšené zátěže a krátkodobě působící hraniční zátěží. Negativní role zátěže je zjevnější než pozitivní a bývá také více uvědomovaná. Je spojována s neúměrně prodlužovanou zvýšenou zátěží, ale především se stupněm hraniční a extrémní zátěže.

3.1.1 Stres v policejní práci

V sociálně komplikovaných a psychologicky vyhocených situacích se policisté ocitají často a dle L. Čírtkové (2006) je zapotřebí, aby byli do těchto situací náležitě odborně vybaveni. V policejních sborech různých zemí se začínají zřizovat psychologická pracoviště a policejní psychologie získává svou institucionální základnu.

Policejní práce má s ohledem na svou náplň mnoho specifik. Jde o činnosti, které policisté v běžném výkonu služby zvládají, avšak často se setkávají se situacemi, se kterými není příliš jednoduché se vypořádat. Proto problematika stresu dominuje v současné policejní psychologii. Stres je v této složce jednou z nejčastějších příčin pracovní neschopnosti nebo předčasného odchodu z aktivní služby. A nejsou to jen policisté, kteří jsou ohrožováni pracovním stresem. L. Čírtková (2006, s. 130) v této souvislosti zmiňuje pojmy jako „manažerský stres u vedoucích pracovníků, bojový stres u profesionálních vojáků či burn-out u tzv. pomáhajících profesí zaměřených na poskytování sociálních služeb“.

L. Čírtková tamtéž charakterizuje policejní stres jako situace, které většina policistů vnímá jako zátěž spojenou s emocionálním a často i fyzickým vypětím. Je tedy přirozené vnímat tyto situace jako zdroj stresu.

Mezi zátěžové situace v rámci každodenního výkonu policejní služby řadí D. Michalík (2009) běžnou silniční kontrolu, která může být velmi rizikovou záležitostí.

Dále pak vyšetřování dopravních nehod, kontroly objektů s možným výskytem pachatele nebo davové akce (demonstrace, fotbaloví fanoušci). Stále aktuálnější jsou případy domácího násilí. Za stresogenní faktory lze také považovat výkon administrativní práce ze strany policistů v podobě práce na přidělených spisech. P. Feldman (in Michalík, D., 2009) zmiňuje zahraniční výzkumy, podle kterých do policejních stresorů ještě patří směnná práce, pracovní přetíženost, neustálá pohotovost, fyzické nebezpečí, špatné vybavení, návštěvy soudu, postavení v organizaci a policejní organizace.

Jako za zvláště zátěžové a traumatizující situace v rámci policejní služby považuje Š. Vymětal a kol. (2010, s. 35) „například ohrožení vlastního života nebo zdraví, ohrožení života kolegů, použití střelné zbraně, pohled na případy kruté smrti a vážná zranění, sebevražda, hromadné neštěstí a jiné mimořádné úmrtí“.

Podle L. Čírtkové (2006) jsou kladeny zvýšené nároky na kriminalisty, jejichž práce vyžaduje určitou psychickou odolnost. Policejní stres u nich nevzniká ve fázi objasňování, jak došlo např. k úmrtí oběti, ale nastává ve spojení s určitými extrémními, mimořádnými charakteristikami vyšetřovaného případu. Stresogenně na kriminalisty působí situace, kdy musí vynaložit zvýšené úsilí, aby zvládli práci na místě nálezů oběti a další s tím spojené úkony. Tyto události jim ulpívají v mysli, hůře se potlačují vzpomínky a vnucují se paralely k vlastnímu osobnímu životu. Tito policisté v mnoha případech potlačují klíčící pocity trpkosti, bezmoci a apatie, u mnohých se objevují různé tělesné potíže. Stresogenně a tíživě působí zejména momenty:

- extrémní mrtvoly,
- smrt dítěte,
- tragické okolnosti případu,
- případy náhlého úmrtí dítěte v rodině.

V životě policisty se podle Š. Vymětala a kol. (2010) mohou naskytnout i další zátěžové situace typu úmrtí v rodině, partnerský nesoulad nebo rozvod, dále nemoc, závislost na alkoholu, šikana na pracovišti nebo jiné problémy v pracovních vztazích apod.

3.2 Posttraumatické stresové poruchy

V průběhu života se člověk setkává nejen s různými zátěžovými situacemi, stresy, ale i traumaty. Ty mohou být subjektivně různě závažné, trvat různou dobu a lidé na jejich reakce nereagují stejným způsobem. Někdy je zážitek natolik traumatizující, že může významným způsobem ovlivnit život takto postiženého člověka (Atkinson, R. a kol., 2000).

P. Hartl a H. Hartlová (2004, s. 437) definují posttraumatickou stresovou poruchu jako „zpožděnou odezvu na stresovou situaci hrozivého nebo katastrofického rázu, která vyvolává prakticky u každého pronikavou tíseň, např. přírodní nebo člověkem způsobená katastrofa, boj, vážné neštěstí, přítomnost u násilné smrti jiných osob, znásilnění apod.“.

M. Vágnerová (2003) uvádí, že psychická reakce na takový stresový zážitek může být různá, přičemž reakcí nelze v tomto případě považovat za poruchu, nýbrž jako určitý způsob jeho zpracování a postupného vyrovnání. Ke vzniku psychické poruchy dochází jen tehdy, pokud se postiženému člověku nepodaří traumatickou zkušenost zvládnout. Chorobné příznaky pak přetrvávají delší dobu a významným způsobem narušují jeho prožívání i chování.

Traumatizující událost může být podle M. Vágnerové (2003) jednorázová nebo může probíhat po určitou dobu. Z hlediska přetrvávání potíží, které byly vyvolány traumatickou událostí, lze rozlišit dva typy:

1. Akutní reakce – zahrnuje přechodné příznaky, vyvolané nějakým traumatickým zážitkem. Jde o dočasné potíže, které většinou nelze chápat jako patologické.
2. Posttraumatická stresová porucha – je „prodlouženou nebo oddálenou reakcí, resp. projevem nedostatečného zpracování závažné traumatické zkušenosti, která se projevuje přetrváváním psychických i somatických potíží“ (Vágnerová, M., 2003, s. 32).

Základními symptomy posttraumatické stresové poruchy jsou opakující se a vnucující se vzpomínky na událost, opakované sny o zážitku a náhlé nezvladatelné pocity, že se traumatický zážitek bude znovu opakovat. Výskyt této poruchy je spojen převážně

s nejzávažnějšími událostmi, především hromadného či individuálního charakteru (letecké neštěstí, přírodní pohromy atd.) (Čírtková, L., 2006).

Hlavní příčinou vzniku posttraumatické poruchy jsou vnější vlivy. M. Vágnerová (2003, s. 30) v této souvislosti dodává, že „traumatické situace, které vyvolávají takové reakce, jsou charakteristické náhlostí, nečekaností, neodhadnutelností a extrémní intenzitou ohrožení. Jsou to různé, extrémně děsivé zážitky, které neodpovídají běžnému očekávání“. Tato porucha se podle M. Vágnerové tamtéž objevuje tehdy, když jedinec není schopen udržet kontrolu nad situací a svoje zážitky spojené s traumatizující situací nezvládne, resp. je přesvědčen, že to nedokáže.

Takto postižený člověk na stresové situace nějakým způsobem reaguje. Akutní reakcí na traumatizující zážitek lze chápat jako přechodné narušení psychických i somatických funkcí. Traumatizovaný člověk se ocitá ve stavu totální bezmocnosti, kdy není schopen účelně jednat, nedokáže bojovat ani utéci. Jeho dezorientace se projevuje:

- Emoční reakce na prožité trauma může být různá – mohou to být prožitky úzkosti, strachu, hrůzy, vzteku apod.
- Změny kognitivních funkcí – v akutním stadiu dochází často k určitému strnutí, zúžení vědomí a omezení pozornosti. Může dojít i k redukci uvědomování okolního světa, amnézii.
- Změny v chování – prožité trauma může vést k nadměrné aktivizaci, ale i k útlumu a strnutí. Takový člověk je podrážděný, snadno jedná výbušně a agresivně (Vágnerová, M., 2003).

3.2.1 Posttraumatické stresové poruchy v policejní práci

Některé profese jsou více jak jiné spojeny s prací v různých extrémních situacích a vzhledem k tomu jsou také více ohroženy rizikem vzniku posttraumatických potíží. M. Vágnerová (2003) se domnívá, že jsou to především policisté, kteří mohou být takovým traumatizujícím a stresujícím zážitkům vystaveni opakovaně.

Policisté se každodenně setkávají s mnoha úkoly, které řeší rutinně, občas však nastanou mimořádné situace, které svou intenzitou a charakterem přesahují přirozené schopnosti člověka se s takovou zkušeností vyrovnat, a to i přesto, že odolnost policistů vůči negativním dopadům je vyšší než u běžné populace.

I. Matoušková a J. Spurný (2005) uvádějí, že profese policisty se častěji než jiné profese setkávají se situacemi, které lze pro jejich obsah, průběh a náročnost řešení označit jako náročné. Neexistuje univerzální návod, jejich zvládnutí je podmíněno schopností porozumět psychologické podstatě takové situace. Nezastupitelnou úlohu při řešení náročných služebních úkolů policisty mají psychologické prostředky.

Ve vztahu k policejní činnosti se podle D. Michalíka (2009) může řadit mezi zvláště traumatické situace použití střelné zbraně proti člověku, vyjednávání s pachatelem zadržujícím rukojmí nebo vyšetřování násilné trestné činnosti. Celkově lze konstatovat, že k nejvíce zátěžovým situacím v rámci policejní služby dochází během bezprostředního ohrožení zdraví a života všech účastníků. Specifickou oblastí jsou události, které se týkají přímo policistů, tj. úmrtí policistů apod.

Psychologickými důsledky použití střelné zbraně se zabývá také L. Čírtková (2006). Ta uvádí, že problematika post-shooting traumatu, volně přeloženo jako psychická stresová reakce následující po použití střelné zbraně proti člověku, byla nastolena v 80. letech v USA. Tato posttraumatická stresová porucha se stala oficiální diagnostickou kategorií. Za nejdůležitější příznaky této poruchy jsou považovány:

- opakované prožívání události v mysli,
- vyhýbání se podnětům souvisejícím či připomínajícím kritickou událost,
- nervová labilita.

L. Čírtková tamtéž uvádí, že na základě amerických výzkumů lze konstatovat, že příznaky post-shooting traumatu se vyskytují i u policistů, kteří se ocitli v situaci, ve které byla použita služební zbraň proti člověku. „Když policista postřelí či zastřelí druhého člověka, anebo když přihlíží, jak dochází k násilnému usmrcení jeho kolegy při policejní akci, vždy jde o skutečnost, která přesahuje běžnou lidskou zkušenost, a proto představuje extrémní psychickou zátěž“ (Čírtková, L., 2006, s. 132). Je tedy velmi pravděpodobné, že tato stresová událost vede ke zborcení základní životních iluzí, které každý člověk potřebuje k normálnímu, zdravému a plnohodnotnému životu. Jde především o narušení:

- iluze nezranitelnosti či nesmrtnosti,
- iluze kontroly či vlastní všemocnosti (Čírtková, L., 2006).

Čírtková a Spurný (in Vágnerová, M., 2003) konstatují, že u policistů se posttraumatická stresová porucha může projevovat pozorovatelnými změnami chování.

Tyto nápadnosti lze shrnout do několika bodů:

- zvýšená citlivost až přecitlivělost na nebezpečí,
- obavy z budoucích situací, strach ze ztráty kontroly,
- nápadné problémy se služebními předpisy a nadřízenými,
- konflikty v rodině, stažení do sebe, sociální izolace,
- náhlé zvýšení konzumace alkoholu či léků,
- zdánlivě bezdůvodná podrážděnost a popudlivost,
- pocity ztráty smyslu života a smysluplnosti vlastní práce, sebevražedná nálada.

3.3 Syndrom vyhoření

Definicí syndromu vyhoření je celá řada. M. Jeklová a E. Reitmayerová (2006) uvádějí, že některé jsou orientovány na konečný stav, tzn. na stav emočního, fyzického a mentálního vyčerpání. Jiné jsou definovány jako proces, který má vlastní vývoj. Všechny definice však mají několik společných znaků:

- přítomnost negativních emocionálních příznaků jako například deprese, vyčerpání,
- syndrom vyhoření je nejčastěji spojován s určitými druhy povolání, které jsou uváděny jako rizikovější, např. zdravotníci,
- menší efektivita práce není spojována se špatnými pracovními schopnostmi, dovednostmi, ale naopak s negativními vytvořenými postoji a z nich vyplývajícím chováním,
- důraz je kladen na psychické příznaky a na prvky chování než na provázející tělesné příznaky,
- syndrom vyhoření se vyskytuje u jinak psychicky zdravých lidí, nespojuje se s psychickou patologií.

P. Hartl a H. Hartlová (2004, s. 586) uvádějí, že syndrom vyhoření (burn-out syndrome) je „ztráta profesionálního zájmu nebo osobního zaujetí u příslušníka některého

z pomáhajících profesí, nejčastěji spojeno se ztrátou činnosti a poslání, projevuje se pocitem zklamání, hořkostí při hodnocení minulosti, postižený ztrácí zájem o svou práci, spokojuje se s každodenním stereotypem, rutinou, nevidí důvod pro další sebevzdělávání a osobní růst, snaží se pouze přežít, nemá problémy, jde o stav konečný, ačkoliv vývoj je plíživý a tím i nebezpečný“.

V. Kebza a I. Šolcová (1998) spojují syndrom vyhoření (burnout v původní podobě „burn-out“) s vyčerpáním, pasivitou a zklamáním, které se dostavuje jako reakce na převážně pracovní stres. Vyhoření bývá popisováno jako stav emocionálního vyčerpání, které vzniká v důsledku nadměrného psychického a emocionálního nároku. Na počátku byl popsán u některých zaměstnaneckých kategorií pracujících s jinými lidmi, jako jsou lékaři, zdravotní sestry, učitelé a policisté, kdy na tyto profese byl od počátku zaměřen zájem psychologů. Následně se ukázalo, že burnout syndrom se vyskytuje též v dalších zaměstnaneckých kategoriích jako u advokátů, pojišťovacích agentů, poštovních úředníků a sociálních pracovníků. Na základě dosud známých výsledků studií, publikovaných k problematice burnout syndromu, lze sestavit následující přehled hlavních profesních skupin, u nichž lze předpokládat zvýšený vznik a rozvoj syndromu vyhoření. Mezi tyto profese patří například:

- lékaři (onkologové, chirurgové, JIP, LDN, psychiatři, gynekologové),
- zdravotní sestry a zdravotní pracovníci,
- psychologové a psychoterapeuti,
- sociální pracovníci ve všech oborech,
- učitelé na všech stupních škol,
- dispečeri a dispečerky (záchranné služby, dopravy),
- policisté, především v přímém výkonu služby, kriminalisté,
- pracovníci věznic,
- příslušníci armády,
- úředníci v bankách a úřadech, orgánech státní správy,
- duchovní a řádové sestry.

Výskyt syndromu vyhoření ve společnosti dále roste vzhledem ke zvýšenému životnímu tempu, rostoucím nárokům na ekonomické, sociální a emoční zdroje každého člověka a to vzhledem k dnešní relativně rozvinuté a spotřebně orientované společnosti.

Ch. Stock (2010) uvádí, že většina autorů popisuje vývoj syndromů ve fázích. Vyhoření je tedy vnímáno jako dlouhodobý proces. Postižený může fázemi procházet postupně, ale do určité míry některé fáze lze přeskočit. Nejjednodušší model má tři fáze a nejsložitější dvanáct fází, které však nelze jednoznačně ohraničit. Podle Edelwiche a Brodského (in Stock, Ch., 2010) existují čtyři fáze syndromu vyhoření:

- Idealistické nadšení - nadšení je prvním stádiem, ve kterém má ještě začínající pracovník dostatek chuti a elánu do práce, má často velká a také nerealistická očekávání. V práci je horlivý a také často dobrovolně pracuje přesčas. Pracovník má pocit, že ho jeho práce plně naplňuje a uspokojuje.
- Stagnace - v této fázi dochází k tomu, že postupně počáteční nadšení upadá. Pracovník se již ve své nové profesi zorientoval a zjistil, kde jsou negativa a určitá omezení, a že ne všechny plány a tužby půjdou splnit. Začíná také postupně brát v úvahu i další věci, než je jen jeho zaměstnání, jedná se např. o osobní potřeby, zájmy, rodinu nebo přátele.
- Frustrace - pracovník se postupně začíná stále více zajímat o otázky efektivity výkonu a celkového přínosu a smyslu jeho práce. Důvodem tohoto postoje je fakt, že se opakovaně setkal s nespolupracujícími klienty, s materiálními nebo technickými problémy, nebo s překážkami v oblasti byrokracie. Mohou se také začít postupně objevovat spory s nadřízenými.
- Apatie - následuje po dlouhotrvajícím období frustrace. Lze charakterizovat především bezmocností a také beznadějí. Pracovník již vnímá své zaměstnání jen jako zdroj obživy. Jeho výkon práce se omezí jen na to, co musí dělat a jakékoliv novinky či změny ve výkonu práce odmítá. Často odmítá i prosby spolupracovníků nebo žádosti o práci přesčas. Svými klienty se cítí být velmi obtěžován.

V koncepci R. Schwaba (in Raudenská, J., Javůrková, A., 2011) vzniká syndrom vyhoření v procesu interakce mezi jedincem a situačními podmínkami a jeho vývoj má 3 fáze:

- nerovnováha mezi požadavky zaměstnání (práce) a schopnostmi jedince těmto nárokům dostát (stres),

- bezprostřední krátkodobá emocionální odpověď na tuto nerovnováhu – pocity úzkosti, tenze, únavy a vyčerpání (strain),
- změny v postojích a chování – tendence jednat s klienty neosobně a mechanicky, kdy se jedná o defenzivní chování, psychologický únik ze situace, které se nedá zvládnout aktivním řešením problémů.

U těchto profesí ohrožených syndromem vyhoření je důležité si vytvořit jisté životní hodnoty a odstup od pracovních povinností. V rámci pracovního dne zařadit přestávky a využít je k regeneraci sil tělesným cvičením, procházkou, relaxací, či meditací. Je důležité důsledně oddělovat pracovní život od osobního.

Jak uvádějí M. Jeklová a E. Reitmayerová (2006), existuje celkem 7 praktických postupů zvládnání syndromu vyhoření, kdy praktické postupy může do svého každodenního života aplikovat každý člověk. Pokud si stanovíme, co je nejdůležitější, můžeme vidět naše nároky v perspektivě. Následně napětí, které jsme definovali jako méně důležité, vychází jako zbytečné plýtvání energií.

Mezi obecné zásady proti syndromu vyhoření patří:

- vyhnout se stresu,
- naučit se „vypnout“,
- pohybovat se, cvičit,
- pěstovat pozitivní vztahy s druhými lidmi, navazovat nová přátelství,
- dbát na správnou výživu,
- naučit se relaxovat (Jeklová, M., Reitmayerová, E., 2006).

Velice obecně se dá usuzovat, že jedním z možných faktorů prevence syndromu vyhoření je žít život smysluplně. Mít vytvořen hodnotový žebříček, vědět a umět se zaměřit na to, co je v životě nejdůležitější.

4 Poskytovaná pomoc a práce odboru psychologických služeb Policie ČR

Krajské ředitelství policie Olomouckého kraje má zřízený odbor psychologických služeb, který má dva policejní psychology a jednu asistentku psychologů. Jde o odbor, který byl zřizován u všech krajských ředitelství jednotlivých krajů. Poskytují psychologický servis a co nejširší možnou podporu policistům, občanským zaměstnancům a jejich rodinným příslušníkům, stejně jako obětem trestných činů a obětem mimořádných či jinak traumatizujících událostí.

4.1 Psychologická vyšetření

Odbor psychologických služeb provádí psychologická vyšetření, která jsou zaměřena do různých částí policejní činnosti mezi která patří:

- zjišťují osobnostní způsobilost u zájemců o přijetí do služebního poměru Policie ČR a dále pak u policistů, u nichž vznikne důvodná pochybnost, zda jsou nadále osobnostně způsobilí k výkonu své práce, resp. setrvat ve služebním poměru Policie ČR,
- vyšetření policistů a občanských zaměstnanců pro účely výběrových řízení a to zejména k posuzování jejich vhodnosti při obsazování volného místa u speciálních a řídicích funkcí. V této souvislosti se věnují posuzování kandidátů na manažerské pozice nebo se účastní výběru jako členové výběrových komisí,
- orientační vyšetření, a to na písemnou žádost služebního funkcionáře, či služebního lékaře, kdy se může jednat o vyšetření z preventivního důvodu nebo v rámci výběrových řízení, případně na ústní žádost samotného policisty s možností následné péče,
- terénní psychodiagnostika, která zjišťuje sociálně-psychologickou atmosféru na pracovišti a mapování mezilidských vztahů v týmu (Odbor psychologických služeb Policie ČR [online]).

4.2 Psychologické poradenství a konzultace

V rámci psychologického poradenství zajišťuje psychologická služba i psychologický servis policistům, zaměstnancům, případně jejich rodinným příslušníkům:

- průběžné odborné konzultace, psychologickou podporu při řešení nejrůznějších problémů a provázení náročnými životními situacemi, při řešení osobních problémů jako je stres, komunikační potíže, zdravotní problémy, existenční potíže vyrovnání se s osobními ztrátami nebo se sebevražednými úvahami,
- pomoc při řešení potíží souvisejících se zaměstnáním jako je pracovní zátěž, řešení konfliktů, profesní „vyhoření“ a problémy s nadřízenými - podřízenými,
- pomoc při řešení partnerských a rodinných nesnází, mezi které patří nesoulad, odcizení, konflikty, nevěra, rozchod/rozvod nebo onemocnění v rodině,
- pomoc při řešení výchovných a vzdělávacích potíží u dětí příslušníků a zaměstnanců, mezi které patří např. neprospívání ve škole, poruchy učení a chování, případně poradenství při profesionální orientaci dospívajících,
- výstupové poradenství zaměřené na pomoc a podporu pracovníkovi při psychické adaptaci na ztrátu zaměstnání, ať už jde o propuštění nebo vzhledem k životním okolnostem, které donutily práci opustit,
- zprostředkování kontaktu na další odbornou specializovanou péči, a to nejen pro dospělé, ale i pro děti (Odbor psychologických služeb Policie ČR [online]).

4.3 Podpora policejních činností

Psychologická podpora policejních činností je poskytována:

- všude tam, kde zasahující policista nebo pracovník operačního střediska vyhodnotí situaci jako vyžadující psychologickou pomoc, kdy pomoc je směřována přímo pro policisty nebo usnadnění jejich činností a práci s občany,
- pro specifické účely jednotlivých útvarů policie v rámci vyšetřování trestné činnosti a to formou asistence při výslechu, analýzou dokumentů nebo poskytováním odborných konzultací,

- formou preventivní terénní práce s účastí na službách, policejních opatření při akcích pořádkové jednotky, antikonfliktního týmu a při instrukčně-metodických zaměstnáních, při kterých psychologové vstupují do kontaktu s policisty (Odbor psychologických služeb Policie ČR [online]).

4.4 Krizová intervence

Členové týmu krizové intervence poskytují podporu občanům, kteří se stali přímými oběťmi či svědky trestné činnosti, mimořádné a jiné traumatizující události, či byli jinak zasaženi. Smyslem této služby je poskytnout poškozeným akutní psychologickou pomoc, pokusit se usnadnit jim první okamžiky bezprostředně po spáchání trestného činu, zajistit jim bezpečí, reagovat na jejich potřeby, předat jim informace o tom, co bude následovat a zprostředkovat jim kontakt na Bílý kruh bezpečí nebo jinou vhodnou organizaci v kraji.

Mimo pomoci obětem představuje tato služba pomoc samotným policistům, protože se mohou lépe soustředit na svou práci, případně mohou využít navázaného vztahu mezi krizovým interventem a poškozenou osobou.

Jedná se konkrétně o následující oběti, přičemž první čtyři mají vzhledem k charakteru trestné činnosti prioritu:

- pozůstalí po obětech násilných trestných činů s následkem smrti,
- oběti pokusu trestného činu vraždy nebo zabití,
- oběti s těžkou újmou na zdraví v důsledku násilného trestného činu,
- oběti trestného činu znásilnění,
- děti, senioři, handicapované osoby, na kterých byla páchaná úmyslná trestná činnost,
- oběti trestného činu obchodování s lidmi,
- oběti domácího násilí či stalkingu,
- oběti trestných činů páchaných z nenávisti,
- oběti mimořádných událostí,
- oběti dopravních nehod s těžkou újmou na zdraví nebo pozůstalí po obětech nehod s následkem smrti,
- rodinní příslušníci pohřešovaných osob, zejména dětí,

- osoby s poskytnutou krátkodobou ochranou.

Tým krizové intervence při Krajském ředitelství policie Olomouc vznikl v návaznosti na vydaný interní akt řízení. Následně byla uzavřena dohoda mezi Policií České republiky a Bílým kruhem bezpečí. Vzhledem k velké rozloze Krajského ředitelství policie Olomouckého kraje byl proveden výběr zájemců o členství v týmu krizové intervence s tím, že jednotliví policisté byli speciálně proškoleni. Tito policisté vstoupili do týmu krizové intervence dobrovolně, protože chtějí pomáhat osobám ve svízelných situacích a tuto pomoc poskytují nad rámec svých každodenních služebních povinností. V současné době bylo v Olomouckém kraji ustanoveno 15 policistů - krizových interventů, kteří v návaznosti na měsíční plán služeb zasahují v celém kraji (Odbor psychologických služeb Policie ČR [online]).

4.5 Posttraumatická intervenční péče

Podle M. Vágnerové (2003, s. 28) jsou posttraumatické poruchy „reakcí na jednorázový traumatizující zážitek nebo na déletrvající stresovou situaci. Jsou charakteristické znovuprožíváním a přetrváváním této události ve vědomí, spojené s intenzivním strachem, pocity bezmoci, hrůzy a potřebou vyhnout se podnětům, které mohou být s touto zkušeností nějak spojeny“.

Policisté, kteří se ocitnou v situaci, která svou intenzitou, rozsahem a náročností přesahuje jejich běžnou zkušenost a nechtějí z nejrůznějších důvodů využít služeb policejních psychologů, mohou hledat podporu a pomoc u členů týmu posttraumatické intervenční péče. Jedná se o následující situace:

- tragická dopravní nehoda,
- spatření mrtvolky na místě trestného činu,
- zásah proti ozbrojenému pachateli nebo použití zbraně,
- ohrožení života, vlastní zranění nebo zranění kolegy,
- pocit bezmoci v určité situaci,
- osobní a rodinné problémy a další.

Hledání pomoci za těchto okolností není známkou slabosti nebo neschopnosti vykonávat profesi policisty. Policista je také jen člověk s emocemi a jako takový nemusí mít vždy možnost promluvit si o svých starostech s rodinou, přáteli nebo jednoduše nechce své okolí jakkoliv zatěžovat.

Účelem intervencí je minimalizace rizik, která jsou spojena s náročným výkonem policejní práce. Specifika policejní služby mohou mít vliv nejen na policistův zdravotní a psychický stav, ale také na jeho pracovní výkon a rodinné vztahy.

O posttraumatickou intervenci může požádat policista sám, jemu blízká osoba, kolega nebo dokonce nadřízený, což je zvláště ceněno, neboť je zřejmé, že se o své podřízené zajímá.

Kontaktovat lze koordinátora týmu, nebo přímo konkrétního interventa, přičemž intervenci je možné poskytnout jak individuálně, tak skupinově nejen za účelem zmírnění dopadů traumatizujících událostí, ale i k prevenci rozvoje potíží v budoucnu, zejména v mimořádných událostech, jako jsou povodně nebo vážné dopravní nehody.

Posttraumatictí interventi obdobně jak krizoví interventi pracují dobrovolně, bezplatně a garantují mlčenlivost o informacích, které se od klienta dozvědí a to i vůči nadřízeným (Odbor psychologických služeb Policie ČR [online]).

4.6 Anonymní telefonická linka pomoci v krizi

V případě, že se člověk se svými problémy nechce svěřovat psychologům ani interventům, je možné využít oboustranně anonymní telefonické linky pomoci v krizi, která funguje v nepřetržitém 24 hodin.

Linka pomoci je rezortní linkou důvěry, která je určena policistům, hasičům, zaměstnancům policie, hasičského záchranného sboru, ministerstva vnitra a jejich rodinným příslušníkům, přičemž ji může rovněž využívat i širší veřejnost, zvláště v situacích mimořádných událostí.

4.7 Přednášky a diskuze

Příslušníkům Policie ČR, zejména jejich vedoucím, psychologická služba poskytuje odbornou přednáškovou činnost, ať už ve formě jednorázové návštěvy jejich pracoviště nebo opakovaným setkáváním, která ovšem nemusí být vždy zaměřená na konkrétní přednášené téma, ale třeba jen na popovídání si s policisty a řešení jejich běžných problémů, vyplývajících ze služby.

Dále provádí rozbor psychologických témat a práce se skupinou pomáhají zvyšovat psychologickou erudovanost pracovního týmu, ale i přispějí k větší psychické pohodě a zlepšení atmosféry na pracovišti.

Nabídka přednášených témat dle zaměření psychologů:

- abnormní osobnosti – specifické poruchy osobnosti,
- komunikace s oběťmi trestných činů,
- psychologické aspekty davu a davového chování,
- psychologické aspekty domácího násilí,
- postup při sdělování nepříjemné zprávy,
- syndrom vyhoření - „burn-out“,
- úvod do viktimologie.

Dle aktuálních požadavků jednotlivých útvarů je možné nabídku přednášených témat přizpůsobit, rozšířit. Téma přednášky nemusí souviset pouze s policejní činností, ale může se týkat i oblasti rodinné a výchovné (Odbor psychologických služeb Policie ČR [online]).

5 Krajské ředitelství policie Olomouckého kraje

5.1 Vznik Krajského ředitelství Olomouckého kraje

Počátkem ledna 2010 vznikla nová organizační složka Policie České republiky Krajské ředitelství policie Olomouckého kraje. Dlouho očekávaná nová policejní struktura tak odpovídá současnému územnímu rozložení Olomouckého kraje. V současnosti Krajské ředitelství policie Olomouckého kraje zahrnuje pět územních odborů. Územní odbor Jeseník, Olomouc, Prostějov, Přerov a Šumperk. Rozloha Olomouckého kraje je 5 267 km², kdy na uvedeném území bydlí celkem 641 681 obyvatel. Celkový počet policistů na uvedeném území je 1690 (Policie České republiky – KŘP Olomouckého kraje [online]).

Ke Krajskému ředitelství policie Olomouckého kraje dále patří další útvary ředitelství, které plní funkci metodické, logistické a speciální podpory. Tento velký policejní celek se liniově dělí na útvary vnější služby, to znamená uniformovanou policii a na útvary služby kriminální policie a vyšetřování.

Hlavním úkolem výše uvedených policejních sil je chránit bezpečnost osob a majetku, zajišťovat veřejný pořádek a preventivně předcházet vzniku trestné činnosti na celém teritoriu Olomouckého kraje.

5.2 Policejní složky Olomouckého kraje

V rámci Olomouckého kraje působí tyto složky policie:

- **Služba pořádkové policie** - hraje klíčovou a nezastupitelnou roli při zajištění veřejného pořádku na území Olomouckého kraje. Pro efektivní plnění této bezpečnostní činnosti policisté vykonávají hlídkovou a obchůzkovou činnost. Příslušníci služby pořádkové policie se dále podílí na trestním či přestupkovém řízení, provádí dohled nad bezpečností a plynulostí silničního provozu, střeží a eskortují pachatele trestné činnosti a pátrají po hledaných osobách a věcech.

- **Služba kriminální policie a vyšetřování** - zabývá se objasňováním trestné činnosti a odhalováním jejich pachatelů. Policisté služby kriminální policie a vyšetřování se zaměřují dle své specializace na obecnou nebo hospodářskou kriminalitu, kdy vykonávají operativně pátrací či vyšetřovací činnost. Kriminalisté jsou oprávněni shromažďovat při odhalování trestné činnosti podklady ve formě zajištěných stop, vyžadovat odborná stanoviska, znalecké posudky a používat speciální technicko-taktické prostředky. Na rozdíl od policistů vnější služby jsou příslušníci této složky neuniformovaní, kdy se prokazují odlišným vzorem služebního odznaku.
- **Služba dopravní policie** - dohlíží na bezpečnost a plynulost silniční dopravy na pozemních komunikacích, prošetřuje dopravní nehody a vykonává činnost státní správy. Hlavním úkolem je preventivně působit na řidiče a zvyšovat bezpečnost a plynulost silničního provozu v Olomouckém kraji. Při výkonu své kontrolní činnosti dopravní policisté pátrají po odcizených motorových vozidlech, věcech a hledaných osobách, kdy odhalují závažné protiprávní jednání účastníků silničního provozu a projednávají přestupky, které byly spáchány na pozemních komunikacích.
- **Služba cizinecké policie** - je specializovaná složka, která se zabývá odhalováním nelegální migrace a pátrá po cizích státních příslušnících, kteří se zdržují na území České republiky v rozporu se zákonem. Policisté služby cizinecké policie provádí pobytové kontroly a zajišťují ochranu vnitřní schengenské hranice. Pro úspěšné plnění bezpečnostních úkolů policisté prověřují pravost zahraničních listin, cestovních dokladů a vykonávají státní správu.
- **Služební kynologie** - zajišťuje výcvik služebních psů, kteří se nasazují do pátrání po osobách a věcech. Tato služba hraje důležitou roli při zajišťování veřejného pořádku na sportovních a jiných veřejně přístupných akcích. Výcvik služební kynologie se dále zaměřuje na vyhledávání nástražných výbušných systémů, zbraní a akceleračních prostředků použitých při požárech.

- **Služba pro zbraně a bezpečnostní materiál** - vykonává státní správu ve věcech zbraní, střeliva a bezpečnostního materiálu. K této činnosti patří registrace střelných zbraní, vydávání zbrojních průkazů, zbrojních licencí a evropských zbrojních průkazů. Služba dále zajišťuje zkoušky odborné způsobilosti žadatelů o vydání zbrojního průkazu. Policisté služby pro zbraně a bezpečnostní materiál vykonávají namátkové kontroly zaměřené na dodržování zákonů o zbraních ze strany držitelů zbrojních průkazů, provádí dohled nad držiteli koncesí pro bezpečnostní materiál a držiteli zbrojních licencí. Při výkonu své pravomoci policisté pátrají po odcizených zbraních nebo objasňují původ zbraní nalezených.
- **Pyrotechnická služba** - plní velmi odborné a specifické bezpečnostní úkoly, které souvisí s vysokým stupněm rizika. Pracovníci uvedeného oddělení provádí prověrku podezřelých předmětů, zneškodňují nástražné výbušné systémy a vojenskou munici. Na základě této specifické činnosti pyrotechnici ohledávají místa, kde došlo k výbuchu a zajišťují odbornou a konzultační činnost v oblasti pyrotechniky (Policie České republiky – KŘP Olomouckého kraje [online]).

5.3 Sportovní klub policie Olomouc

Sportovní klub policie Olomouc je členem Unie tělovýchovných organizací Policie České republiky (UNITOP ČR), která vznikla v roce 1990 jako občanské sdružení, sportovních klubů policie, tehdy ještě jako UNITOP ČSFR, později, po rozpadu republiky, se přejmenovala na Unii tělovýchovných organizací Policie České republiky. Unie tělovýchovných organizací Policie České republiky v současné době sdružuje 121 sportovních klubů Policie České republiky s více jak 30 tisíci členy, z nichž je převážná většina policistů, zaměstnanců ministerstva vnitra nebo jejich rodinných příslušníků. Posláním Unie je vytvářet podmínky pro rozvoj tělesné zdatnosti, zdraví a psychickou regeneraci policistům po náročné službě na ochranu zdraví a majetku občanů České republiky. Hlavně se zaměřuje na masové sportovní činnosti policistů a pracovníků ministerstva vnitra a Policie ČR ve volném čase, ale také na činnosti jejich rodinných příslušníků, dětí a dalších občanů. Veřejností a sdělovacími prostředky je tato činnost velmi pozitivně vnímána. Již několik let jsou spolupořadatelé akcí UNITOP ČR některé

významné podniky a organizace České republiky, které se sponzorsky podílejí na zajištění sportovních soutěží (Policie-sport [online]).

Cílem sportovního klubu Policie České republiky Olomouc je organizovat, podporovat a zabezpečovat mimopracovní, turistické a sportovně společenské aktivity svých členů i nečlenů sportovního klubu ať již pro zábavu, reprezentaci své organizace nebo zvyšování fyzické zdatnosti a psychické odolnosti.

Olomoucká policie má tyto sportovní oddíly:

- **Turistický oddíl** - v zimním období pořádají lyžařské zájezdy zaměřené na sjezdové nebo běžecké lyžování. Od jara do zimy se konají různé sportovní a společenské akce. Velice oblíbené jsou cyklo zájezdy, turistické akce po našich horách i v zahraničí. Někteří členové se účastní i vodáckých zájezdů. Turistický oddíl má minibus, který po domluvě mohou využívat i další oddíly. Také všichni členové sportovního klubu, policisté i civilní zájemci mají možnost si domluvit ubytování na chatě v Nové vsi u Rýmařova. Pořádaných akcí se mohou účastnit i nečlenové oddílu a sportovního klubu. Oddíl má 62 členů.
- **Lyžařský oddíl** - jejich činnost je zaměřena na lyžování, tedy hlavně na zimní sezónu. Oddíl vlastní chatu v Nové Vsi u Rýmařova, nedaleko běžeckých tratí. Členové oddílu trať pomocí techniky v zimních měsících upravují. Chata je využívána celoročně. Je postavena na konci obce u lesa. K chatě vedou turistické cesty a jedna příjezdová komunikace. Parkování vozidel je možné nedaleko chaty. Zájemci o rekreaci se zde mohou věnovat procházkám, sběru lesních plodů, jízdě na horských kolech apod. Oddíl má 29 členů.
- **Střelecký oddíl** - má 20 členů, kteří se schází na střelnici Olomouc - Lazce. Pořádají závody a členové se účastní střeleckých soutěží v rámci celé Moravy.
- **Tenisový oddíl** - má 25 členů, kteří se účastní okresních soutěží a pořádají tradiční oddílové turnaje. V pronájmu mají tenisové kurty v Olomouci - Hodolanech, kde se

scházejí a sportují. Kurty si sami upravují. Jejich aktivita je hlavně v jarních a letních měsících.

- **WuShu oddíl** – věnuje se čínskému bojovému umění jako celku. Zahrnuje cvičení beze zbraní, se zbraněmi, cvičení sólo technik i cvičení ve dvojicích. WuShu se dále dělí na vnější a vnitřní styly. Klub cvičí styl „Malé opice“ spadající do vnějších stylů, který se využívá jako základní průprava ke stylu Xing Yi Quan. Hlavním zaměřením je cvičení vnitřních stylů. Prvním z nich je Yang TaiJi Quan. V tomto systému se cvičí sestavy 24 forem (základní sestava), 42 forem (soutěžní sestava), sestava s vějířem, 32 forem s mečem, 42 forem s mečem (soutěžní sestava), cvičení ve dvojicích a cvičení 8 kusů brokátu (cvičení pro získání vnitřní síly a vitality). Druhým stylem je Xing Yi Quan. Tento styl obsahuje soubory cvičení „pěti prvků“ a „12 zvířat“. Dále obsahuje cvičení sestav beze zbraně i se zbraní a cvičení ve dvojicích (praktická sebeobrana).
- **Taijiquan oddíl** - má 30 členů a ti se částečně překrývají v účasti na trénincích jak tchaj-ti tak systema. SKP Taijiquan Olomouc – cvičí tchaj-ti (styl Jang a Čchen) a systemu – ruský styl sebeobrany Tchán, který je jeden z vnitřních stylů wushu kung-fu, jehož počátky se datují do 17. stol. Je známý především pro jeho pozitivní dopad na zdraví cvičenců, nicméně snahou je neopouštět ani jeho sebeobranný aspekt. Systema je tradiční styl ruské sebeobrany mající počátek už v 10. stol na Staré Rusi. V dnešní době je tento styl využíván v mnoha ozbrojených složkách jako služební sebeobrana. Na rozdíl od tchaj-ti klade tento styl i poměrně vysoké nároky na fyzickou kondici (Sportovní klub Policie Olomouc [online]).

6 Policista Územního odboru Olomouc a jeho volný čas

Volný čas policistů je vzhledem k psychické a fyzické náročnosti důležitý pro získání psychické i fyzické rovnováhy. V této kapitole jsou uvedeny skutečnosti o reálném množství volného času policistů v Územním odboru policie Olomouc, přičemž lze vycházet pouze z mého dlouholetého působení u policie a mých osobních zkušeností. K dané problematice v současné době není žádná odborná literatura, která by se přímo otázkou volného času policistů zabývala. Toto téma je velmi specifické a objektivně je lze jen těžko popsat. Problematika volného času policistů je částečně rozdílná v jednotlivých územních odborech policie, protože každý územní odbor je samostatnou účetní jednotkou a o vynaložených finančních prostředcích rozhoduje samostatně.

6.1 Služební povinnosti policistů a jejich vliv na volný čas

Policisté své osobní zájmy podřizují potřebám výkonu služby a to zejména k aktuální bezpečnostní situaci v daném teritoriu. Vedení jednotlivých Územních odborů Policie České republiky plní úkoly, které vyplývají ze zákona. Při plnění těchto úkolů není přihlíženo k volnočasovým aktivitám policistů.

Při plnění úkolů svěřených policií, jsou odchody policistů, kteří jsou v produktivním služebním věku, velmi citelné. Tito policisté nechtějí dále setrvat u policie, protože jsou velmi nespokojeni a to např. s poklesem služebního příjmu u části policistů v nejnižších tarifních třídách, existence 150 hodin služby přesčas, za níž se neposkytuje náhradní volno ani služební příjem. V mnoha případech je důvod odchodu i nevhodné chování ze strany nadřízených, kteří nemají ohled na volnočasové aktivity podřízených (Proč policisté odcházejí? [online]).

Je třeba připomenout, že v zákoně č. 361/2003 Sb. o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů v ustanovení § 77 se uvádí povinnosti policie v oblasti péče o příslušníky. Například je zde uvedeno, jak nemá docházet k diskriminaci policistů, vzhled a vybavení policejních služeben atd. V celém zákoně, zejména v části nazvané Péče o příslušníky, není uvedeno ustanovení o volném čase policistů. Pouze v ustanovení § 80 zákona č. 361/2003 Sb. o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů je uvedeno, že po alespoň 15 letech služebního poměru má příslušník nárok na ozdravný

pobyt k upevnění tělesného a duševního zdraví v trvání 14 dnů nepřetržitě v kalendářním roce (Zákon č.361/2003 Sb., o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů).

Policista jako každý občan hledá rovnováhu mezi svou pracovní a mimopracovní činností, kterou kompenzuje sportem, uměním a zábavou. Policisté svůj volný čas plánují s ohledem na služební zařazení, tak aby v co nejmenší míře eliminovali možné změny volnočasových aktivit, při plnění služebních úkolů.

6.2 Mimořádné úkoly ovlivňující volný čas policistů

Mezi mimořádné úkoly, které musí policista plnit, lze považovat např. zápas v kopané FC Sigma Olomouc, kdy každý z policistů dohlíží na veřejný pořádek a usměrňuje neukázněné fanoušky. Jedná se o časté bezpečnostní opatření a v případě pohárových zápasů je město Olomouc v obležení fanoušků i dvakrát týdně. V zimních měsících jsou bezpečnostní opatření k zajištění veřejného pořádku směřována na hokejová utkání olomouckého hokejového klubu.

Obdobná situace nastává, pokud je pohřešované dítě či nemocný člověk a čas je v tomto případě velmi důležitý pro záchranu lidského života. V tomto případě je důležité v co nejkratší době nasadit velké množství sil a prostředků i přesto, že policisté jsou v zaměstnání i několik dní s minimálním odpočinkem. Nejsou výjimkou situace, kdy policisté musí odložit své dovolené a jiná služební volna a vše podřídit jedinému úkolu a to vypátrání osoby. O to více je náročnější práce v zimních měsících případně v nepřístupném terénu a v okolí vodních toků. Při těchto pátracích akcích je nasazeno velké množství policistů a to bez ohledu na jejich specializaci.

Vzhledem k velké medializaci případů napadení je následně policie nasazována i v různých místech republiky ke zklidnění situace. Jako příklad uvedu vyhrocenou situaci ve Šluknovském výběžku nebo technoparty. Nasazení policejních sil je reakce na různé protestní akce, které pořádají radikální skupiny. Policisté se rychle přesouvají do jednotlivých částí krajů nebo po celé České republice. Obdobně je postupováno při živelných pohromách, např. při povodních.

Policisté jsou často i přes své služební zařazení veleni do dopravně bezpečnostních akcí, které jsou taktéž medializovány. Občané si neuvědomují, že při nízkém počtu policistů, kteří nejsou doplňováni několik let o nováčky je nemožné tak velké a plošné kontrolní akce

provádět bez toho, aby policisté pracovali nad rámec svého pracovního fondu a zdarma do tzv. 150-ti hodin.

Nepřetržitý provoz u policie ovlivňuje volný čas policistů tím, že pokud jeden policista nečekaně onemocní nebo se mu stane úraz, je třeba uvedeného příslušníka ihned nahradit. Nastává situace, kdy nadřízený musí celý měsíční pracovní plán příslušníků přepracovat a ve dnech, kdy měl mít jiný policista volno jde neočekávaně do práce.

6.3 Podpora volnočasových aktivit policistů v Územním odboru Olomouc

Územní odbor policie Olomouc ve spolupráci s Krajským ředitelstvím zpřístupnil moderně vybavenou posilovnu v budově Krajského ředitelství policie na ul. Kosmonautů č. 10, která je však jediná pro všechny příslušníky Územní odboru Olomouc. Žádná další sportoviště, která by mohla být využívána příslušníky v rámci územního odboru, nejsou. Vzhledem k ekonomické situaci Krajského ředitelství Olomouckého kraje byl aktualizován Pokyn ředitele Krajského ředitelství policie Olomouckého kraje č. 11, kterým se stanoví zásady pro čerpání fondu kulturních a sociálních potřeb. Jedná se například o příspěvek na stravování, který při odpracování jedné směny činí 20 Kč. Obdobně je vyplácen i příspěvek na důchodové připojištění ve výši 300 Kč. Dále lze z uvedeného fondu čerpat příspěvek jen při neočekávané sociální situaci, a to pouze jedenkrát ročně do výše 15 tis. Kč. Žádné prostředky z tohoto fondu neplynou na sportovní či kulturní vyžití příslušníků policie (Pokyn č. 11 ředitele Krajského ředitelství Olomouckého kraje, 2011).

V minulosti se z uvedeného fondu hradily předplatné vstupenky na krytý plavecký bazén a na různé kulturní a společenské akce jako byla divadla a společně organizované výlety do různých částí České republiky. Prostředky byly využívány k hrazení nákladů na jednodenní lyžařské soustředění a v letních měsících k organizování cyklistických výletů s tím, že cyklisté byli dopraveni například na okraj Českého ráje a následně odvezeni zpět. Dále policie přispívala z fondu sociálních a kulturních potřeb na rodinné letní nebo zimní dovolené, případně příslušník obdržel příspěvek na dětský tábor.

Jedinou, částečně policií organizovanou služební činností ve volném čase na sebe berou sportovní kluby Policie ČR. Tyto Sportovní kluby jsou na vedení policie nezávislé. Každoročně jsou finanční prostředky sportovním klubům rozdělovány přímo z policejního

prezidia a to prostřednictvím Unie tělovýchovných organizací Policie České republiky, která sdružuje všechny policejní sportovní kluby.

Pro některé příslušníky je volný čas svázaný i s jinými mimopracovními povinnostmi. Mezi příslušníky policie je například mnoho sportovců, kteří v pozici trenérů vedou různé sportovní oddíly. Tuto činnost vykonávají ve vlastním volnu a v některých případech jde o velmi těžkou koordinaci služebních a rodinných povinností ve vztahu k volnému času. Dalším důležitým faktorem ve volném čase policisty je rodina, která vyplňuje tento čas ze všech uvedených aktivit nejvíce.

6.4 Problematika volného času policistů v Územním odboru Olomouc

V současné době probíhají v rámci policie vnitřní personální audity, které jsou však zaměřeny na úsporu příslušníků a tím následně i finančních prostředků. Proto je třeba současnou situaci u příslušníků pozorně sledovat, protože bez správné péče o lidské zdroje nelze stanovené úkoly dlouhodobě plnit. Pomoc lze očekávat od Nezávislého odborového svazu policie případně Unie bezpečnostních sborů. Je mnoho policistů, kteří byli i kázeňsky potrestáni, protože neplnili povinnosti nad rámec své pracovní doby. V dnešní době je tato situace ještě vyhrcořenější, protože nemalé množství policistů odchází do civilu a jejich tabulková místa nejsou obsazována. Z toho plyne, že na stejné množství práce zbývá méně příslušníků. Důsledkem této skutečnosti je vznik tlaku ze strany občanů, ale i vnitřní napětí u každého policisty a to proto, aby nebyli trestáni za „pomalost“ a nedodržování lhůt při zpracovávaných úkolech. Příslušníci jsou nuceni vykonávat administrativní práci ve svém osobním volnu na úkor svého volného času. To však není jediná věc, která volný čas policistů ovlivňuje. Je zde již několik let diskutovaný služební zákon, který nařizuje bezplatně odpracovat ročně 150 hodin přesčasu bez nároku na plat či volno.

Když vedení policie před časem zjišťovalo, co se řadovým policistům v jejich práci nelíbí, odpovědi byly jednoznačné: především administrativní páce. Ministerstvo vnitra teď podle zjištění Práva chystá revoluční změnu, která by jim v tomto směru měla ulevit a dostat je tak z kanceláří do ulic (Vnitro chystá policistům revoluci v papírování [online]).

Mimo velkou administrativní zátěž jsou policisté vzhledem k malému počtu přetěžováni dalšími úkoly, které v některých případech nesouvisí s jejich služebním zařazením. Musí

nahrazovat své bývalé spolupracovníky, kteří již u policie nepracují a jejichž služební místa nebyla následně obsazena z úsporných ekonomických důvodů.

II. Empirická část

7 Záměr empirického průzkumu

Diplomová práce v empirické části je zaměřena na empirické šetření, které bylo prováděno mezi přesně stanovenou částí policistů Územního odboru Olomouc. Jedná se o pedagogické šetření, kdy v závěru této kapitoly jsem se zaměřil na okomentování zjištěných skutečností s tím, že budu uvádět i možná doporučení do dalšího období s ohledem na získaná data a jejich výsledky.

M.Chraska (1993) uvádí, že skutečnou kvalitu měření lze zpravidla dostatečně posoudit až po vyhodnocení již provedeného měření. Při posuzování kvality měření nás zajímá platnost, spolehlivost a praktičnost měření.

Samotný průzkum jsem realizoval v měsíci lednu 2012, kdy dotazník byl anonymní a obsahoval 28 otázek. Otázky jsou rozděleny na osobní charakteristiky zkoumaného vzorku a následně na konkrétní problematiku volného času a výkonu služby u policie.

7.1 Cíle a průzkumné otázky

Hlavním cílem empirické části práce je zjistit, zda se u příslušníka po nástupu do služebního poměru změnil způsob trávení volného času. Dalším cílem empirického šetření bylo charakterizovat volný čas ve vztahu k povinnostem policisty a jeho informovanost o možnostech trávení volného času u policie.

Dílčí cíle empirického šetření, z nichž je možno formulovat průzkumné otázky, byly stanoveny k doplnění a lepší orientaci hlavních cílů. Mezi dílčí cíle patří:

- zjistit, jak policisté tráví volný čas (aktivně, pasivně),
- zjistit, zda policejní práce má zvýšenou fyzickou nebo psychickou zátěž,
- zjistit možnosti a podmínky pro trávení volného času příslušníků policie v Územním odboru Olomouc,
- možnosti psychologické pomoci příslušníkům policie v Územním odboru Olomouc.

7.2 Charakteristika výzkumného souboru

Výzkumný vzorek tvořili příslušníci Policie České republiky, kteří jsou zařazení v Územním odboru Olomouc, který liniově patří pod Krajské ředitelství policie Olomouckého kraje s tím, že příslušníci jsou zařazení do 8 i 12 hodinových pracovních směn. Jedná se o policisty v přímém výkonu služby, kteří jsou v bezprostředním kontaktu s občany. Jde o uniformovanou část policie Územního odboru Olomouc, kdy policisté jsou zařazení na obvodních odděleních, dopravním inspektorátu a oddělení hlídkové služby. Celkem bylo prostřednictvím nadřízených organizačních celků rozdáno 420 dotazníků a respondenti byli požádáni o vyplnění. Vyplňování dotazníků bylo zcela dobrovolné a tomu i odpovídala návratnost. Dotazníky vyplnilo celkem 229 respondentů. Návratnost byla tedy 54,5 %.

Způsob vyplňování dotazníků byl uveden na první straně s tím, že samotní vedoucí jednotlivých policistů byli poučeni o pravděpodobných dotazech ze strany respondentů.

7.3 Popis dotazníku

Dotazník byl zpracován pro potřebu zpracování mé diplomové práce. Při tvorbě dotazníku jsem nejprve vytvořil úvodní vzor, který jsem předložil patnácti policistům za účelem zjištění, zda jsou otázky srozumitelné a přehledné pro možné vyplňování. Po jejich vyhodnocení jsem učinil úpravy, které jsem následně zařadil do finální verze dotazníku. Dotazník obsahuje celkem 28 otázek.

O předvýzkumu píše M. Chrástka (1993), který uvádí, že je vhodné, aby předcházel dotazníkovému šetření. Dále uvádí, že pečlivé provedení předvýzkumu zmenší riziko neúspěchu při samotném šetření a můžeme navržený dotazník před provedeným dotazníkovým šetřením korigovat.

Otázky je možno třídit podle různých kritérií, kdy jednou z možných variant je míra volnosti odpovědi, kterou ponecháváme respondentovi. Otázky dělíme podle tohoto kritéria na:

- uzavřené jsou charakteristické tím, že respondent si musí vybrat jednu z předložených variant a nemá možnost své vlastní volby,

- polozavřené otázky nabízí varianty odpovědí, ale ponechávají možnost respondentovi pro vlastní volbu, případně ponechávají respondentovi možnost vlastní volby,
- otevřené otázky nedávají žádnou možnost odpovědi a nechávají respondentovi volnost pro samostatné vyjádření (Pelikán, J., 1998).

Finální verze se skládá ze dvou částí, kdy první tvoří otázky, které jsou zaměřené na zjištění základních dat o respondentovi. V druhé části jsem zjišťoval dotaci volného času respondentů ve vztahu k práci policisty. Dále bylo zjišťováno, zda práce policisty má fyzickou a psychickou zátěž a možnosti regenerace této zátěže.

7.4 Použité metody

Jak uvádí J. Pelikán (1998) dotazník je nejpoužívanější pedagogickou výzkumnou technikou, kdy podstatou je získat data a informace od respondentů k problémům, které dotazujícího zajímají. Velkou výhodou dotazníků je snadnost jeho administrace. Naopak nevýhodou je především získání subjektivitou odpovědí, se kterou je třeba počítat.

M. Chráska (1993) uvádí, že dotazníky jsou pečlivě formulované, promyšlené a předpřipravené otázky, na které respondent odpovídá písemně.

Každou z položek jsem zpracoval pomocí statisticko matematické metody a metody srovnávací. Pro přehlednost jsem výsledky zpracoval do grafů a tabulek. K tomuto účelu jsem využil programy Microsoft Word a Excel.

8 Výsledky šetření

V této kapitole se budu zabývat analýzou jednotlivých otázek šetření. Na počátku dotazníků se zaměřuji na obecné informace o respondentech s ohledem na jejich pohlaví, věk počet odsloužených let u policie. Obecná část dotazníků dále zaznamenává rodinný stav respondentů, počet dětí a obvyklou pracovní dobu. Druhá část otázek je zaměřena na volnočasové aktivity ve vztahu k povolání policisty. Je zjišťováno, do jaké míry toto povolání způsobuje psychickou zátěž a jakým způsobem policisté kompenzují fyzické a psychické pracovní ztížení.

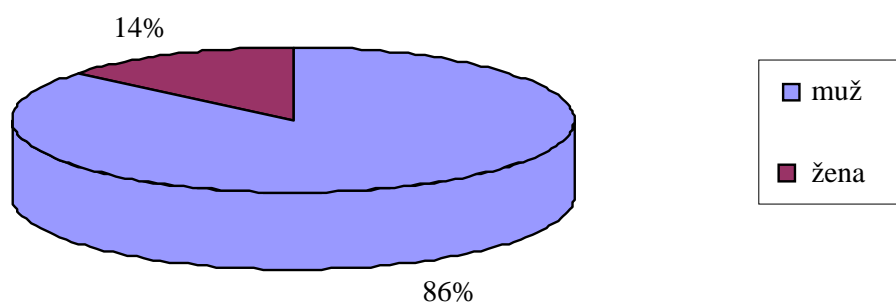
Je velký předpoklad, že povolání policisty budou vykonávat zejména muži, protože jde o velmi fyzicky i psychicky náročné povolání. Z celkového počtu 229 respondentů bylo 197 mužů a 32 žen. Je třeba uvést, že jde o příslušníky policie, kteří jsou v bezprostředním kontaktu s občany a případnými osobami, které porušují právní normy České republiky, ať už to jsou přestupky nebo trestné činy. Vzhledem k této skutečnosti je větší zastoupení mužů proti ženám ve výkonu této policejní práce předvídatelnější. Počet žen v poměru k mužům v této profesi již v České republice neroste. V zahraničí je počet žen u policie vyšší a to vzhledem k většímu respektu a oprávnění policie.

Šetření se zúčastnilo 32 žen (14%) a 197 mužů (86%). Je tedy patrné, že u Policie České republiky v Územním odboru Olomouc slouží v naprosté většině muži, což dokládá Tabulka č. 1 a Graf č. 1.

Tabulka č. 1 - Složení respondentů

	Četnost odpovědí	Relativní četnost (v %)
muž	197	86
žena	32	14
celkem	229	100

Graf č. 1 - Složení respondentů

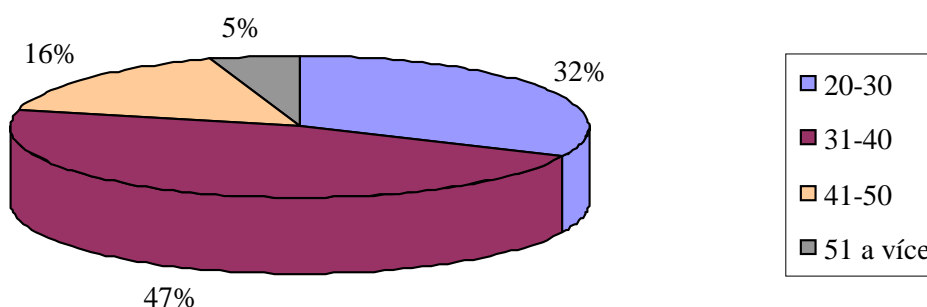


Tabulka č. 2 a Graf č. 2 charakterizují věkové složení respondentů. Celkem 73 dotazovaných (32%) je ve věku 20-30 let, největší část je ve věkovém rozmezí mezi 31-40 let a to 107, což je 47%. Další skupina respondentů je ve věku 41-50 let (16%). Vzhledem k tomu, že jde o příslušníky v přímém výkonu služby, bylo možné předpokládat, že nejméně zastoupenou věkovou skupinou jsou příslušníci ve věku od 51 let výše, kdy z celého výzkumného vzorku se jedná o 11 příslušníků (5%).

Tabulka č. 2 - Věkové složení výzkumného souboru

	Četnost odpovědí	Relativní četnost (v %)
20-30	73	32
31-40	107	47
41-50	38	16
51 a více	11	5
celkem	229	100

Graf č. 2 - Věkové složení výzkumného souboru

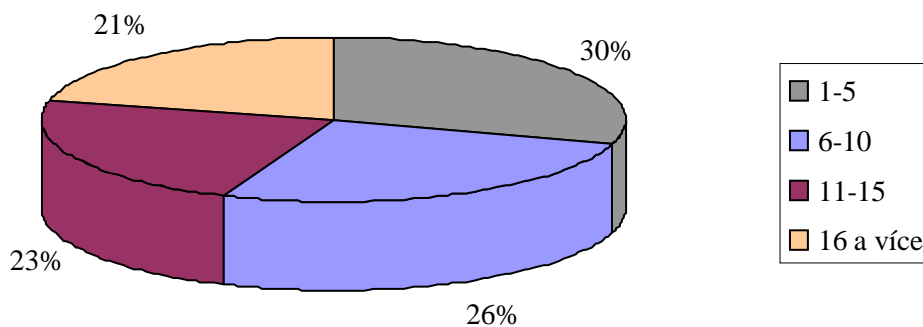


Tabulka č. 3 a Graf č. 3 znázorňují délku služebního poměru u policie s tím, že největší skupinu 70 (30%) tvoří respondenti, kteří jsou ve služebním poměru kratší dobu a to v rozmezí 1-5 let. Téměř čtvrtina policistů (26%) slouží od 6-10 let a 52 (23%) příslušníků 11-15 let. Nejméně zastoupenou skupinou jsou nejdéle sloužící policisté, kteří pracují 16 a více let a tvoří 21%.

Tabulka č. 3 - Počet odsloužených let u PČR

	Četnost odpovědí	Relativní četnost (v %)
1-5	70	30
6-10	59	26
11-15	52	23
16 a více	48	21
celkem	229	100

Graf č. 3 - Počet odsloužených let u PČR



Zajímalo mě, jaký je rodinný stav dotazovaných, protože svobodní lidé mají více volného času a jsou aktivnější při jeho trávení.

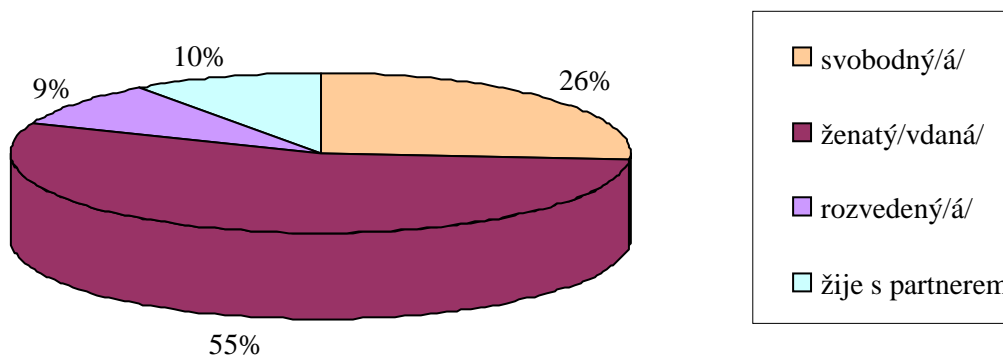
Na základě zaznamenaných odpovědí bylo zjištěno, že více jak polovina policistů (127, 55%) je v manželském vztahu a dalších 22 (10%) žije ve společné domácnosti s přítelkyní nebo přítelem. Svobodných příslušníků je 59 (26%) a rozvedených 21 (9%). Tabulka č. 4 a Graf č. 4 uvedené skutečnosti graficky znázorňují.

V této souvislosti mě zajímal počet dětí policistů, kteří se zúčastnili výzkumu, protože má vliv na množství volného času. Téměř třetina z nich (73, 32%) žádné dítě nemá. Jedno dítě má 63 (28%) respondentů, dvě děti 75 (33%) policistů a 18 (8%) příslušníků má tři a více dětí.

Tabulka č. 4 - Rodinný stav výzkumného souboru

	Četnost odpovědí	Relativní četnost (v %)
svobodný/á/	59	26
ženatý/vdaná/	127	55
rozvedený/á/	21	9
Žije s partnerem ve společ. domác.	22	10
celkem	29	100

Graf č. 4 – Rodinný stav výzkumného souboru

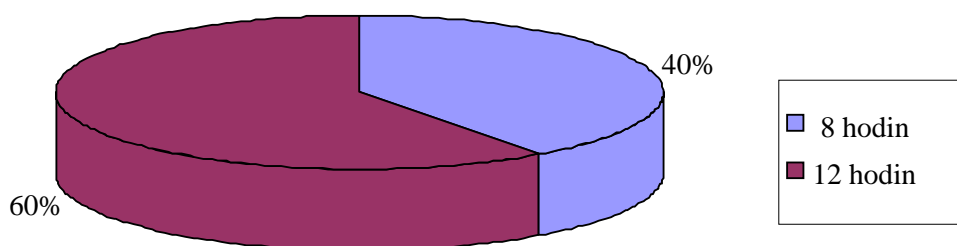


Jaká je obvyklá pracovní doba policistů, zaznamenávají Tabulka č. 5 a Graf č. 5. Více jak polovina z nich (137, 60%) uvedla, že jejich pracovní doba je dvanáctihodinová, ostatní respondenti 92 (40%) mají pracovní dobu osmihodinovou.

Tabulka č. 5 - Obvyklá pracovní doba policistů

	Četnost odpovědí	Relativní četnost (v %)
8 hodin	92	40
12 hodin	137	60
celkem	229	100

Graf č. 5 - Obvyklá pracovní doba policistů



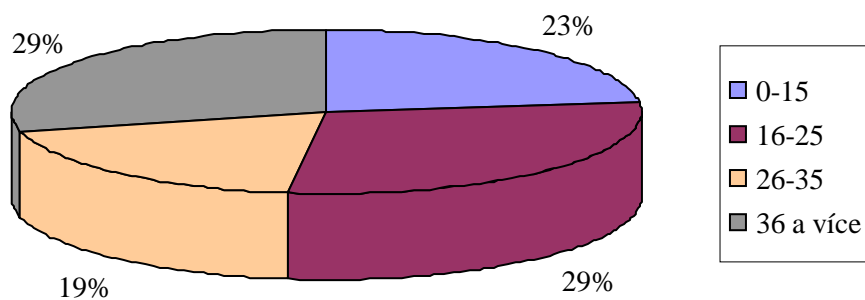
Dalšími dotazy se zjišťovalo, kolik mají policisté volného času během týdne a zdali tento čas využívají aktivně nebo pasivně. Vzhledem k jejich vytíženosti a nepřetržitého pracovního provozu se dalo předpokládat, že volného času budou mít nedostatek. Jak je z Tabulky č. 6 a Grafu č. 6 zřejmé, 53 (23%) respondentů má maximálně 15 hodin volného času týdně. Další skupinu dotazovaných tvoří 65 příslušníků (29%), kteří uvedli, že mají 16-25 hodin volného času týdně. Mezi 26-35 hodinami volného času za týden má celkem 44 (19%) policistů, 67 (29%) policistů má více jak 36 hodin volného času týdně.

Z výsledků šetření dále vyplývá, že aktivně tráví svůj volný čas 170 (74%) dotazovaných, pasivně pak 59 (26%) policistů (Tabulka č. 7, Graf č. 7).

Tabulka č. 6 - Počet hodin volného času policisty (za týden)

	Četnost odpovědí	Relativní četnost (v %)
0-15	53	23
16-25	65	29
26-35	44	19
36 a více	67	29
celkem	229	100

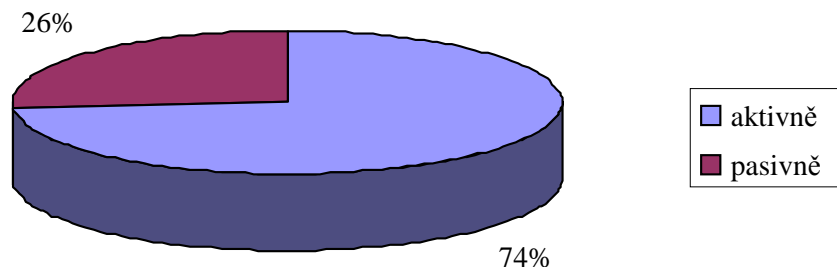
Graf č. 6 - Počet hodin volného času policisty (za týden)



Tabulka č. 7 – Aktivní nebo pasivní trávení volného času policisty

	Četnost odpovědí	Relativní četnost (v %)
aktivně	170	74
pasivně	59	26
celkem	229	100

Graf č. 7 - Aktivní nebo pasivní trávení volného času policisty



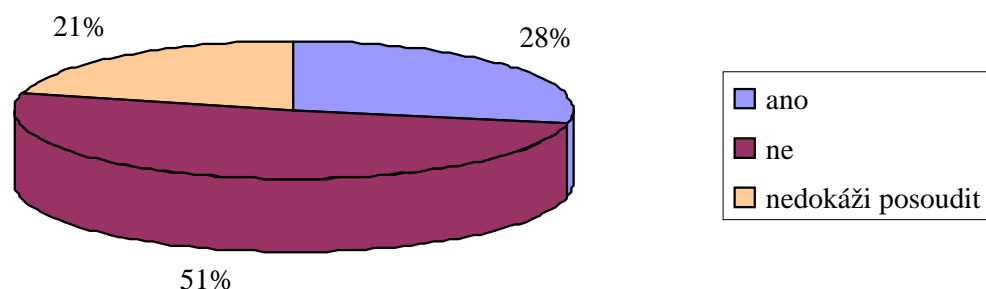
Zda má zaměstnání respondentů vliv na způsob trávení jejich volného času, kladně odpovědělo celkem 64 (28%) dotazovaných, s tím, že šlo o jejich subjektivní názor. Mezi nejčastější důvody vlivu zaměstnání na způsobu trávení jejich volného času policisté uvedli nepravidelný denní režim, služby navíc, odpočinek po noční směně, mimořádné bezpečnostní akce či neustálé změny v plánovaných směnách.

Tabulka č. 8 a Graf č. 8 dále znázorňují, že 116 (51%) respondentů odpovědělo na otázku vlivu zaměstnání na způsob trávení volného času záporně, zbývajících 49 (21%) policistů nedokáží na daný dotaz odpovědět. Více než polovina respondentů odpověděla na otázku záporně proto, že mnoho z nich se věnovalo aktivitám ve svém volném čase již před nástupem do služebního poměru. Služební povinnosti je sice omezují ve způsobu trávení volného času, ale svůj volný čas si dovedou dostatečně naplánovat.

Tabulka č. 8 – Subjektivní vnímání vlivu zaměstnání policisty na způsob trávení volného času

	Četnost odpovědí	Relativní četnost (v %)
ano	64	28
ne	116	51
nedokáží posoudit	49	21
celkem	229	100

Graf č. 8 – Subjektivní vnímání vlivu zaměstnání policisty na způsob trávení volného času



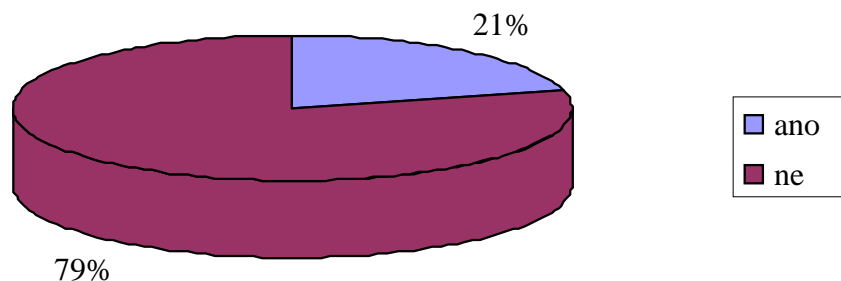
Dále mě zajímalo, jestli museli policisté změnit své záliby a jiné volnočasové aktivity po nástupu do služebního poměru k Policii ČR. Z dotazovaného šetření se zjistilo, že změnit své aktivity ve volném čase muselo celkem 49 (21%) respondentů. Jakým způsobem ovlivnila tato skutečnost způsob trávení jejich volného času, dotazovaní nejčastěji uváděli: omezení sportovní aktivity či sportovního tréninku, ukončení účasti ve sportovních soutěžích, omezení dlouhodobých i krátkodobých zájmů a koníčků.

Na základě výsledků dotazníkového šetření dále 180 (79%) respondentů uvedlo, že nástupem do služebního poměru nemuselo změnit své záliby či jiné volnočasové aktivity. Tabulka č. 9 a Graf č. 9 znázorňují velký rozdíl mezi odpověďmi.

Tabulka č. 9 – Nutnost změny ve způsobu trávení volného času po nástupu k PČR

	Četnost odpovědí	Relativní četnost (v %)
ano	49	21
ne	180	79
celkem	229	100

Graf č. 9 – Nutnost změny ve způsobu trávení volného času po nástupu k PČR



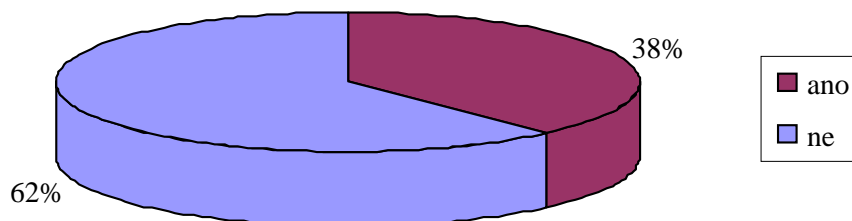
Policie ČR má velmi dobře propracovaný systém předávání informací související pouze s plněním služebních úkolů. Proto není překvapujícím zjištěním, že 141 policistů (62%) nemá žádné informace o tom, jaké možnosti nabízí jejich zaměstnavatel v oblasti trávení volného času. Naopak 88 (38%) dotazovaných ví, jaké tyto možnosti jsou (Tabulka č. 10 a Graf č. 10).

V této souvislosti mě zajímalo, zdali mají policisté přehled o organizaci volnočasových aktivit Policie ČR a jestli se těchto aktivit účastní pravidelně. Převážná většina respondentů (164, 72%) neví, že u policie tato možnost organizování existuje. Jen 65 (28%) policistů má přehled o organizování těchto aktivit. Vzhledem k této skutečnosti nebylo překvapením, že 199 (87%) příslušníků policie se těchto aktivit neúčastní, na vybraných volnočasových aktivitách se podílí 23 (10%) dotazovaných a jen 7 (3%) policistů se pravidelně účastní na různých aktivitách organizovaných Policií ČR.

Tabulka č. 10 – Informovanost o možnostech trávení volného času u PČR

	Četnost odpovědí	Relativní četnost (v %)
ano	88	38
ne	141	62
celkem	229	100

Graf č. 10 – Informovanost o možnostech trávení volného času u PČR

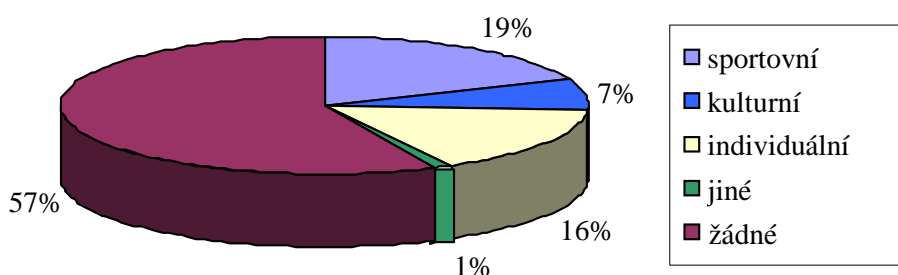


Dalším dotazem se zjišťovalo, jaké volnočasové aktivity v rámci Policie ČR respondenti využívají. Z uvedených možností, zaznamenaných v Tabulce č. 11 a Grafu č. 11, byla nejvíce uváděna možnost žádných aktivit, a to celkem u 130 (57%) respondentů. Sportovních aktivit jako turnajů v kopané, tenise, nohejbalu, kuželkách, cyklistických, lyžařských a střeleckých závodů se zúčastňuje 44 (19%) příslušníků policie. Kulturních aktivit jako návštěvy divadel, výstav, účast na zájezdech, koncertech a plesech využívá v rámci organizování Policií ČR 16 policistů (7%). Individuální formou prostřednictvím posiloven, střeleckých trenažérů nebo na plaveckém bazéně tráví svůj volný čas 36 dotazovaných (16%) a pouze 3 respondenti (1%) uvedli, že se účastní turistických nebo horolezeckých sportovních aktivit organizovaných Policií ČR.

Tabulka č. 11 – Aktivity policistů ve volném čase

	Četnost odpovědí	Relativní četnost (v %)
sportovní	44	19
kulturní	16	7
individuální	36	16
jiné	3	1
žádné	130	57
celkem	229	100

Graf č. 11 – Aktivity policistů ve volném čase

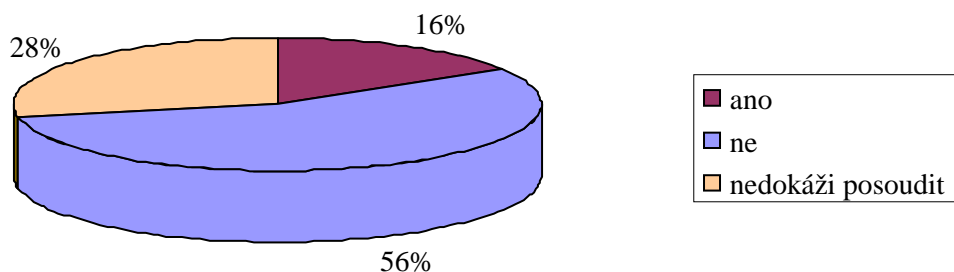


Zdali má způsob trávení volného času policistů vliv na výkon jejich zaměstnání, zaznamenává Tabulka č. 12 a Graf č. 12. Větší polovina respondentů (128, 56%) subjektivně vnímá, že způsob trávení jejich volného času nemá vliv na pracovní výkonnost. Pouze 37 (16%) dotazovaných si myslí, že jejich způsob využívání volného času je důvodem např. k lepší kondici a fyzické i psychické připravenosti do služby, regeneraci sil, relaxaci či zdravému životnímu stylu. Na daný dotaz nedokázalo odpovědět 64 (28%) policistů.

Tabulka č. 12 – Subjektivní vnímání vlivu způsobu trávení volného času na pracovní výkon policistů

	Četnost odpovědí	Relativní četnost (v %)
ano	37	16
ne	128	56
nedokáží posoudit	64	28
celkem	229	100

Graf č. 12 - Subjektivní vnímání vlivu způsobu trávení volného času na pracovní výkon policistů

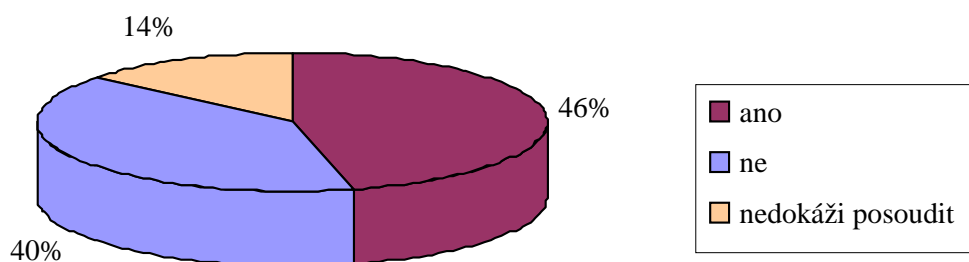


Zajímalo mě, do jaké míry si policisté myslí, že práce v jejich resortu a přímém výkonu vyžaduje fyzickou zátěž. Jak znázorňuje Tabulka č. 13 a Graf č. 13, 105 respondentů (46%) hodnotí svou práci za fyzicky náročnou a 91 dotazovaných (40%) konstatují, že jejich práce je fyzicky nezatěžuje. Danou problematiku nedokáže posoudit 33 policistů (14%).

Tabulka č. 13 – Fyzická zátěž při výkonu zaměstnání u policie

	Četnost odpovědí	Relativní četnost (v %)
ano	105	46
ne	91	40
nedokáží posoudit	33	14
celkem	229	100

Graf č. 13 – Fyzická zátěž při výkonu zaměstnání u policie

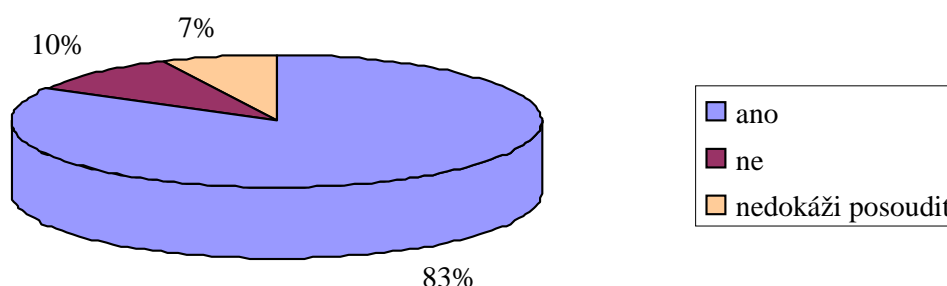


Z Tabulky č. 14 a Grafu č. 14 je patrné, že povolání policisty vyžaduje také zvýšenou psychickou zátěž. Převážná většina policistů (189, 83%) se domnívá, že práce u policie je velmi psychicky vyčerpávající profesí. Za psychicky nenáročnou policejní práci považuje 22 dotazovaných (10%) a 18 policistů (7%) na tento dotaz nedokázalo odpovědět.

Tabulka č. 14 - Psychická zátěž při výkonu zaměstnání u policie

	Četnost odpovědí	Relativní četnost (v %)
ano	189	83
ne	22	10
nedokáží posoudit	18	7
celkem	229	100

Graf č. 14 - Psychická zátěž při výkonu zaměstnání u policie



Nadměrné a neustálé psychické zatížení může u člověka vést až ke vzniku stresu. Policejní stres je vnímán jako zátěž spojená s emocionálním a často i fyzickým vypětím. Proto mě zajímalo, do jaké míry přinášejí stresové situace policistům jejich služební zařazení. Na základě zaznamenaných odpovědí lze konstatovat, že více jak polovině respondentů (129, 56%) jejich služební zařazení stresové situace přinášejí a 26 policistů (12%) žádný stres při výkonu svého povolání nepociťuje. Se stresovými situacemi se občas vyrovnává 74 policistů (32%).

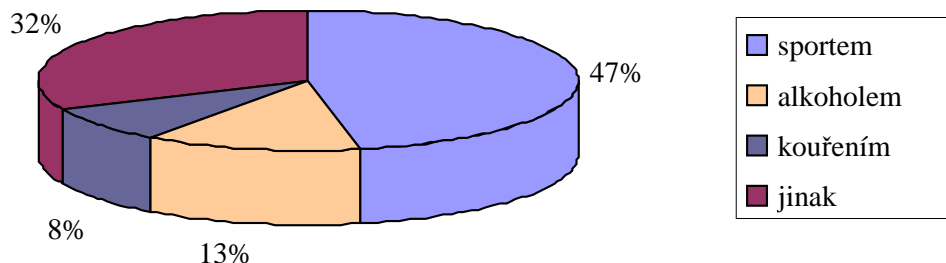
V souvislosti s touto problematikou bylo důležité zjistit, jakým způsobem policisté stresu čelí. Jak je z tabulky č. 15 a Grafu č. 15 patrné, téměř polovina dotazovaných (108,

47%) se se stresem vyrovnává pomocí sportu, ale 29 policistů (13%) a 19 dotazovaných (8%) zahání svůj stres alkoholem a kouřením. Spánek, chalupaření, rodina a příroda jsou prostředky, prostřednictvím kterých se 73 policistů (32%) snaží se stresovými situacemi vyrovnávat.

Tabulka č. 15 – Vyrovnávání se se stresem u Policie v Územním odboru Olomouc

	Četnost odpovědí	Relativní četnost (v %)
sportem	108	47
alkoholem	29	13
kouřením	19	8
jinak	73	32
celkem	229	100

Graf č. 15 - Vyrovnávání se se stresem u Policie v Územním odboru Olomouc

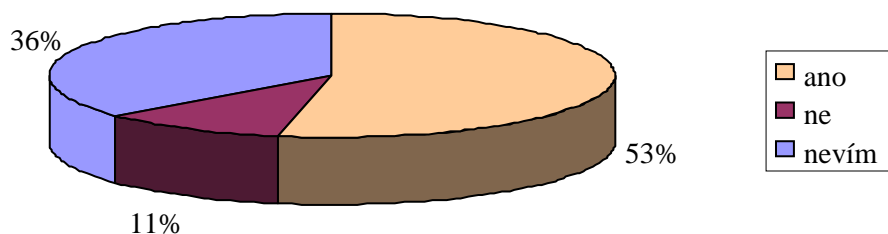


Zjišťovalo se, jaká je mezi policisty informovanost o případné psychické pomoci ze strany Policie ČR v Olomouci. Z výsledků šetření vyplývá, že více jak polovina respondentů (122, 53%) ví o možnosti využití psychologické pomoci ze strany zaměstnavatele, naopak 26 policistů (11%) nemá žádné informace o těchto možnostech. Zbývající část dotazovaných (81, 36%) nevěděla, že psychologická pomoc je pro ně v určitých stresových situacích v Olomouci k dispozici (Tabulka č. 16 a Graf č. 16).

Tabulka č. 16 – Informovanost o pracovišti psychologické pomoci při PČR v Olomouci

	Četnost odpovědí	Relativní četnost (v %)
ano	122	53
ne	26	11
nevím	81	36
celkem	229	100

Graf č. 16 – Informovanost o pracovišti psychologické pomoci při PČR v Olomouci

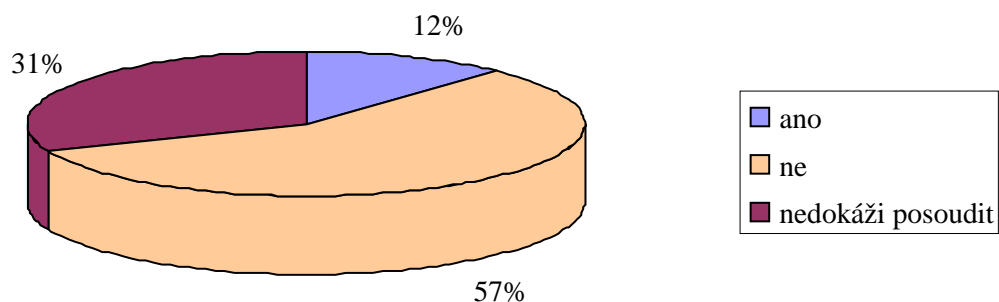


Zajímaly mě názory policistů, zdali jejich zaměstnavatel vytváří dostatečné podmínky pro trávení volného času. Negativní odpověď byla zaznamenána u 131 respondentů (57%) a 27 dotazovaných (12%) je s podmínkami pro trávení volného času ze strany Policie ČR spokojeno. Danou problematiku nedokázalo posoudit 71 policistů (31%) (Tabulka č. 17 a Graf č. 17).

Tabulka č. 17 - Podmínky pro trávení volného času ze strany policie

	Četnost odpovědí	Relativní četnost (v %)
ano	27	12
ne	131	57
nedokáží posoudit	71	31
celkem	229	100

Graf č. 17 - Podmínky pro trávení volného času ze strany policie



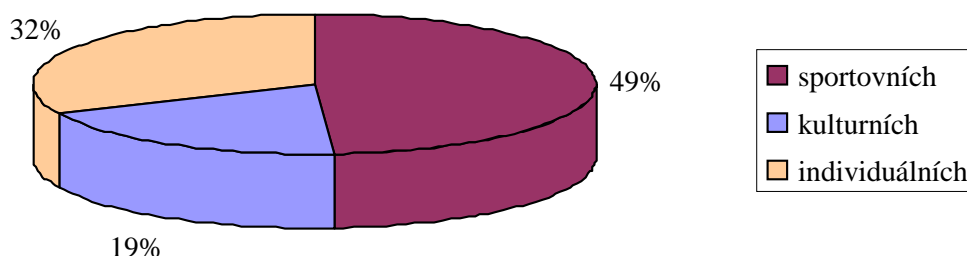
Dalším dotazem jsem zjišťoval, zdali by policisté uvítali nové nabídky volnočasových aktivit ze strany Policie ČR. Převážná většina respondentů (154, 67%) by přivítala rozšíření nabídky služeb v oblasti volného času, naopak 75 policistů (33%) je s dosavadními možnostmi trávení volného času u policie spokojena.

Tabulka č. 18 a Graf č. 18 znázorňují zájem ze strany policistů o rozšíření aktivit ve volném čase. Téměř polovina z nich (113, 49%) by uvítala větší nabídku sportovního vyžití, 42 dotazovaných (19%) projevilo zájem o rozšíření aktivit v oblasti kulturního vzdělávání a nezanedbatelná část policistů (74, 32%) by přivítala činnosti individuálního charakteru.

Tabulka č. 18 – Zájem o rozšíření volnočasových aktivit u PČR

	Četnost odpovědí	Relativní četnost (v %)
sportovních	113	49
kulturních	42	19
individuálních	74	32
celkem	229	100

Graf č. 18 - Zájem o rozšíření volnočasových aktivit u PČR



8.1 Shrnutí empirického šetření

V empirické části práce byly vytvořeny hlavní průzkumné otázky, které měly zjistit, zda příslušník po nástupu do služebního poměru změnil způsob trávení volného času. Bylo zjištěno, že 79% respondentů nemuselo své záliby či jiné volnočasové aktivity změnit. Dalším hlavním cílem empirického šetření bylo zjistit vliv povinnosti policisty na jeho volný čas s tím, že 51% respondentů odpovědělo záporně. Z tohoto vychází poslední hlavní cíl, kde bylo třeba zjistit, jaká je informovanost o možnostech trávení volného času u policie. Celkem 62% policistů nemá žádné informace o tom, jaké možnosti nabízí jejich zaměstnavatel v oblasti trávení volného času.

Dílčím cílem bylo zjistit, jak policisté tráví volný čas (aktivně, pasivně). Z šetření vyplývá, že policisté dávají přednost aktivnímu trávení volného času.

Dalším dílčím cílem bylo zjistit, zda policejní práce má zvýšenou fyzickou nebo psychickou zátěž. Z tabulek a grafů je patrné, že povolání policisty vyžaduje zvýšenou fyzickou a psychickou zátěž.

Posledním dílčím cílem bylo zjistit možnosti a podmínky pro trávení volného času příslušníků policie v Územním odboru Olomouc, kdy více jak polovina respondentů nevyužívá žádných aktivit organizovaných v Územním odboru Olomouc a stejné množství policistů je seznámeno s možností využití psychologické pomoci ze strany zaměstnavatele.

8.2 Diskuze k dotazníkovým šetřením

Jak jsem již uvedl v teoretické části této diplomové práce, k problematice trávení volného času policistů není dostupná žádná literatura. Nelze tedy výsledky mého empirického šetření srovnat s teoretickým základem. Obdobné otázky v dotaznících vyhodnocovali tři vysokoškolští studenti, kteří se v jedné diplomové a dvou bakalářských pracích zabývali mimo jiné také problematikou volného času policistů ČR. Jednalo se o dotazníkové průzkumy studentů z Pedagogické fakulty a Fakulty sportovních studií Masarykovy univerzity v Brně a Fakulty tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci. Podle výsledků empirického šetření této práce a diplomové práce M. Šenka (2010), bakalářské práce A. Raclavské (2006) a J. Duška (2011) lze konstatovat častou shodu v odpovědích respondentů.

V úvodních otázkách na složení respondentů, jejich věk a rodinný stav nastala předpokládaná shoda u všech prací. Všechna uvedená šetření potvrdila, že naprostou většinu příslušníků Policie ČR tvoří ženatí muži ve věku 31-40 let. Shoda nastala také v otázce množství volného času respondentů za týden ve vztahu k jejich pracovním povinnostem. Nejčastější odpovědi se vyskytovaly v rozmezí 16-35 hodin volného času týdně. Aktivně prožívají svůj volný čas téměř tři čtvrtiny dotazovaných, což je totožné konstatování u všech uvedených prací.

Výsledky dotazníkového šetření na téma vlivu fyzické a psychické zátěže při výkonu zaměstnání policisty či způsoby, jakými tito lidé mohou předcházet stresovým situacím, se nepodařilo srovnat s žádnou prací, protože se touto problematikou nezabývaly.

V otázce nejčastěji provozovaných volnočasových aktivit policistů ČR jsem dospěl k obdobným zjištěním jako A. Raclavská (2006) ve své bakalářské práci, kdy se respondenti v obou šetřeních zajímají především o kolektivní jednorázové sportovní aktivity.

Další srovnatelnost dotazníkového průzkumu této diplomové práce s výše uvedenými je obtížná. Hlavním tématem těchto prací je totiž sportovní vyžití policistů ve volném čase a tudíž tomu odpovídají jiné cíle práce a otázky empirického šetření. Odlišnost spočívá také ve složení respondentů, protože jsou zařazováni na různé služební pozice, které částečně ovlivňují způsob trávení jejich volného času.

9 Závěr

Volný čas je oblastí, která se živě rozvíjí a tvoří významnou část života. Komplexnost problematiky volného času vyžaduje, abychom brali v úvahu četné souvislosti a to zejména ve vztahu k pracovním povinnostem. V současné době je volný čas brán jako jedno z nejaktuálnějších témat ve společnosti, které je prostředkem pro posílení fyzických a psychických sil jednotlivce. Vznikají různé projekty u státních i neziskových organizací, které jsou zaměřeny na volný čas, proto je aktuální i otázka volného času příslušníků Policie České republiky.

Má diplomová práce byla zaměřena na volný čas policistů ČR v Územním odboru Olomouc ve vztahu k jejich služebním povinnostem. Byly vytýčeny hlavní a dílčí cíle, kterými jsem se v práci zabýval. Hlavním cílem bylo zjistit, zda po přijetí do služebního poměru musel příslušník změnit způsob trávení volného času a zda povinnosti policisty mají vliv na jeho volný čas. Dalším cílem mé diplomové práce bylo zjistit, jaká je informovanost o možnostech trávení volného času u policie. Práce byla rozdělena na dvě části a to na teoretickou a empirickou část.

Teoretická část práce byla zaměřena na vymezení základních pojmů, které vycházely i z odborné literatury. Dále byl v teoretické části rozpracován současný stav policie. Tento stav byl porovnáván s minulostí, ze které vycházel. Je zřejmé, že situace u policie se neustále mění a vyvíjí, proto i volný čas policistů je častým, ale opomíjeným tématem. Při zpracování teoretické části bylo zjištěno, že neexistuje odborná literatura z oblasti volného času policistů ve vztahu k jejich služebním povinnostem. Vzhledem k této skutečnosti byly do teoretické části zapracovány kapitoly z mé osobní dlouholeté praxe u policie. Je zřejmé, že problematika volného času více jak 39 tisíc příslušníků a příslušnic má v moderní společnosti své místo a kompetentní nadřízení by měli více času a prostředků do této oblasti investovat. Spokojenost příslušníků s pracovním prostředím a regenerací sil prostřednictvím volnočasových aktiv vede k větší profesionalitě policejního sboru.

Více jak 51% respondentů se domnívá, že zaměstnání policisty nemá vliv na jejich volný čas. Toto konstatování se nejeví překvapivé, protože více jak polovina policistů nemá žádné volnočasové aktivity, proto u nich nemohla nastat při nástupu k policii žádná změna. Dalším zajímavým zjištěním je skutečnost, že 79% respondentů nemuselo při nástupu k Policii České republiky změnit způsob trávení volného času. Alarmující je však

nedostatečná informovanost o možnostech trávení volného času u policie. Celkem 62% policistů uvádí, že nemá žádné informace o možnostech trávení volného času u policie. Převážná většina respondentů potvrdila skutečnost, že práce u policie způsobuje nemalou psychickou zátěž. Nemalé procento respondentů také ví, na koho se při psychických problémech může obrátit. Více jak polovina dotazovaných dále uvádí, že policie nevytváří dostatečné podmínky pro trávení volného času policistů.

Na závěr je možné konstatovat, že na policistu se kladou pouze pracovní úkoly. Na volnočasové aktivity se u policie klade malý důraz. Aktivním trávením volného času lze předcházet stresovým situacím, které mohou postupně vést k syndromu vyhoření. Vzhledem k tomu, že empirické šetření bylo prováděno u policistů Územního odboru Policie České republiky Olomouc, lze tyto výsledky a zjištění prezentovat pouze pro uvedené teritorium. Šetření bylo prováděno u příslušníků uniformované části policie, která slouží v přímém výkonu. O všech zjištěných skutečnostech bude informován Nezávislý odborový svaz Policie ČR a vedení Územního odboru policie v Olomouci. Dále bude informováno i Krajské ředitelství policie v Olomouci a to proto, aby mohlo této problematice věnovat více pozornosti. Uvedený průzkum je první, který byl v Územním odboru Olomouc prováděn. Je třeba se více problematikou volného času policistů zabývat, protože policie je mimo jiné postavena na profesionalitě policistů a v případě, že policista nebude dostávat adekvátní „péči“, nebude pracovat na požadované úrovni.

Hlavní a dílčí cíle, které jsem si v této diplomové práci stanovil, se podařilo splnit. V teoretické části jsem charakterizoval práci policisty v územním odboru Olomouc ve vztahu k jeho volnému času. Na základě metody dotazníkového šetření jsem v empirické části zjistil, že 79% respondentů nemuselo změnit po nástupu do služebního poměru své záliby nebo jiné volnočasové aktivity. Dále 51% respondentů uvedlo, že zaměstnání nemá vliv na způsob trávení volného času. Celkem 62% policistů nemá informace o tom, jaké možnosti nabízí jejich zaměstnavatel v oblasti trávení volného času.

U dílčích cílů bylo zjištěno, že policisté dávají přednost aktivnímu trávení volného času a také, že povolání policisty vyžaduje zvýšenou fyzickou a psychickou zátěž. Více jak polovina respondentů nevyužívá žádných aktivit organizovaných v Územním odboru Olomouc a stejné množství policistů je seznámeno s možností využití psychologické pomoci ze strany zaměstnavatele.

10 Referenční seznam

- ATKINSON, L., Rita, ATKINSON, C. Richard, SMITH, E., Edward, BEM, J., Daryl, HOEKSEMA, N., Susan. *Psychologie*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-640-3.
- DOHNAL, Tomáš. *Koncepce a metodika systému komunální rekreace na úrovni obce*. Olomouc: UP v Olomouci, 2002. ISBN 80-244-0492-3.
- DUŠEK, Jiří. *Analýza volnočasových aktivit příslušníků Policie České republiky*. Olomouc: 2011. Bakalářská práce. Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury.
- ČÍRTKOVÁ, Ludmila. *Policejní psychologie*. Plzeň: Čeněk, 2006. ISBN 80-86898-73-3.
- HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-303-X.
- HÄYRY, Matti. Measuring the quality of life: Why, how and what? *Teoretical Medicine*, 1991, No. 12., s. 97-116. ISSN 189-6950.
- HODAŇ, Bohuslav. *Volný čas a jeho současné problémy*. Olomouc: Hanex, 2002. ISBN 80-85783-37-1.
- HODAŇ, Bohuslav a Tomáš DOHNAL. *Rekreologie*. Olomouc: Hanex, 2005. ISBN 978-80-244-2197-1.
- HOFBAUER, Břetislav. *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-927-5.
- HOLLAND, Samantha. Preparation and determination: three vignettes of gendered leisure. *Journal of gender studies*. March 2009, Vol. 18, No. 1., s. 35-45. ISSN 1465-3869.
- CHRÁSKA, Miroslav. *Základy výzkumu v pedagogice*. Olomouc: 1993. ISBN 80-7067-287-0.
- JEKLOVÁ, Marta a Eva REITMAYEROVÁ. *Syndrom vyhoření*. Praha: Zaplatílek, 2006. ISBN 80-86991-74-1.
- KEBZA, Vladimír a Iva ŠOLCOVÁ. *Syndrom vyhoření*. Praha: Státní zdravotní ústav, 1998. ISBN 80-7071-231-7.
- KOVAŘÍK, Zdeněk. *Problémy vztahu policistů ke službě*. Praha: Police History, 2003. ISBN 80-86477-13-4.
- MACEK, Pavel a Lubomír UHLÍŘ. *Dějiny policie a četnictva*. Praha: Themis, 1997. ISBN 80-85821-52-4.

- MATOUŠKOVÁ, Ingrid a Joža SPURNÝ. *Komunikačně náročné situace v policejní praxi*. Plzeň: Čeněk, 2005. ISBN 80-86898-37-7.
- MICHALÍK, David. *Psychologie v policejní praxi*. Olomouc: UP v Olomouci, 2009. ISBN 978-80-244-2200-8.
- NĚMEC, Jiří a kol. *Kapitoly ze sociální pedagogiky a pedagogiky volného času*. Brno: Paido, 2002. ISBN 80-7315-012-3.
- PÁVKOVÁ, J., B. HÁJEK, B., HOFBAUER, V., HRDLIČKOVÁ a A. PAVLÍKOVÁ. *Pedagogika volného času*. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-711-6.
- PELIKÁN, Jiří. *Základy empirického výzkumu pedagogických jevů*. Praha: Karolinum, 1998. ISBN 80-7184-569-8.
- PROKEŠOVÁ, Miriam. *Volný čas z hlediska kvality života*. Ostrava: Ostravská univerzita, 2008. ISBN 978-80-7368-555-3.
- RACLAVSÁ, Anna. *Volný čas policistů*. Brno: 2006. Bakalářská práce. Masarykova univerzita v Brně, Pedagogická fakulta, Katedra sociální pedagogiky.
- RAUDENSKÁ, Jaroslava a Alena JAVŮRKOVÁ. *Lékařská psychologie ve zdravotnictví*. Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-2223-8.
- SEKOT, Aleš. *Sport a společnost*. Brno: Paido, 2003. ISBN 80-7315-047-6.
- SHARKEY, Brian., J. *Physiology of Fitness 3rd*. Champaign Illinois: Human Kinetics Books, 1990. ISBN 978-08-7322-267-9.
- SLEPIČKOVÁ, Irena. *Sport a volný čas*. Praha: Karolinum, 2005. ISBN 80-246-1039-6.
- SPOUSTA, V., J. FALTÝSKOVÁ, L. HŘEBÍČEK, D. KNOTOVÁ a E. ŘEHULKA. *Kapitoly z pedagogiky volného času*. Brno: Masarykova univerzita, 1996. ISBN 80-210-1274-9.
- STOCK, Christian. *Syndrom vyhoření a jak jej zvládnout*. Praha: Grada Publishing, 2010. ISBN 978-80-247-3553-5.
- ŠENK, Michal. *Analýza volnočasových sportovních aktivit příslušníků Policie České republiky*. Diplomová práce. Brno: 2010. Masarykova univerzita v Brně, Fakulta sportovních studií, Katedra gymnastiky a úpolů.
- ŠOLCOVÁ, Iva. *Umíte si poradit se stresem*. Praha: Národní centrum podpory zdraví, 1995.
- VÁGNEROVÁ, Marie. *Psychopatologie pro pracovníky policie a vězeňské služby 2. díl*. Liberec: Technická univerzita, 2003. ISBN 80-7083-703-9.

VÁŽANSKÝ, Mojmír. *Volný čas a pedagogika zážitku*. Brno: Masarykova univerzita, 1992. ISBN 80-210-0428-2.

VOKUŠ, Jiří. *Policie České republiky*. Praha: Ministerstvo vnitra, 2010. ISBN 978-80-254-7701-4.

VYMĚTAL, Š., V. VOSKA, O. TOMAN, J. JUNGWIRTOVÁ, K. URBAN. *Možnosti psychologické podpory v Policii ČR*. Praha: Ministerstvo vnitra, 2010. ISBN 978-80-7312-065-8.

10.1 Zákonné normy

Pokyn č. 11 ředitele Krajského ředitelství Olomouckého kraje ze dne 2. února 2011, kterým se stanoví zásady čerpání fondu kulturních a sociálních potřeb u Krajského ředitelství policie Olomouckého kraje.

Zákon č. 273/2008 Sb., o Policii České republiky.

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

10.2 Internetové zdroje

Etický kodex Policie České republiky. [online] Dostupné z URL <<http://www.policie.cz/clanek/eticky-kodex-policie-ceske-republiky.aspx>> [10.2.2012].

Odbor psychologických služeb policie ČR. [online] Dostupné z URL <http://web.ol.sm/vyvoj_ol/kraje/stranky-utvaru/lidske-zdroje/psycho/psycho.html> [10.3.2012]. (Dostupné pouze na interním intranetu Policie České republiky).

Policie České republiky – KŘP Olomouckého kraje. [online] Dostupné z URL <<http://www.policie.cz/clanek/o-nas-krajske-reditelstvi-policie-olomouckeho-kraje.aspx>> [12.3.2012].

Sportovní klub policie Olomouc. [online] Dostupné z URL <<http://www.firmy.cz/detail/1335493-sportovni-klub-policie-olomouc-html>>[12.3.2012].
(Dostupné pouze na interním intranetu Policie České republiky).

Stovky policistů jsou na odchodu. Ve státní kase na ně nejsou peníze. [online] Dostupné z URL <<http://www.zpravy.ihned.cz/cesko/c1-53549890-stovky-policistu-jsou-na-odchodu-ve-statni-kase-na-ne-nejsou-penize>>[20.2.2012].

Unie tělovýchovných organizací Policie České republiky. [online] Dostupné z URL <<http://www.policie-sport.cz/charakteristika.html>> [12.3.2012].

Vnitro chystá policistům revoluci v papírování. [online] Dostupné z URL <<http://www.novinky.cz/domaci/262150-vnitro-chysta-policistum-revoluci-v-papirovani.html?ref=zpravy->> [12.3.2012].

Volný čas české populace v současnosti a budoucnosti.[online] Dostupné z URL <http://www.politikon.cz/index.php?option=com_content&task=view&id=2336&Itemid=9> [15.1.2012].

Proč policisté odcházejí? [online] Dostupné z URL <<http://www.policista.cz/clanky/reportaz/proc-policiste-odchazeji-123/>> [11.3.2012].

Seznam příloh

Příloha č. 1 - Dotazník pro respondenty

Příloha č. 2 - Mapka územního odboru Policie ČR Olomouc

Příloha č. 3 - Logo psychologické služby Policie České republiky

Příloha č. 4 - Logo posttraumatická intervenční péče Policie České republiky

Příloha č. 5 - Znak Krajského ředitelství policie Olomouckého kraje

Příloha č. 6 – Logo Unie tělovýchovných organizací Policie české republiky

DOTAZNÍK

Vážení kolegové a kolegyně,

dovolte, abych Vám prostřednictvím tohoto dotazníku položil několik otázek. Účelem předloženého dotazníku je zjištění, jakým způsobem trávíte volný čas ve vztahu k Vaším pracovním povinnostem.

Dotazník je zcela anonymní. Prosím, z uvedeného vyberte jednu z možností, případně doplňte. Výsledky vyhodnocených dotazníků budou použity v mé diplomové práci.

Za spolupráci předem děkuji.

Bc. Milan Vaculík
student Pedagogické fakulty
Univerzity Palackého v Olomouci
Ústav pedagogiky a sociálních studií

1. Pohlaví:

- a) muž
- b) žena

2. Věk:

- a) 20-30
- b) 31-40
- c) 41-50
- d) 51 a více

3. Počet odsloužených let u PČR:

- a) 1-5
- b) 6-10
- c) 11-15
- d) 16 a více

4. Rodinný stav:

- a) svobodný /á/
- b) ženatý /vdaná/
- c) rozvedený /rozvedená/
- d) žijete s partnerem /kou/ ve společné domácnosti

5. Počet dětí:

- a) žádné
- b) 1 dítě
- c) 2 děti
- d) 3 a více

6. Obvyklá pracovní doba:

- a) 8 hodinová
- b) 12 hodinová

7. Počet hodin volného času v týdnu:

- a) 0-15
- b) 16-25
- c) 26-35
- d) 36 a více

8. Mé zaměstnání má vliv na způsob trávení volného času:

- a) ano, uveďte jaký.....
- b) ne
- c) nedokáži posoudit

9. Při nástupu do služebního poměru jsem musel(a) změnit své záliby či jiné volnočasové aktivity:

- a) ano, uveďte jak.....
- b) ne

10. Jsem dostatečně informován(a) o možnostech trávení volného času u PČR:

- a) ano
- b) ne

11. Mám přehled o organizaci volnočasových aktivit u PČR:

- a) ano
- b) ne

12. Těchto aktivit se účastním pravidelně:

- a) ano
- b) ne
- c) jen vybraných aktivit

13. Při trávení volného času u PČR využívám těchto aktivit:

- a) sportovní (turnaje v konané, tenise, nohejbalu, kuželkách, cyklistické, lyžařské a střelecké závody)
- b) kulturní (divadlo, výstavy, zájezdy, koncerty, plesy)
- c) individuální (posilovna, střelecké trenažéry, plavecký bazén)
- d) jiné, uveďte jaké.....
- e) žádné

14. Způsob trávení volného času má vliv na výkon mého zaměstnání:

- a) ano, uveďte.....
- b) ne
- c) nedokáži posoudit

15. Volný čas obvykle trávím:

- a) aktivně (např.sport, kutilství, zahrádkářství atd.)
- b) pasivně (např. spánek, čtení knih, sledování televize atd.)

16. Na výkon mého zaměstnání je požadována zvýšená fyzická zátěž:

- a) ano
- b) ne
- c) nedokáži posoudit

17. Na výkon mého zaměstnání je požadována zvýšená psychická zátěž :

- a) ano
- b) ne
- c) nedokáži posoudit

18. Policie vytváří dostatečné podmínky pro trávení volného času:

- a) ano
- b) ne
- c) nedokáži posoudit

19. Uvítal/a/ bych nové nabídky volnočasových aktivit:

- a) ano
- b) ne

20. PČR má v Olomouci pracoviště, které mi v případě psychické zátěže pomůže:

- a) ano
- b) ne
- c) nevím

21. V případě, že v Olomouci existuje takové pracoviště, vím, jakým způsobem mám kontaktovat jeho zaměstnance:

- a) ano
- b) ne
- c) žádné pracoviště v Olomouci není

22. PČR má fondy, které jsou využívány pro volnočasové aktivity:

- a) ano
- b) ne
- c) o žádných fondech nevím

23. Z těchto fondů čerpám finanční prostředky:

- a) ano
- b) ne
- c) o žádných fondech nevím

24. Využívám rehabilitací organizovaných PČR:

- a) ano
- b) ne

25. Měl/a/ bych zájem o rozšíření volnočasových aktivit, zejména:

- a) sportovních
- b) kulturních
- c) individuálních

26. V pracovní době mám vyčleněné hodiny k zvyšování fyzické a psychické odolnosti:

- a) ano
- b) ne
- c) máme, ale nevyužívám je

27. Služební zařazení mi přináší stresové situace:

- a) ano
- b) ne
- c) občas

28. Se stresem se vyrovnávám:

- a) sportem
- b) alkoholem
- c) kouřením
- d) jinak, uveďte

Příloha č. 2 - Mapka územního odboru Policie ČR Olomouc



Příloha č. 3 - Logo psychologické služby Policie České republiky



Příloha č. 4 - Logo posttraumatická intervenční péče Policie České republiky



Příloha č. 5 - Znak Krajského ředitelství Policie Olomouckého kraje



Příloha č. 6 - Logo Unie tělovýchovných organizací Policie České republiky



ANOTACE

Jméno a příjmení:	Bc. Milan VACULÍK
Katedra:	Ústav pedagogiky a sociálních studií
Vedoucí práce:	PhDr. Vladimíra KOCOURKOVÁ, Ph.D.
Rok obhajoby:	2012

Název práce:	Volný čas policistů ČR v Územním odboru Olomouc ve vztahu ke svým služebním povinnostem
Název v angličtině:	The leisure time of policemen in the Czech Republic in territorial department Olomouc towards their duties
Anotace práce:	Diplomová práce je zaměřena na volný čas policistů ve vztahu ke svým služebním povinnostem. Jde o policisty v přímém výkonu zařazených u ÚO Olomouc. Hlavním cílem bylo zjistit, zda po nástupu k PČR musel policista změnit způsob trávení volného času a jaký vliv mají jeho povinnosti na volný čas. Dále bylo zjišťováno, jaká je informovanost o volnočasových aktivitách u policie a do jaké míry je práce u policie fyzicky a psychicky náročná.
Klíčová slova:	volný čas, Policie České republiky, policista, stres, syndrom vyhoření, psychologická pomoc
Anotace v angličtině:	A thesis deals with the leisure time of policemen towards their duties. These policemen are in the direct performance belonging to territorial department Olomouc. The main aim was to find out, if the policeman after the starting with the police force had to change the way of spending his leisure time and what impact of his duties are there towards his free time activities. The next aim was to find out how are the policemen informed about the free time activities and if their job is physically or mentally demanding.
Klíčová slova v angličtině:	Leisure time, The Czech Republic Police, policeman, stress, burning out, psychological help

Přílohy vázané v práci:	Dotazník pro respondenty Mapka územního odboru Policie ČR Olomouc Logo psychologické služby Policie ČR Logo posttraumatická intervenční péče Policie ČR Znak Krajského ředitelství policie Olomouckého kraje Logo Unie tělovýchovných organizací Policie ČR
Rozsah práce:	80
Jazyk práce:	český