

Univerzita Palackého v Olomouci
Filozofická fakulta
Katedra psychologie

KORELÁTY STRESU PŘÍSLUŠNÍKŮ STRÁŽNÍ JEDNOTKY AČR



Magisterská diplomová práce

Autor: Bc. Hynek Sýkora
Vedoucí práce: doc. PhDr. Zdeněk Vtípil, CSc.

Olomouc
2014

Palacky University Olomouc
Faculty of Philosophy
Department of Psychology

ACR GUARD UNIT MEMBERS STRESS CORRELATES



Master's Thesis

Author: Bc. Hynek Sýkora
Supervisor: doc. PhDr. Zdeněk Vtípil, CSc.

Olomouc
2014

Na tomto místě bych rád poděkoval doc. PhDr. Zdeňku Vtípilovi, CSc., za vedení, vstřícnost, náměty, podklady a rady při psaní této diplomové práce.
Dále bych rád poděkoval svým vojenským kolegům a velitelům účastnícím se výzkumu za jejich ochotu a spolupráci.

Prohlášení

Místopřísežně prohlašuji, že jsem magisterskou diplomovou práci na téma „Koreláty stresu příslušníků strážní jednotky AČR“ vypracoval samostatně pod odborným dohledem vedoucího diplomové práce a uvedl jsem všechny použité podklady a literaturu.

V Olomouci, dne 25. března 2014

Podpis

OBSAH

Kapitola	Strana
Úvod.....	7
1. Vymezení institucí a orgánů.....	9
1.1. Ozbrojené síly České republiky.....	9
1.2. Ministerstvo obrany.....	9
1.3. Armáda České Republiky.....	10
1.3.1. Struktura AČR.....	11
1.3.2. Útvary vzdušných sil AČR.....	13
2. Vojáci Armády České Republiky.....	15
2.1. Práva a povinnosti vojáků.....	15
2.2. Proces přijetí do služebního poměru.....	17
2.3. Strážní jednotky leteckých základen.....	18
2.4. Psychologové v AČR.....	21
3. Osobnost a stres.....	24
3.1. Vymezení pojmu osobnost.....	24
3.2. Osobnostní charakteristiky a stres.....	25
3.3. Osobnost a zvládání stresu.....	25
3.4. Zranitelnost (vulnerabilita).....	26
4. Zátěž a stres.....	28
4.1. Vymezení stresu a zátěže.....	28
4.2. Teoretická pojetí stresu.....	31
4.3. Dělení stresu.....	37
4.4. Působení a projevy stresu.....	38
5. Zvládání stresu.....	42
5.1. Odolnost vůči zátěži a stresu.....	45
5.1.1. Locus of control.....	47
5.1.2. Sense of Coherence (SOC).....	47
5.1.3. Hardiness.....	49
5.2. Sociální dovednosti chránící před stresem.....	49
5.3. Některé současné výzkumy vztahu osobnostních charakteristik a zvládání stresu.....	51

5.4. Měření stresu a odolnosti.....	52
6. Stres u strážních jednotek.....	55
6.1. Profesiogram vojáka – strážného.....	55
6.2. Služba vojáka z pohledu sociálně psychologických aspektů.....	58
6.3. Zátěžové faktory výkonu strážní služby.....	60
7. Empirická část.....	66
7.1. Cíle výzkumu.....	66
7.2. Výzkumné hypotézy.....	67
7.3. Použité testové metody.....	68
7.3.1. Zkoumané soubory a způsob získávání dat.....	69
7.4. Dotazníky.....	74
7.5. Použité metody analýzy dat.....	77
7.6. Symbolika výzkumné části.....	78
8. Výsledky práce.....	79
8.1. Profil souborů dle IPSS.....	79
8.2. Profil souborů dle DOPEN.....	83
8.3. Profil souborů dle SUPOS-7-PC.....	88
8.4. Vybrané koreláty dimenzí dotazníků.....	91
8.4.1. Koreláty Σ IPSS a dimenzí DOPEN u 1. Souboru.....	91
8.4.2. Koreláty Σ IPSS a dimenzí DOPEN u 2. Souboru.....	92
8.4.3. Koreláty Σ IPSS a dimenzí SUPOS-7-PC u 1. Souboru.....	93
8.4.4. Koreláty Σ IPSS a dimenzí SUPOS-7-PC u 2. Souboru.....	94
8.4.5. Koreláty Σ IPSS a sociodemografických znaků u 1. Souboru....	95
8.4.6. Koreláty Σ IPSS a sociodemografických znaků u 2. Souboru....	95
8.4.7. Koreláty Σ SUPOS-7-PC a dimenzí DOPEN u 1. Souboru.....	96
8.4.8. Koreláty Σ SUPOS-7-PC a dimenzí DOPEN u 2. Souboru.....	98
8.4.9. Koreláty dimenzí DOPEN a věku u 1. Souboru.....	98
8.4.10. Koreláty dimenzí DOPEN a věku u 2. Souboru.....	99
8.5. K rozdílům ve vybraných dimenzích u obou zkoumaných souborů.....	101
8.5.1. Signifikantnost rozdílů v neuroticismu (dotazník DOPEN).....	101
8.5.2. Signifikantnost rozdílů v psychoticismu (dotazník DOPEN).....	102
8.5.3. Signifikantnost rozdílů v extroverzi (dotazník DOPEN).....	103
8.5.4. Signifikantnost rozdílů v lži - skóre (dotazník DOPEN).....	104

8.5.5. Signifikantnost rozdílů v Σ SUPOS (dotazník SUPOS-7-PC)...	105
8.5.6. Signifikantnost rozdílů v Σ IPSS (dotazník IPSS).....	106
9. K platnosti hypotéz.....	107
10. Diskuze.....	110
11. Závěr.....	114
12. Souhrn.....	117
Literatura a elektronické zdroje.....	121
Přílohy	

Úvod

„Jsou témata, která se týkají jen poměrně malého počtu lidí. Jiná se týkají větších skupin lidí. Tematika stresu se však dnes týká téměř každého z nás.“

Jaro Křivohlavý

Tato práce si klade za cíl osvětlení problematiky stresu a zamýšlí se nad jeho souvislostí s prožíváním a osobnostní charakteristikou příslušníků dvou strážních jednotek vybraných souborů vojáků, které vzájemně srovnává.

Vojenská služba je ve srovnání s většinou běžných zaměstnání nepochybně více fyzicky zatěžující a klade vysoké nároky rovněž na psychickou stránku vojáků. Tato zvýšená až nadměrná zátěž je způsobena mnohdy časovou tísní, kvantem služebních předpisů a administrativy, obtížně řešitelnými či neznámými situacemi, nepříjemnými či zdánlivě nelogickými rozkazy velitelů či napjatými vztahy s kolegy. Všechny tyto a mnohé další aspekty vojenské služby mohou být velmi frustrující a stresující a mít dalekosáhlé následky nejenom na plnění služebních úkolů a povinností, ale také na psychickou pohodu a fyzické zdraví zúčastněných. Vojáci se s těmito stresovými situacemi vyrovnávají nejrůznějšími způsoby, ne vždy ale plně funkčními, efektivními a správnými.

Důvodem výběru tématu byla kromě faktu, že autor je vojákem z povolání, snaha ověřit, jak faktory stresu ovlivňují výkon strážní a dozorčí služby vojáků leteckých základen a jak působí tyto faktory společně s osobnostními charakteristikami. Výsledky tohoto výzkumu mohou přispět ke zlepšení podmínek služby příslušníků strážních jednotek a vojáků v dozorčí službě.

Vojáci ve strážních a dozorčích službách zažívají nemalé množství různých nepříjemných situací, na které nejsou a ani nemohou být připraveni. Některé stresující a zátěžové situace vychází ze samotné činnosti a povinností strážného a dozorčího, jiné jsou dány situačním kontextem a nezbytností řešit pod tlakem nenadálé či nepříjemné situace v souladu s předpisy, rychle kvůli nebezpečí z prodlení, pod dohledem nadřízených nebo kvůli nutnosti volit nejschůdnější řešení situace z několika špatných možností. Stresovost profese strážného je vyšší i díky

chybějícímu výcviku pro řešení některých situací a časté nutnosti improvizace. Tyto situace mohou zvýšit pravděpodobnost selhání, za které vojáci sklízají kritiku či trest nadřízených, případně posměch kolegů. To následně snižuje sebedůvěru strážných, což vyvolává další zvýšení subjektivně vnímaného stresu a obavy z příštího selhání.

Naše práce navazuje na bakalářskou diplomovou práci Sýkory (2012) a používá výsledky dotazníků u 1. zkoumaného souboru z této práce. Obě práce se liší v rozsahu a kapitolách teoretické části i v rozsahu výzkumné části. Ve výzkumné části je užito výsledků nového zkoumaného souboru ke srovnání s 1. zkoumaným souborem.

Teoretická část této práce nás nejdříve seznámí se základními otázkami obranné politiky státu, se strukturou armády, s problematikou požadavků a příjmu personálu do služebního poměru vojáka z povolání a s aspekty strážní služby. Poté se budeme zabírat teoriemi, kategorizací a zvládním zátěže a stresovými situacemi.

Výzkumná část práce nás seznámí s výzkumnou metodikou, provedením výzkumu a srovnáním jeho výsledků u dvou strážních jednotek. Od výzkumných výsledků očekáváme zjištění nejnáročnějších stránek profese strážného a souvislost vnímaného stresu s osobnostními dispozicemi vojáků. Srovnání výsledků u obou jednotek může potvrdit či vyvrátit podobnost prožívání u dvou jednotek stejného zaměření. Zjištění a závěry této práce mohou být přínosem nejen řadovým příslušníkům, ale také velitelům strážních jednotek, kteří mají zájem o své podřízené a snaží se o prevenci patologických jevů mezi vojáky.

Práce může pomoci při prevenci nárůstu množství stresu, při optimalizaci výkonu služby a v udržování přijatelné míry zátěže u strážních jednotek.

1. Vymezení institucí a orgánů

1.1. Ozbrojené síly České republiky

Pernica (2007) považuje ozbrojené síly za množinu vojensky organizovaných osob soustředěných ve vojenských jednotkách určených k plnění bojových úkolů i osob mimo tyto jednotky.

Ozbrojené síly ČR jsou určeny k zajištění bezpečnosti České republiky, což dle zákona 219/1999 Sb., o ozbrojených silách České republiky znamená zajistit svrchovanost a územní celistvost, zajistit ochranu demokracie, majetku, života a zdraví osob. Na vývoji bezpečnostního prostředí se podílí vnitřní a zahraniční politika České republiky (Janošec et al., 2005). Hlavním úkolem ozbrojených sil je co nejefektivněji a nejlépe zabezpečit celistvost území státu a obranu státního území proti vnějšímu napadení dle zásad kolektivní obrany uvedených v článku č. 5 Washingtonské úmluvy. Dalšími úkoly ozbrojených sil vyplývajícími z mezinárodních závazků je střežení vzdušného prostoru České republiky, plnění úkolů kolektivní obrany, spolupráce s cizími ozbrojenými silami, účast na mírových operacích a záchranných a humanitárních akcích mezinárodních organizací, účast na vojenských cvičeních s cizími ozbrojenými silami na území ČR i ostatních států NATO, střežení objektů důležitých pro obranu, zajišťování vnitřní bezpečnosti a pořádku, zajišťování záchranných a humanitárních úkolů při živelných pohromách a jiném nevojenském ohrožení života, zdraví a majetku občanů ČR (Ministerstvo obrany, 2000). Vrchním velitelem Ozbrojených sil je prezident republiky.

Dělení Ozbrojených sil ČR (dle zákona č. 219/1999 Sb. o ozbrojených silách České republiky)

- Armáda České republiky (dále jen AČR),
- Vojenská kancelář prezidenta republiky,
- Hradní stráž.

1.2. Ministerstvo obrany

Ministerstvo obrany (dále jen MO) je orgánem státní správy, jehož úkolem je zabezpečování obrany ČR, řízení AČR a správa vojenských újezdů podle zákona č. 2/1969 Sb. (<http://www.mocr.army.cz>). MO zpracovává obrannou politiku státu, je odpovědné za operační přípravu státního území, navrhuje vládě, Radě obrany a

prezidentovi opatření k obraně státu, řídí ústřední a správní orgány, orgány samosprávy a právnické osoby důležité pro obranu státu, řídí vojenské zpravodajství, zabezpečuje vzdušný prostor státu a koordinaci vojenského a civilního letového provozu, mobilizuje AČR, provádí opatření k vedení evidence občanů podléhajících branné povinnosti a k vedení evidence věcných prostředků poskytnutých za branné povinnosti AČR, povolává občany k plnění branné povinnosti.

Ministra obrany jmenuje prezident republiky.

1.3. Armáda České republiky

Armáda České republiky „je hlavním subjektem realizace obrany České republiky. Zajišťuje nepřetržitou, nezávislou a efektivní přípravu pro obranu Českého území před napadením nepřitelem“ (<http://www.armadaceskerepubliky.cz>). Vznik AČR se datuje k 1. lednu 1993 společně se vznikem samostatné České republiky rozdělením bývalého Československa na dva samostatné státy.

Česká republika je vázána smluvními a politickými závazky vyplývajícími z jejího členství v existujících transatlantických a evropských organizacích a institucích, čímž se podílí na zajištění stabilní bezpečnostní situace v Evropě, potažmo České republiky. AČR plní množství úkolů k zajištění obrany státu a plnění závazků v mírových operacích, humanitárních a záchranných akcích vyplývajících z členství v NATO. AČR je účastníkem zahraničních vojenských operací pod velením NATO v Afghánistánu, Iráku, Mali, na území bývalé Jugoslávie a pod záštitou OSN, EU a OBSE vysílá do krizových oblastí vojenské pozorovatele (např. Kongo, Sinaj, Gruzie).

Vstup ČR do NATO 12. března 1999 a do Evropské unie 1. května 2004 jsou významným mezníky, kterými byla pro naši zemi zajištěna vysoká míra bezpečnosti, jaká nemá v naší historii obdoby. NATO se kromě zajištění obrany euroatlantického prostoru podílí také na celosvětové bezpečnosti, z čehož vyplývá začlenění AČR do operačního, obranného a civilního plánování v případě nouze, dále do společných aliančních cvičení a operací a také do jaderných konzultací (<http://www.acr.army.cz>).

Bezpečnostní politiku Evropy řeší skrze zahraniční politiku Evropské unie tzv. Lisabonská smlouva, kterou ratifikovala i Česká republika. Evropská unie se v mezinárodní oblasti soustřeďuje na dodržování lidských práv a svobod, demokracie, zásad mezinárodního práva, právního státu, lidské důstojnosti, zásad

rovnosti a solidarity a Charty OSN. Stejně zásadní a hlubokou proměnou jako náš stát prošly i ozbrojené síly. AČR je od 1. ledna 2005 plně profesionální (zákon č. 585/2004 Sb., o branné povinnosti a jejím zajišťování), čímž ČR upustila od branné povinnosti, která na našem území začala platit již v dobách Rakouska-Uherska schválením branného zákona z 5. prosince 1868. Profesionalizací armády došlo ke zvýšení kvality výkonu vojenské služby, kterou si vyžádaly zvyšující se nároky na výkon pracovně profesních rolí. Tuto zásadní reformu ozbrojených sil a nahrazení vojáků základní služby profesionálními vojáky umožnil vstup do NATO tím, že se otevřely zcela nové možnosti zajištění obrany státu (Pernica, 2007).

Kromě ochrany a obrany území republiky se AČR podílí i na zajišťování bezpečnosti občanů při vážných situacích, kdy jsou ohroženy životy a zdraví občanů, majetkové hodnoty nebo životní prostředí. (Doktrína Armády České republiky, 2010). AČR působí v rámci Integrovaného záchranného systému společně se záchrannými a zdravotnickými složkami během likvidace následků průmyslových a ekologických havárií, živelných pohrom a při likvidaci nebezpečných nákaz.

Armáda také posiluje Policii České republiky při významných událostech a při bezpečnostním ohrožení státu. Na úkoly nevojenského charakteru se příslušníci armády připravují na mezinárodních cvičeních a na cvičeních se složkami Integrovaného záchranného systému ČR (<http://www.acr.army.cz>).

AČR se organizačně člení na vojenské útvary, vojenská zařízení a vojenské záchranné útvary. Z pohledu legislativy se AČR týká zákon 219/1999 Sb. O ozbrojených silách České republiky, zákon 585/2004 Sb. o branné povinnosti a jejím zajišťování a zákon 222/1999 Sb. o zajišťování obrany České republiky, který vymezuje úkoly armády v době válečného konfliktu, ohrožení a míru (<http://www.mocr.army.cz>).

1.3.1. Struktura AČR (dle <http://www.acr.army.cz>):

- **Velení**
- **Generální štáb**
 - NGŠ
 - Zahraniční pracoviště a COE
 - Ředitelství zahraničních aktivit
 - Posádkové velitelství Praha

- Mnohonárodní centrum pro koordinaci logistiky
- 1.ZNGŠ
- ZNGŠ-NŠ
- ZNGŠ-Ř SOC MO
- ZNGŠ-I AČR
 - Inspektorát NGŠ
- Speciální štáb
 - Vrchní praporčík AČR
 - Hlavní kaplan
- Osobní štáb
- Kancelář Generálního štábu
- Sekce rozvoje a plánování schopností
 - KVV
 - Újezdní úřady vojenských újezdů
- Sekce podpory
 - Agentura logistiky
 - Agentura KIS
 - Agentura vojenského zdravotnictví
- Odbor vojskového průzkumu a elektronického boje
- Agentura personalistiky AČR
- Finanční správa AČR
- Velitelství vzdušných sil
- Velitelství pozemních sil
- Velitelství výcviku – Vojenská akademie

Strategickým prvkem řízení a velení ozbrojených sil je **Generální štáb AČR**, jenž zodpovídá za dosažení vytyčených cílů.

Pozemní síly jsou zodpovědné za vedení obranné a útočné bojové činnosti. Dále chrání komunikace, objekty a prostory mimo oblasti bojové činnosti. Jsou určeny k monitorování situace, udržování klidu a pořádku, k ochraně obyvatelstva během operací mimo území státu, k posílení ochrany hranic státu, střežení důležitých objektů a plnění úkolů ve prospěch Policie (<http://www.acr.army.cz>).

Síly podpory jsou určeny k zabezpečení a podpoře činnosti Pozemních a Vzdušných sil v operacích. Zodpovídají za rozvinutí a provoz operačně-taktického

systemu velení a řízení, za spolupráci s místními orgány, vládními i nevládními organizacemi a místními obyvateli (<http://www.acr.army.cz>).

Vzdušné síly jsou společně s pozemním vojskem hlavní bojovou silou AČR. Zabezpečují nedotknutelnost vzdušného prostoru ČR pomocí prostředků NATINADS (NATO Integrated Air Defence System) a prostředků systému NAPOSY (Národního posilového systému protivzdušné obrany). Dalšími úkoly vzdušných sil jsou: podpora pozemních sil, zabezpečení mobility vojsk, zabezpečení přepravních úkolů a zabezpečení činnosti letecké pátrací a záchranné služby (<http://www.acr.army.cz>).

Počátkem roku 2014 disponují Vzdušné síly 107 letouny doplněnými 28 stroji Centra leteckého výcviku v Pardubicích a zahrnují tři letecké základny (Čáslav, Praha-Kbely a Sedlec, Vícenice u Náměště nad Oslavou) a dva pluky protivzdušné obrany (protiletadlový raketový pluk a pluk velení, řízení a průzkumu). 23. letecká základna Přerov byla v době dokončení této práce již sloučena s 22. Leteckou základnou Sedlec - Vícenice u Náměště nad Oslavou (tato organizační změna proběhla ke dni 1. 12. 2013).

V následující kapitole se seznámíme se všemi útvary Vzdušných sil.

1.3.2. Útvary Vzdušných sil AČR

(http://cs.wikipedia.org/wiki/Vzdušné_síly_AČR):

„Základny a letky

- 21. základna taktického letectva (Čáslav)
- 211. taktická letka – 12 nadzvukových bojových letounů JAS-39C Gripen, 2 nadzvukové cvičné/bojové letouny JAS-39D Gripen
- 212. taktická letka – 19 lehkých bojových letounů L-159A ALCA
- 213. výcviková letka – 6 cvičných letounů L-159T1, 4 cvičné proudové letouny L-39ZA Albatros
- 22. základna vrtulníkového letectva (Sedlec, Vícenice u Náměště nad Oslavou)
- 221. vrtulníková letka – 12 bitevních vrtulníků Mi-24V/Mi-35, 4 transportní vrtulníky Mi-171Š
- 222. vrtulníková letka – 12 transportních vrtulníků Mi-171Š
- 24. základna dopravního letectva (Praha - Kbely)

- 241. dopravní letka – 2 dopravní letouny A319CJ, 2 dopravní letouny Jak-40, 1 dopravní letoun CL-601 Challenger
- 242. transportní a speciální letka – 4 transportní letouny C-295M, 4 dopravní letouny L-410UVP-E, 2 transportní letouny L-410UVP-T, 2 speciální letouny L-410FG
- 243. vrtulníková letka – 3 vrtulníky Mi-8S, 1 vrtulník Mi-8P (ex Mi-9), 5 vrtulníků Mi-17, 10 vrtulníků W-3A Sokol

Pluky

- 25. protiletadlový raketový pluk (Strakonice)
- 251. protiletadlový raketový oddíl – 4 protiletadlové raketové baterie modernizovaného systému středního dosahu 2K12 KUB (jednu baterii tvoří jeden komplet)
- 252. protiletadlový raketový oddíl – 2 baterie systému krátkého dosahu S-10M a 2 baterie systému krátkého dosahu RBS-70 (jednu baterii tvoří osm kompletů)
- 26. pluk velení, řízení a průzkumu (Stará Boleslav)
- 261. středisko řízení a uvědomování
- 262. radiotechnický prapor
- 263. středisko řízení letového provozu

Další útvary

- Správa letiště Pardubice: zde probíhá základní letecký výcvik nových pilotů, zajišťovaný Centrem leteckého výcviku (CLV), jež je součástí státního podniku LOM Praha.[2]
- Centrum leteckého výcviku – 1 EV-97, 8 Z-142C-AF, 5 L-39C, 1 L-410UVP-S, 1 L-410UVP-T, 4 Mi-2, 2 Mi-2RCh, 4 Mi-17.“

První kapitola nám objasnila úlohu Ozbrojených sil ČR, Ministerstva obrany, úkoly, strukturu a členění AČR a útvary vzdušných sil, v jejichž organizační struktuře jsou začleněny zkoumané soubory.

2. Vojáci Armády České republiky

"Vojákem z povolání je občan, který vojenskou činnou službu vykonává jako svoje zaměstnání. Voják je ve služebním poměru k České republice. Občan může být

povolán do služebního poměru jen na základě vlastní žádosti." (§2, odst. 1, zákona č.221/1999 Sb., o vojácích z povolání).

Vojákem Armády České Republiky se mohou stát muži a ženy splňující níže uvedené požadavky dle § 3, odst. 1 a 2 zákona č. 221/1999 Sb. O vojácích z povolání, ve znění pozdějších předpisů:

- občanství ČR,
- věk 18 let,
- zdravotní způsobilost,
- trestní bezúhonnost,
- dosažení kvalifikačních předpokladů (je alespoň vyučen),
- není členem žádného hnutí, politické strany nebo odborové organizace,
- složil vojenskou přísahu.

Přísaha vojáka AČR (<http://www.acr.army.cz>):

„Já, voják ozbrojených sil, vědom si svých občanských a vlasteneckých povinností, slavnostně prohlašuji, že budu věrný České republice. Budu vojákem statečným a ukázněným a budu plnit ustanovení vojenských předpisů. Svědomitě se budu učit ovládat vojenskou techniku a zbraně a připravovat se k obraně České republiky a bránit ji proti vnějšímu napadení. Pro obranu vlasti jsem připraven nasadit i svůj život. Tak přísahám!“

2.1. Práva a povinnosti vojáků

Vojáci AČR mají přesně stanovené povinnosti a práva. Zařazení vojáka se řídí jeho vzděláním, odslouženou dobou a služebním hodnocením. Se služebním zařazením v organizační struktuře Ozbrojených sil se pojí stanovená vojenská hodnost a odbornost, na nichž závisí i jeho podřízenost či nadřízenost vůči jiným vojákům. Voják je povinen (pokud není stanoveno jinak, např. u zpravodajské služby) nosit ve službě vojenský stejnokroj a hodnostní označení, z něž vyplývá, koho je povinen zdravít vojenským pozdravem a kdo je povinen prokazovat úctu vojenským pozdravem naopak jemu. Odpovědnost a kompetence vojáka jsou stanoveny popisem jeho funkční náplně.

Vojáci AČR mají ze zákona omezena tato občanská práva

(<http://www.armadaceskerekrepubliky.cz>):

- „Shromažďovací právo
 - Voják nesmí ve vojenských objektech pořádat politická shromáždění ani provádět politickou agitaci.
- Sdružovací právo
 - Voják nesmí být členem politické strany, politického hnutí a odborové organizace.
 - Vojáci se mohou sdružovat v profesních sdruženích, jejichž činnost musí být zabezpečena dohodou o spolupráci s ministerstvem a vnitřní normou ministerstva.
- Právo svobodně projevat náboženství nebo víru - voják nesmí pořádat náboženské obřady a bohoslužby a účastnit se jich, brání-li tomu důležitý zájem služby, nekoná-li službu duchovního podle § 43, zákona č. 221/1999
- Hospodářská a sociální práva
 - Voják může výjimečně vykonávat výdělečnou činnost pouze s písemným souhlasem služebního orgánu, neovlivní-li tato činnost výkon jeho služby nebo jiný důležitý zájem ozbrojených sil.
 - Služební orgán může udělený souhlas písemně odvolat, v odvolání souhlasu je služební orgán povinen uvést důvody změny svého rozhodnutí. Voják je pak povinen bez zbytečného odkladu výdělečnou činnost skončit způsobem vyplývajícím pro její skončení z příslušných právních předpisů.
 - Voják smí vykonávat činnost vědeckou, pedagogickou, publicistickou, literární nebo uměleckou a správu vlastního majetku.
 - Voják nesmí vykonávat činnost odpovědného zástupce podle zvláštních právních předpisů ani být členem statutárních nebo kontrolních orgánů právnických osob, které provozují podnikatelskou činnost, s výjimkou členství ve statutárních nebo kontrolních orgánech nestavebních bytových družstev zřízených ke správě bytového fondu, a právnických osob a organizačních složek státu, jejichž zřizovatelem nebo zakladatelem je ministerstvo nebo jiný správní úřad.“

Voják AČR koná službu dle potřeby ozbrojených sil na území České republiky či v zahraničí a v případě potřeb Ozbrojených sil může dojít také k jeho přeložení do

jiného místa výkonu služby či do podřízenosti jiného služebního orgánu v tomtéž místě. Pokud je to v souladu s potřebou Ozbrojených sil, může být voják přeložen i na vlastní žádost.

Vojáci AČR procházejí fyzickým a psychologickým výcvikem a také výcvikem k plnění bojových, záchranných a humanitárních úkolů, výchovou k vlastenectví a dalším vzděláváním. Výcvik probíhá ve třech formách: v základní, odborné a speciální (Zákon 219/1999 Sb. o ozbrojených silách České republiky).

2.2. Proces přijetí do služebního poměru

V současnosti se zájemci o vojenskou službu z řad civilního obyvatelstva dostávají na seznam uchazečů o vojenskou službu prostřednictvím rekrutačních středisek AČR, umístěných ve všech krajích České republiky. Uchazeči jsou podrobováni několikaměsíčnímu výběrovému řízení, jehož důvodem je prověření vhodnosti uchazeče pro vojenskou profesi a které zahrnuje řadu formálních záležitostí (vyplnění žádostí, doložení výpisu z rejstříku trestů a úředně ověřených kopií osobních dokladů, doložení dokladů o dosaženém vzdělání), prověření zdravotního a psychického stavu a fyzické kondice.

Za osobnostní předpoklady pro výkon služby v bezpečnostních sborech Hájek (2005) považuje:

- průměrnou nebo vyšší intelektovou kapacitu,
- psychosociální vyzrálost a emoční stabilitu,
- odolnost vůči psychické zátěži,
- žádanou hodnotový žebříček, postoje a míru motivace,
- dostačivost volných procesů,
- odpovídající míru autoregulace,
- absenci nežádoucí agresivity,
- absenci psychopatologie.

Zdravotní prohlídky a psychotesty probíhají ve spádových vojenských nemocnicích. Závěrečné stanovisko zdravotní a psychické způsobilosti uděluje lékařská komise na oddělení pracovního lékařství. Důležitým kritériem přijetí je i splnění minimálních limitů fyzické kondice. Pokud uchazeč o službu u AČR úspěšně absolvuje toto výběrové řízení, je tzv. povolávacím rozkazem povolán k vykonání náhradní vojenské služby ve Vyškovské Akademii, kde projde základním tříměsíčním

vojenským výcvikem (ten je zároveň zkušební dobou, během které může být z výcviku vyřazen a propuštěn) a složí slavnostní vojenskou přísahu. Po ukončení základního výcviku voják nastupuje do tříměsíčního specializačního kurzu podle plánovaného zařazení na svou budoucí funkci v AČR. Po absolvování této šestiměsíční přípravy je voják odeslán k výkonu služby na stanoveném systematizovaném místě u vojenského útvaru.

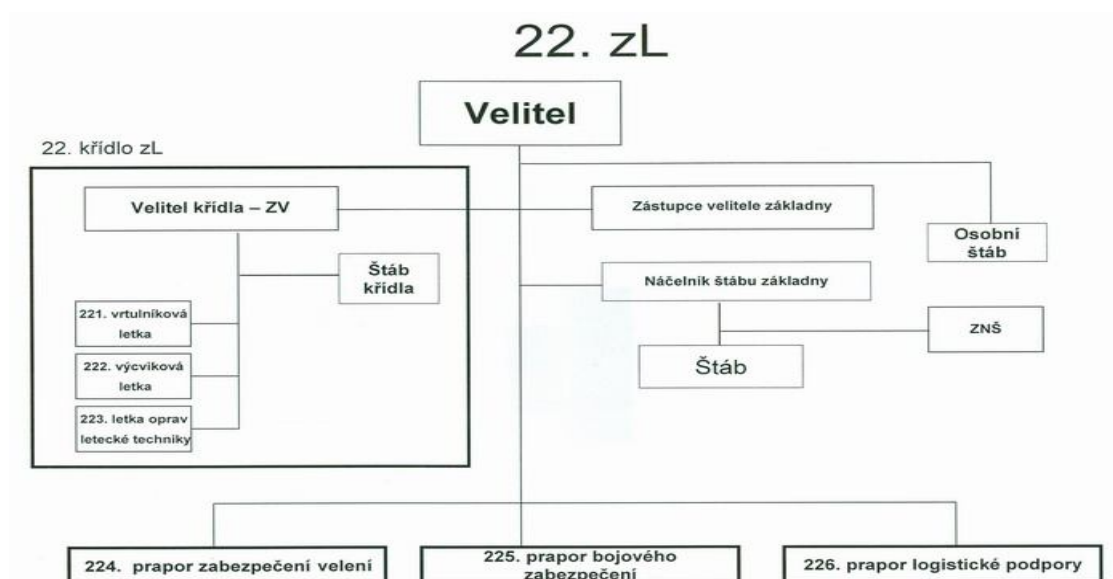
Další možností, jak se stát vojákem z povolání, je přijetí ke studiu vojenského oboru ve Vojenské střední škole, Vyšší odborné škole MO či Univerzitě obrany. Student je po ukončení studia povinen odsloužit dvojnásobnou dobu délky studia v řadách příslušníků AČR.

2.3. Strážní jednotky leteckých základen

1. zkoumaný soubor

22. základnu vrtulníkového letectva organizačně tvoří velení, štáb, 22. křídlo letectva, jehož součástmi jsou 221. vrtulníková letka, 222. výcviková letka a 223. letka oprav letecké techniky; podpůrnými jednotkami jsou 224. prapor zabezpečení velení, 225. prapor bojového zabezpečení a 226. prapor logistické podpory (<http://www.lznamest.army.cz/>).

Strážní rota 225. praporu bojového zabezpečení (1. zkoumaný soubor) se v rámci 225. praporu bojového zabezpečení podílí společně s Rotou předsunutých leteckých návodčích (FAC), Vojenskou hasičskou jednotkou a Stanicí biologické ochrany letiště na zabezpečení organizace a chodu letecké základny.



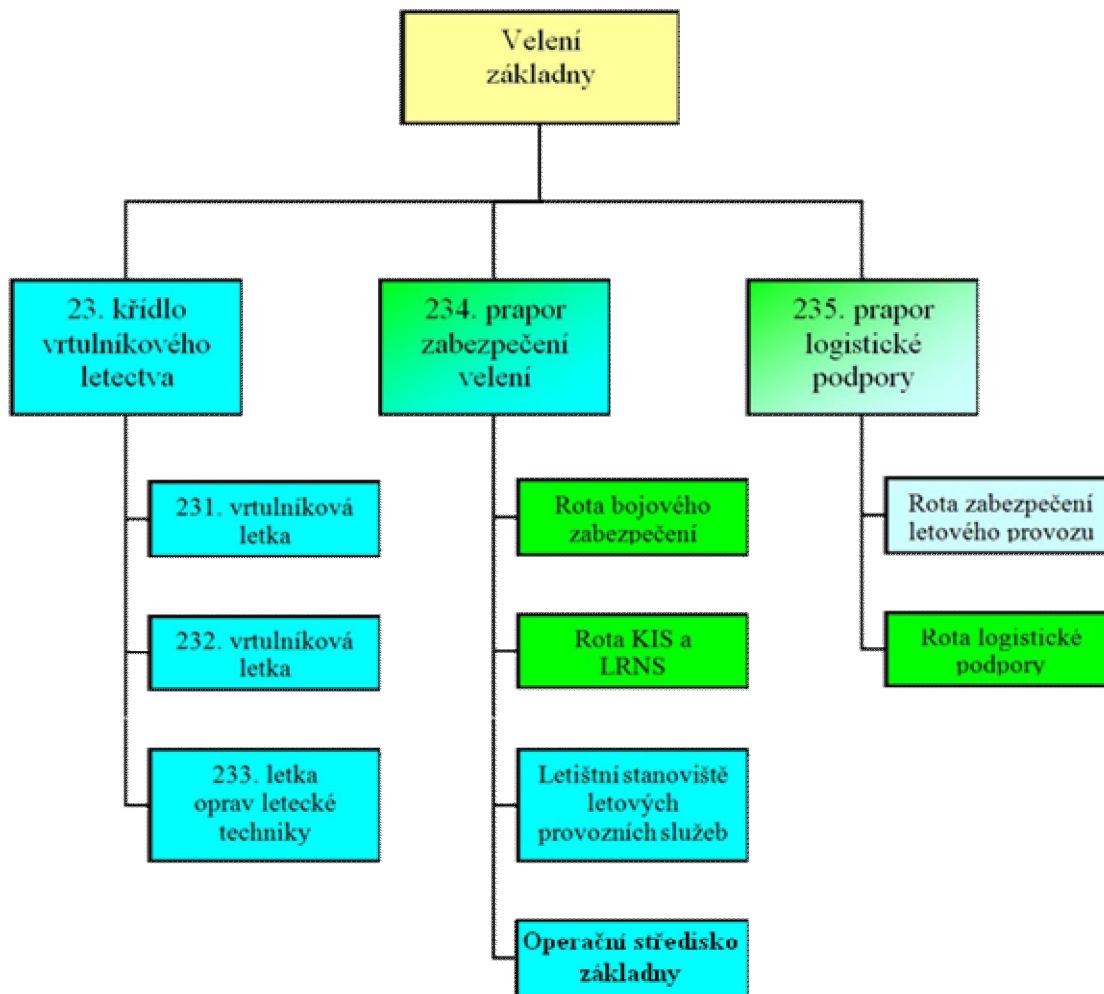
Obrázek č. 1: Struktura jednotek 22. letecké základny

(<http://www.lznamest.army.cz/>)

2. zkoumaný soubor

23. základnu vrtulníkového letectva organizačně tvořilo velení, 23. křídlo vrtulníkového letectva, jehož součástmi byly 2 letky po 11 kusech techniky, dále 234. prapor zabezpečení velení a 235. prapor logistické podpory.

Strážní rota 234. praporu zabezpečení velení (2. zkoumaný soubor) se v rámci 234. praporu zabezpečení velení podílela společně s Rotou KIS a LRNS, Letištním stanovištěm letových provozních služeb, Operačním střediskem základny, Vojenskou hasičskou jednotkou a Stanicí biologické ochrany letiště na zabezpečení organizace a chodu letecké základny. (<http://www.letisteprov.eu/>).



Obrázek č. 2: Struktura jednotek 23. letecké základny

(<http://www.letisteprerov.eu>)

Příslušníci výše uvedených strážních jednotek vykonávají tyto hlavní úkoly:

- dozor nad stanovenými objekty a ploty, kontrola jejich neporušenosti a uzamčení,
- provádění obchůzkové činnosti, hlídkování a ostrahy,
- ochrana objektů před narušením nežádoucími osobami
- provádění stanovené činnosti při narušení objektu,
- obsluha elektronických zařízení a kamerového systému,
- kontrola funkčnosti elektronických systémů,
- vyhodnocování a archivace údajů z elektronického zabezpečovacího systému,

- spolupráce s vojenskou hasičskou jednotkou a stálým operačním dozorcím při mimořádných událostech,
- zásah při haváriích, pohromách, mimořádných událostech, při pádech letadel, při ohrožení objektu,
- ostraha a zabezpečení místa vzniku mimořádné události do příjezdu policie,
- evidence a kontrola civilních a vojenských vozidel,
- administrativní činnost spojená s evidencí a vstupem osob,
- příjem a ohlašování návštěv,
- příjem, evidence a výdej munice a zbraní,
- střežení muničního skladu,
- provoz a kontrola spojovacích prostředků,
- příjem poštovních balíků,
- činnost požární ohlašovny,
- výcvik služebních psů a péče o ně,
- zpracování a předávání informací pro velení základny.

V následující kapitole se seznámíme s činností vojenských psychologů, kteří provázejí vojáky v jejich mnohdy náročné službě.

2.4. Psychologové v AČR

Psychologická služba AČR provází vojáky nejrůznějším způsobem po celou dobu jejich služební kariéry. Lang (2007, s. 27) uvádí, že: „Resort obrany disponuje skoro sedmdesáti specialisty, kteří se profesionálně zabývají psychologií. Většina z nich působí ve vojscích a ti zbývající ve vojenském zdravotnictví a školství“. Psychologové se uplatňují u armády hlavně v těchto úrovních:

- vojskoví psychologové působící u jednotek AČR,
- kliničtí psychologové působící ve spádových vojenských nemocnicích.

Vojskoví psychologové se především podílejí na výcviku vojáků a zvyšování jeho efektivity a kvality dle požadavků velitelů. Jejich významnou činností je péče o vojáky a jejich rodinné příslušníky společně s humanitní a duchovní službou AČR (Lang, 2009, a). Jedná se převážně o pomoc rodinám vojáků, kteří jsou odveleni do

zahraničních vojenských operací nebo rodinám, jejichž příslušník utrpěl vážný úraz či došlo v souvislosti s jeho služební činností k úmrtí. Vojskoví psychologové dále poskytují poradenství pro vojáky všech hodnostních sborů a spolupracují s personálními odděleními a veliteli při výběrových řízeních na některé pozice. Nedoceněnou činností vojskových psychologů, je pořádání přednášek z oblasti zátěžových situací, stresu, krizové intervence, partnerských a mezilidských vztahů, sociálně patologických jevů, závislostí apod. Nad rámec výše zmíněných úkolů se vojskoví psychologové účastní zahraničních operací, kde pomáhají vojákům lépe zvládat pobyt v náročném prostředí a dlouhé odloučení od jejich rodin. Vojskoví psychologové také poskytují své služby válečným veteránům (Lang, 2009, b). Autor se domnívá, že by měli vojskoví psychologové rovněž pomáhat vojákům při začlenění do civilního prostředí po ukončení jejich služebního poměru.

Kliničtí psychologové se kromě vyšetřování pacientů a péče o pacienty vojenských nemocnic podílejí na výběru uchazečů o službu u armády v rámci prvotního psychologického vyšetření stanoveného jako nezbytného kritéria přijetí. Důraz je u branců kladen především na odolnost vůči stresu, osobnostní patologie, osobnostní charakteristiky a odolnost vůči zátěži. Jejich dalším úkolem je psychologické vyšetřování vojáků určených na některé speciální funkce (řidiči těžkých vozidel, letci, parašutisté, vojenští policisté apod.) a vyšetřování vojáků určených k výjezdu do zahraničních operací před a po ukončení jejich mise. Toto vyšetření probíhá formou administrace psychologických dotazníků (např. SPARO, IHAVEZ) a vedením interview s vojáky.

Psychologická příprava vojáků je „proces, který zahrnuje řadu samostatných a systémových prvků v různých fázích a úrovních přípravy a výkonu profese“ (Ředitelství výcviku a doktrín – odbor personalistiky, 2004, s. 14). Psychologická příprava vojáků v AČR probíhá pouze před vysláním do vojenské zahraniční operace v rámci výcviku a sladění jednotek. „Psychologická příprava v této fázi probíhá v zařízeních Vojenské akademie ve Vyškově v rozsahu, který je stanoven na čtyři hodiny“ (Marek, 2008). U vojáků nižších funkcí jde o přednášky (témata zajetí, výslechu, přežití apod.), u vyšších velitelů se provádějí i různé praktické nácviky, které zahrnují procvičování myšlení, vnímání, koordinace, pozornosti, orientace, rozhodování, paměti, reakcí, úsudku, reagování apod. Během sladování jednotek se psychologové soustřeďují na odolnost vojáků vůči zatížení, efektivitu jejich komunikace a velitelské schopnosti nadřízených.

Samotnému výjezdu do zahraničí předchází komplexní zdravotní vyšetření vojáků, na němž se spolupodílejí kliničtí psychologové ve vojenských nemocnicích. Cílem je objevit možné patologie a předejít nežádoucím psychickým problémům v místě zahraniční operace. Do těchto misí s vojáky vyjíždí i vojskový psycholog, jehož úkolem je poskytování krizové intervence a pomoci z hlediska psychologické odbornosti.

Speciálním možným uplatněním psychologické odbornosti ve vojenském prostředí jsou psychologické válečné operace (PSYOPS) zaměřené na podporu vlastních jednotek, demoralizaci nepřátelských jednotek a ovlivňování civilního obyvatelstva v místě válečného konfliktu. Těchto možností v současné době AČR nevyužívá.

Ve 2. kapitole jsme se seznámili s omezeními vyplývajícími z vojenské profese, s problematikou a podmínkami přijetí do služebního poměru vojáka, s úkoly strážních jednotek, kterými se tato práce zabývá a činností vojenských psychologů v AČR.

3. Osobnost a stres

3.1. Vymezení pojmu osobnost

Osobnost nelze vymežit jedinou definicí, existuje jich nepřeberné množství a ve svém přístupu jsou značně nejednotné (Nakonečný, 2009).

Cakirpaloglu (2012, s. 16) uvádí, že ve většině definic „osobnost představuje souhrn, souvislost či propojení charakteru, temperamentu, schopností a také konstitučních vlastností člověka“.

Gordon W. Allport (in Hall, Lindzey, 1999, s. 278) publikoval padesát různých definic osobnosti vytvořených psychology, filozofy, teology, právníky a sociology, na jejichž základě popsal osobnost jako „dynamickou organizaci těch psychofyzických systémů jedince, které determinují jeho jedinečné přizpůsobení svému prostředí“.

Behaviorističtí psychologové vidí osobnost jako výsledek našich zvyků odvozený z chování (Drapela, 1997).

Hartl (2000, s. 379): osobnost je „celek duševního života člověka“.

Hans J. Eysenck (1947, s. 25): osobnost je „souhrn skutečných a potenciálních vzorců chování organismu, které determinují dědičnost a prostředí; osobnost vyvěrá a vyvíjí se skrze funkční součinnost čtyř hlavních odvětví: kognitivní (inteligence), konativní (charakter), afektivní (temperament) a tělesná oblast (konstituce)“.

Hamer a Copeland (2003, s. 12): „osobnost je souhrn duševních, emočních, sociálních a fyzických znaků jedince; osobnost určuje jeho adaptaci na prostředí a jeho charakteristické způsoby chování a prožívání“.

Raymond Catell (1967, s. 25): osobností je „to, co sděluje, jak se člověk bude chovat v dané situaci“.

Podle Smékala (2002) zahrnuje osobnost následující složky:

- integritu psychických struktur,
- jedinečný projev, rozvoj a uspořádání,
- spojitost psychiky a fyziologie,
- společenskost,
- aktivní začleňování sebe sama do okolí.

Bedrnová, Nový (2002) rozčlenili strukturu osobnosti z hlediska psychologie práce podle toho, **co člověk umí** (schopnosti, dovednosti a znalosti jedince), **co člověk chce** (motivace, cíle a vytrvalost v dosahování těchto cílů) a **jaký člověk je** (chování, prožívání, temperament, charakter).

3.2. Osobnostní charakteristiky a stres

Na vznik a prožívání stresu mají hlavní vliv tzv. osobnostní charakteristiky. Mikšík (1991) uvádí, že velmi podstatnou osobnostní proměnnou k odolnosti vůči zátěži je integrovanost osobnosti zahrnující vlastnosti rozhodující pro formu interakce se světem a vyrovnáváním se s prostředím. Způsob reagování na stres je způsoben významem připisovaným situaci, vnímáním vlastních schopností kontroly a vnímáním schopnosti zvládat stresovou situaci (Ruiselová, Ficková, 1994).

Eysenck (in Šolcová, 2007) uvádí nemožnost oddělení stresu od osobnosti, neboť stres může být chápán pouze ve vztahu k prožívání stresové situace konkrétním člověkem. Obecné zákonitosti je dle Eysencka možno formulovat pouze s přihlédnutím k individuálním rozdílům.

Dle Paulíka (2010) je možné chápat stres jako specifický případ zátěže, kdy míra zátěže přesahuje meze adaptačních schopností organismu při daných podmínkách. Při posuzování míry zátěže a stresu je nutné vycházet z celku nároků kladených na člověka jako bio – psycho - socio – spirituálně – ekologickou jednotu se současným zahrnutím všech složek chování a prožívání a s respektováním spojitosti organismu s vnějším prostředím.

Pokud člověk prožívá událost nadměrně úzkostně vzhledem k závažnosti situace, zvyšuje se riziko vzniku stresu. Na způsob posuzování závažnosti má vliv atribuční styl jedince, jenž nepřímo určuje intenzitu prožívání stresu.

3.3. Osobnost a zvládání stresu

Schopnost člověka zvládat zátěž ovlivňuje více faktorů. Prvním z nich jsou tzv. **dispoziční faktory** adaptace na zátěž, které je možno považovat za poměrně trvalé a stabilní (Vašina, 1999). Dispozice jsou méně nebo více využívaným potenciálem osobnosti ke zvládání stresové zátěže.

Povaha stresoru a kontext stresogenní situace vymezují tzv. **situační faktory**, které u každého jedince ovlivňují jeho volbu konkrétní strategie zvládání stresu. Dle

Paulíka (2010) probíhají za působení kognitivní, motivační a emocionální složky osobnosti interakční a transakční procesy mezi osobností a prostředím. Vašina (1999) uvádí, že dispoziční faktory jsou ve srovnání se situačními stabilnější v tendencích pro upřednostňování určitého způsobu chování a volbu copingové strategie.

Vztah mezi vnějšími stresovými podněty a reakcemi jedince je ovlivňován tzv. **moderátory** a **mediátory** (Folkman, Lazarus, 1980). Moderátory jsou aspekty, které jsou přítomny již před stresovou situací a jsou poměrně stabilní v čase. Mediátory jsou variabilnější, vznikají až při samotné zátěži a ovlivňují průběh a způsob zvládnutí stresové situace.

3.4. Zranitelnost (vulnerabilita)

„Zranitelnost či vulnerabilitu, znamenající zvýšenou citlivost, křehkost, vnímavost k rušivým vlivům, sníženou toleranci, náchylnost k obtížím, můžeme chápat jako důsledek, ale i příčinu narušení adaptačního procesu a jeho nižší účinnosti, případně selhání“ (Paulík, 2010, s. 39).

Vulnerabilita má biologický i psychický základ a zahrnuje činitele podléjící se na neadekvátním vyrovnávání se se zátěžovou situací. Zranitelnost jedince může vlivem stresu v důsledku nízké kontroly nad prožívanou negativní situací vyústit až k duševním či tělesným chorobám (Kebza, 2009). Vulnerabilitu je možno chápat jako částečně vrozenou, v níž hrají roli naučené faktory. Další názor ji chápe jako čistě konstituční (genetická, primární), kterou člověk získává v prvních šesti měsících života. Procesem učení a důsledkem působení negativních vývojových vlivů (stresující události a zážitky, pozorování a přebírání vzorců chování jiných osob) dochází ke vzniku sekundární vulnerability (Paulík, 2010).

Kebza (2009) a Paulík (2010) shodně uvádějí koncepci trojí vulnerability D. H. Barlowa ke vzniku úzkostných poruch, obsahující 3 vzájemně se ovlivňující kategorie:

- obecná biologická vulnerabilita – působení genetických činitelů,
- obecná psychologická vulnerabilita – vytváří se vlivem negativních zkušeností a vyznačuje se omezením či nemožností kontroly nad průběhem důležitých událostí. Může vyvolat funkční poškození mozku,

- specifická psychologická vulnerabilita – vytváří se v období raných fází vývoje dítěte prostřednictvím ohrožujících momentů od důležitých osob z okolí.

Dle Kebzy (2009) je v současné době koncepce trojí vulnerability stále ověřována a probíhá její další rozpracování.

V třetím oddílu práce jsme se pokusili blíže objasnit pojem osobnost, který úzce souvisí se zaměřením této práce. Dále byl vysvětlen vliv osobnosti na prožívání a zvládání stresu a problém zranitelnosti.

4. Zátěž a stres

4.1. Vymezení zátěže a stresu

Během svého života člověk prožívá situace, které na něj působí nadměrnou intenzitou, nebo je nutné řešit je novým, nevyzkoušeným způsobem, což působí abnormální zátěž.

Podle Paulíka (2010, s. 41) „termín stres a jeho vztah k pojmu zátěž není vymezován všemi badateli shodně.“

Bedrnová (2009) uvádí, že s převážnou většinou situací se člověk vypořádává pomocí osvojených algoritmů, což ale bohužel narušuje jeho flexibilitu, tvořivost, otužilost a rovněž vede k rutině. Pokud jedinec potřebným algoritmem řešení dané situace nedisponuje, přichází zátěž.

Bedrnová (2009) vymezuje tři stupně zátěže:

- reálná zátěž vyžadující zvýšené úsilí, se kterou se jedinec dokáže dobře vyrovnat,
- limitní zátěž vyznačující se nerovnováhou mezi předpoklady jedince k jejímu zvládnutí a požadavky situace (hrozí selhání),
- extrémní zátěž kladoucí na jedince nesplnitelné nároky (vede k selhání), např. živelné pohromy, válečné konflikty apod.

Machačová (1978) vymezuje typy zátěže takto:

- neobvyklé, neočekávané, intenzivně působící či nové vnější podmínky,
- změna nebo reakce projevená v chování a interních reakcích,
- prožitek.

Čírtková (2000) charakterizuje zátěž jako náročné, svízelné, konfliktní či obtížné situace, kladoucí na jedince zvýšené nároky, k jejichž zvládnutí je nezbytné vystupňované úsilí a často i mobilizace všech duševních a fyzických sil. Tyto situace vznikají díky rozporu mezi tlakem situace a způsobilostí jedince. Čírtková (2000) rozlišuje tyto typy zátěžových situací:

- frustrace (vnější či vnitřní překážky brání uspokojení potřeb),
- deprivace (jedinec strádá díky absenci podnětů nezbytných k uspokojení jeho potřeb),
- konflikty (zátěž vzniká důsledkem střetu různých soupeřících tlaků),

- problémy (vysoké nároky v úkolech, které jedinec řeší),
- stres (vykonávání obvyklých osvojených činností za ztížených podmínek).

Hošek (2001) považuje za zátěž situaci obtížné adaptace jedince a podobně jako Čírtková vymezuje pět kategorií těžkých životních situací působících zátěž:

- frustraci,
- deprivaci,
- konflikty,
- problémy,
- nepřiměřené úkoly.

Hladký (1993) a Charvát (1969) mezi pojmy zátěž a stres nijak nerozlišují a vnímají je jako synonyma znamenající komplexní procesy, jejichž cílem je zachování ustáleného stavu organismu. Zátěž je způsobena vlivy porušujícími rovnovážný stav organismu. Důsledkem toho jsou spuštěny nápravné mechanismy. Hladký (1993) chápe stres jako specifický případ zátěže.

Křivohlavý (2009) zátěž od stresu odlišuje takto: zátěží jsou obvyklé či lehce zvýšené nároky, stresem je nadměrné zatížení vyvolané vnějšími vlivy v důsledku selhání vnitřních rovnovážných mechanismů, které je vyšší, než jaké je člověk schopen zvládnout. Nadměrná zátěž vzniká i nadlimitním množstvím běžných starostí.

H. Selye popsal stres jako obranu organismu proti tělesné zátěži. Dle Nakonečného (2003) bylo jeho pojetí rozšířeno o psychický aspekt.

Atkinson, et al. (2003) označuje stresem situaci setkání s ohrožující událostí narušující blaho člověka.

Schreiberova definice stresu: „Stres je jakýkoli vliv životního prostředí (fyzikální, sociální, politický), který ohrožuje zdraví některých citlivých jedinců“ (Schreiber, 1992, s. 12).

Kebzovo pojetí stresu hovoří o procesu vznikajícím v rámci reakce na nadměrné fyzické a psychické požadavky na člověka v důsledku rozdílu mezi schopnostmi jedince a požadavky situace. Tento rozdíl je pocíťován jako ohrožení rovnováhy a tělo na něj reaguje okamžitým způsobem (Kebza, Šolcová, 2004).

Čáp a Dytrych (1967) vymezují stres jako náročnou životní situaci společně s frustracemi a konflikty.

Výrost a Slaměník (2001) definují stres jako:

- celkovou těžkou situací, podmínkou, okolností či nepříznivým faktorem, který působí na jedince,
- reakci organismu na stresové podněty,
- komplexní tělesný a duševní stav jedince zažívajícího negativní okolnosti.

Pro Bašteckou (2009) je stres celkovou reakcí na subjektivně prožívanou zátěž.

Paulík (2010, s. 41): „Stresové situace jsou ty, v nichž dochází k výraznějšímu rozporu mezi expozičními a dispozičními faktory (v důsledku přesahu kladených nároků nad osobnostními dispozicemi, nebo naopak nevyužívání dispozic a výkonové kapacity či nedostatečnou stimulací danými požadavky vůbec).“

Mikšík považuje stres za „psychickou zátěž, při níž nějaká rušivá okolnost působí na organismus, hlavně pak na psychiku jedince v období realizace cílesměrné činnosti“ (Mikšík, 1969, s. 283).

Tabulka 1: Seznam potenciálně stresujících životních událostí (Holmes, Rahe, 1967, cit. Hewstone, Stroebe, 2006, s. 599)

Životní událost	Hrubý skór
Smrt partnera	100
Rozvod	73
Rozchod manželů	65
Výkon trestu	63
Smrt blízkého člena rodiny	63
Vlastní zranění či nemoc	53
Svatba	50
Ztráta zaměstnání	47
Usmíření manželů	45
Důchod	45
Změna zdravotního stavu člena rodiny	44
Těhotenství	40
Sexuální problémy	39
Přírůstek do rodiny	39
Změna v práci	39
Změna finanční situace	38
Smrt blízkého přítele	37
Změna povolání	36
Změna v počtu hádek s partnerem	35
Hypotéka přes 250 000	31

Zabavení majetku pro nezaplacený dluh	30
Změna odpovědnosti v práci	29
Syn či dcera opouští domov	29
Problémy s příbuznými z partnerovy strany	29
Výjimečný osobní úspěch	28
Manželka začne či přestane pracovat	26
Začátek či konec školy	26
Změna životních podmínek	25
Revize osobních návyků	24
Problémy s nadřízeným	23
Změna bydliště	20
Změna školy	20
Změna spojená s dovolenou	19
Změna náboženských aktivit	19
Změna společenských aktivit	18
Hypotéka či půjčka pod 250 000	17
Změna spacích návyků	16
Dovolená	13
Vánoce	12
Menší porušení zákona	11

4.2. Teoretická pojetí stresu

V této kapitole se seznámíme s nejdůležitějšími teoriemi stresu.

Teorie stresu je možné dělit do tří kategorií:

- Emocionální – zabývají se vznikem frustrace, negativních emocí, agrese a snížené motivace v důsledku prožitku stresu.
- Kognitivní – zabývají se vznikem stresu v důsledku přetížení kognitivních schopností.
- Fyziologické teorie – soustřeďují se na fyziologii organismu v průběhu stresové reakce a na somatické projevy.

Vědecký výzkum dění v organismu při zátěži začal v první polovině 20. Století a dal vzniknout množství teorií stresu.

Prvním důležitým průkopníkem výzkumu zátěže byl ruský vědec **Ivan Petrovič Pavlov** zkoumající fyziologii trávení zvířat vystavených stresu a podmíněné reflexy.

Jednou z důležitých a potvrzených teorií ovlivňujících pohled na stres, je psychoanalýza, která vysvětluje vznik tělesných nemocí na základě vnitřních psychických konfliktů.

Nejvlivnějšími pojetími stresu jsou teorie **Cannona**, **Selyeho** a **Lazaruse**.

Walter. B. Canon (americký fyziolog) studoval změny zvířecích organismů v reakci na stres. Pomocí vystavení zvířat nepříjemným zvukům a teplotám u nich vyvolával poplachovou reakci a sledoval fyziologii a emoce. Na základě výzkumu fungování sympatoadrenálního systému postuloval tzv. katecholaminovou koncepci soustřeďující se na poplachovou reakci. Popsal průběh mobilizace organismu a zesílení činnosti sympatického nervového systému, ke kterému dochází v průběhu stresu. Poplachová reakce se na tělesné úrovni projevuje zvýšením srdečního tepu, tachykardií, mydriázou, hyperglykemií, uvolněním hormonů dřeně nadledvinek do krevního řečiště a přípravou organismu k tzv. reakci fight or flight (boj či útěk). Cannon byl přesvědčen, že je tato reakce vrozená a má sebezáchovný účel. Dle Baštecké, Goldmana (2001) sledoval Canon za první světové války vojáky s traumatickým šokem a objevil sklon organismu udržovat vnitřní rovnováhu a snahu navracet se do ní v případě vychýlení.

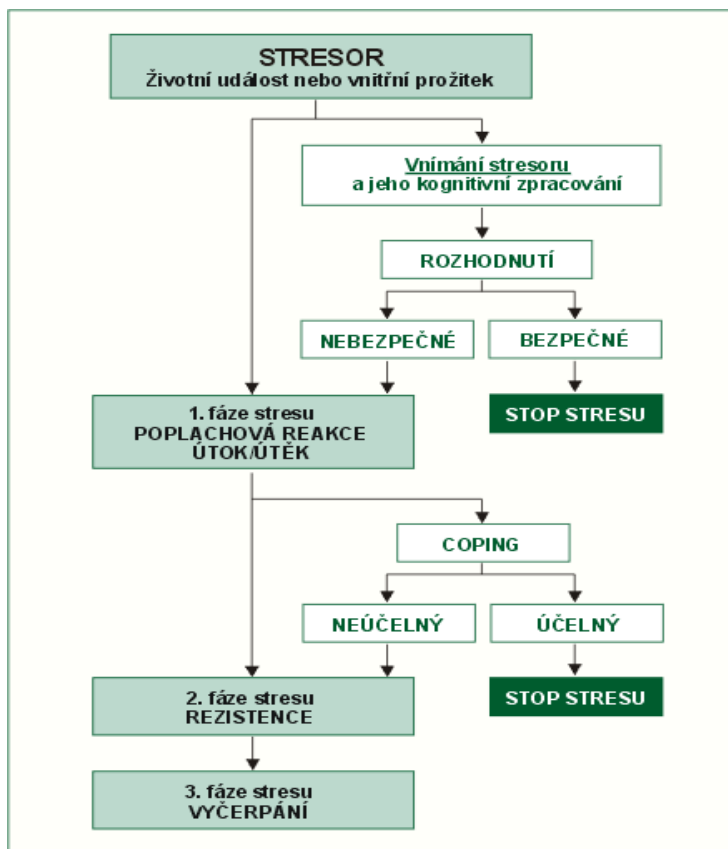
Dalším významným výzkumníkem je endokrinolog **Hans Selye**. Tento Kanadčan pozoroval organismus krys v průběhu expozice vysokým teplotám a extrémní zátěži. Jeho výzkum byl podkladem k vytvoření tzv. kortikoidní teorie, která vychází z činnosti nadledvinek a ostatních endokrinních žláz při působení stresu na organismus. Jak Selye zjistil, na zátěž organismus reaguje souborem nesespecifických fyziologických reakcí označených Selyem jako tzv. obecný adaptační syndrom - General Adaptation Syndrom (Křivohlavý, 2009). General Adaptation Syndrom (dále jen GAS) se vyznačuje změnami fyziologických hodnot organismu, změnami krevního obrazu, tkání a psychiky.

Paulík, (2010) popisuje Selyeho fáze GAS takto:

- **Poplachová reakce** - je počáteční odpovědí na působení stresorů. Vlivem silné zátěže nastává šok s neorganizovanými vnějšími projevy a útlumem obranných reakcí. Po částečné adaptaci na situaci přichází mobilizace obranných rezerv organismu (tzv. protišok), zvýšení činnosti sympatického nervového systému a vyplavení adrenalinu (epinefrinu) a glukózy do krevního řečiště. Srdeční puls se zvyšuje společně s krevním tlakem, zrychluje se

dýchání, dochází ke zvýšenému pocení (ochlazování těla), stažení krve z trávicího traktu a její přechod do svalstva končetin. Cílem poplachové reakce je příprava k reakci „fight or flight“ (boj nebo útek). Pokud je působení stresu extrémně silné, může v této fázi nastat poškození nebo smrt organismu.

- **Stádium rezistence** - probíhá reakce „fight or flight“. Dochází k relativnímu zklidnění a přizpůsobení organismu na situaci. Tělo zajišťuje prostřednictvím trávicích procesů energii. Délka fáze rezistence je závislá na odolnosti organismu a intenzitě stresoru. Pokud nestačí zdroje organismu na opětovné nastolení homeostázy a adaptace je neúčinná, mohou se vlivem trvalého vypětí objevit žaludeční vředy, vysoký krevní tlak, poruchy funkce štítné žlázy, průduškové astma a jiné choroby. Při nadměrném působení stresoru přechází organismus do „stádia vyčerpanosti“.
- **Stádium vyčerpanosti** - nastává spotřebováním energetických zásob, organismus nemá další prostředky na adaptaci. Objevují se některé fyziologické dysfunkce z první fáze GAS. Dochází k aktivaci parasymptiku. V případě, že stresor dále působí, dochází k vážnému poškození organismu, depresivitě a chřadnutí, případně smrti (Hošek, 2001).



Obrázek č.3: Schéma GAS podle MUDr. Honzáka (<http://charlijen.net>)

Selyeho definice stresu (Baštecká, Goldmann, 2001, s. 241): stres je „nespecifickou reakcí organismu na jakýkoli požadavek prostředí, např. na jeho změnu. Je to stereotypní fylogeneticky stará adaptační reakce, původně připravující organismus na fyzickou aktivitu, např. na boj nebo únik.“

Hewstone a Stroebe (2006) vysvětlují, že míra eventuálního poškození tělesných tkání vlivem stresu nezávisí pouze na exogenně a endogenně dané zranitelnosti jedince, ale také na míře zranitelnosti jeho orgánů. Na základě výzkumů působení stresu na zdraví bylo potvrzeno, že psychosociální stres má vliv na vznik kardiovaskulárních nemocí, duševních chorob, depresí, infekcí a zvyšuje riziko úmrtí.

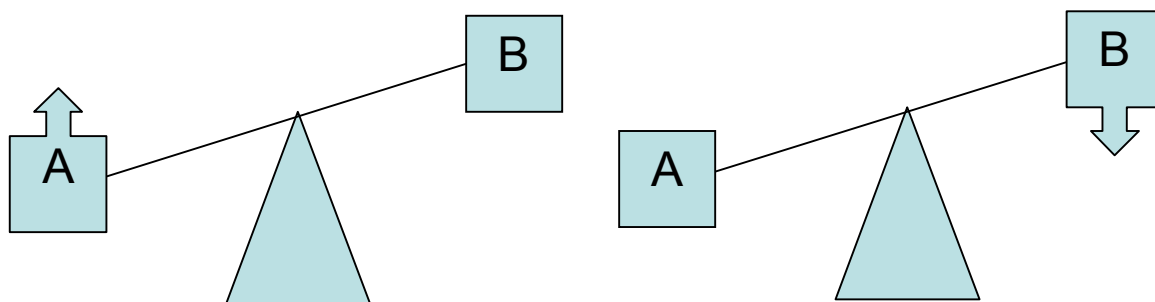
Dopad stresu na zdraví je dvojitý:

- prostřednictvím endokrinního systému (přímý vliv),
- nepřímým vlivem zdraví škodlivých vzorců chování, které vznikají na základě působení stresu (kouření, alkohol, nesprávná životospráva apod.).

H. Selye mimo jiné tvrdil, že určitá míra stresu je pro zdravý lidský organismus přínosná, neboť stres je důvodem mnoha konstruktivních činností a pozitivních změn (Rheinwaldová, 1995).

Selye zmínil stres jako důležitou příčinu civilizačních chorob (Křivohlavý, 2009). Jeho teorie byla kritizována kvůli přehlížení vlivu lidské kognitivní aktivity a emocí na stres a převedení výsledků zjištěných na zvířatech na lidskou populaci (Křivohlavý, 2009).

Američan **Richard Stanley Lazarus** se jako psycholog soustředil na psychiku člověka kognitivní způsob v průběhu zvládání zátěže. Vytvořil model vah, v němž proti sobě působí vliv vnějších činitelů a vliv lidských sil.



A – závažnost stresorů

B – schopnost bránit se zátěži

Obrázek č. 3: Model vah dle Lazaruse (Křivohlavý, 1994)

Švancara (2003) uvádí, že Lazarus podmiňoval vznik zátěže subjektivním vnímáním situace a kognitivním hodnocením stresoru jedincem (Švancara, 2003). Psychologický stres je pro Lazaruse vztah mezi osobou a prostředím, který překračuje osobní zdroje, či působí námahu. Míra vnímání závažnosti stresu je individuální a závisí na subjektivní percepci situace, nikoli na druhu stresoru. Stres nelze vymezit objektivně (Baštecká, Goldmann, 2001).

Tři fáze Lazarusova kognitivního zhodnocení závažnosti stresu dle Stuchlíkové (2002):

- Primary appraisal (prvotní zhodnocení) – jedinec vyhodnocuje možné důsledky dané situace (pozitivní, nulové, ohrožující).
- Secondary appraisal (druhotné zhodnocení) – jedinec vyhodnocuje závažnost situace, své zdroje, možnosti, dovednosti a rozhoduje se o způsobu reakce (zvládnutí, únik ze situace, pasivní postoj s nadějí pomnutí potíží) V případě vyhodnocení situace jako ohrožující, užívá jedinec svých fyzických, psychologických, sociálních, a materiálních copingových zdrojů.
- Reappraisal (znovuzhodnocení) – hodnotící proces o sobě a okolí, který zjišťuje efektivitu zvolené strategie fungující jako zpětná vazba. Na základě tohoto procesu vznikají emoce (strach, láska, pocity viny, nenávisť, radost), popř. dochází ke změně náhledu na situaci.

Holmes a Rahe postulovali teorii životních událostí, která říká, že u zátěžových situací vyžadujících sociální znovupřizpůsobení mohou hrát klíčovou roli sociální interakce. Jde o adaptační model řešení nových životních situací (rozvod, živelná pohroma, zranění, smrt blízkého člověka, choroba, odchod do penze, finanční problémy, nové pracoviště atd.) (Hewstone, Stroebe, 2006).

Alostatická teorie stresu vytvořená **Sterllingem a Eyerem** v 80. letech 20. stol. říká, že pokud nastane stres nad provozní rozmezí (alostázu) schopností organismu odpovídat na stres zvýšením či snížením hodnot životních funkcí, může vzniknout onemocnění (Baštecká, Goldmann, 2001). Alostáza je vyšší u zdravých a mladých jedinců, naopak nižší je u nemocných a starých jedinců.

Štikar et al. (2003) uvádí, že pro oblast psychologie práce **Robert A. Karasek** vytvořil model kontroly jednání stanovující, že možnost kontrolování situace má vliv na snížení míry prožívaného stresu. Karasek stanovil dva na sobě vzájemně nezávislé konstrukty:

- job demands (pracovní nároky) – psychické požadavky (velké množství úkolů, tempo, nedostatek času, duševní náročnost, protichůdné požadavky),
- job kontrol (kontrola) - možnost rozhodovat o pozadí, rychlosti a tempu pracovní činnosti,
 - schopnosti a dovednosti (možnost uplatnění tvořivosti, schopností a seberozvoje).

Karasek rozdělil povolání do dvou skupin:

- vysoce psychicky náročné profese s nízkou mírou kontroly a vysokou stresovou zátěží,
- vysoce psychicky náročné profese s vysokou mírou kontroly a možnostmi růstu.

Stres je dle Karaska nejvyšší u první skupiny (náročné pracovní požadavky a malá možnost rozhodování).

J. Rotter vytvořil v 60. letech 20. stol. teorii místa kontroly (Locus of control) popisující v rámci přístupu k řešení problémů dvě skupiny jedinců:

- vliv na situace připisují svým činům a schopnostem (mají vnitřní místo kontroly),
- vliv na situace připisují vnějším okolnostem, které není možné ovlivňovat (mají vnější místo kontroly (Křivohlavý, 2009).

M. Friedman a H. Rosenman (in Štikar et al., 2003) jsou spoluautory teorie stresové zranitelnosti, která vychází z osobnostních charakteristik a zabývá se vznikem srdečních chorob. Jedinci s chováním typu A trpí pocitem nedostatku času, jsou nepřátelští, soutěživí, agresivní, chybí jim trpělivost. Jedinci s chováním typu B jsou pravým opakem (jsou trpěliví, mají dostatek času, nejsou agresivní ani soutěživí). Ve svém výzkumu Friedman a Rosenman zjistili, že lidé s chováním typu A mají velké riziko vzniku ischemické choroby srdeční.

4.3. Dělení stresu

Způsobů, jak dělit stres je několik možností:

- **Dle doby působení**
 - akutní stres působí krátce, přichází prudce bez varování a možnosti přípravy, např. při úrazu. Projev takového stresu má tělesné i psychické aspekty (např. mráčky, bezvědomí) (Matoušek, 2003),

- chronický stres působí po delší dobu s kolísavou intenzitou a následným výskytem vyčerpanosti, úzkosti či podrážděnosti (bezvýchodná situace, partnerské problémy) (Matoušek, 2003), Výzkumem McGonnagleho a Kesslera bylo prokázáno, že chronický stres působí na vznik depresí více, než akutní stres (Křivohlavý, 1994),
 - posttraumatický stres přichází po několika dnech až týdnech po prožité traumatické události formou vzpomínek vyvolávajících úzkost a depresi,
 - anticipační stres vzniká ve formě představ při očekávání dějů, které by ohrozily integraci osobnosti. Tato zpravidla krátkodobá ztráta sebedůvěry působí mírné, postupně se zvyšující napětí.
- **Dle místa působení zátěže**
 - fyzický - působí na periferiích organismu (hluk, bolest, hlad, teplota),
 - psychický - působí cestou psychiky, vzniká v důsledku podnětů zevnitř organismu. Jde o astenické emoce způsobené např. nebezpečím, špatnými mezilidskými vztahy, spánkovým deficitem (Hošek, 2001). Prožitek psychického stresu může nastat už při pouhém očekávání tělesného poškození.

Oba druhy stresu spolu úzce souvisí a ovlivňují se.

- **Dle intenzity**
 - hypostres - je způsobován mini a mikrostressory (mírná až velmi mírná zátěž), jejichž intenzita nedosahuje míry tzv. hraničního stresu,
 - hyperstres - je způsobován ničivě působícími makrostressory, jeho intenzita přesahuje míru adaptability vyrovnání se stresem (Křivohlavý, 1994).
- **Dle intenzity a následků** (Prašková, Praško, 2000)
 - prestres - vede ke zvýšení odolnosti vůči silnější stresové zátěži, má pozitivní vliv,
 - eustres - spojen s prožitkem pozitivních emocí, se stimulací, aktivizací, motivací. Navozuje radostné očekávání či příjemné překvapení, má pozitivní vliv na zdraví. Eustres nepoškozuje adaptační systém lidského organismu (Machač, Macháčová, 1991),
 - distres - působí úzkostné či depresivní stavy, je provázen prožitkem negativních emocí ohrožení nebo neschopnosti vypořádat se se situací.

Se zvýšením společné celkové míry eustresu a distresu se snižuje pracovní výkonnost.

V další kapitole se seznámíme s vlivem stresu na lidský organismus.

4.4. Působení a projevy stresu

Stres je všudypřítomným průvodcem našeho života a je všeobecně známo, že je původcem mnoha onemocnění jako např. angina pectoris, hypertenze, rakoviny, bronchiálního astmatu, žaludečních vředů, diabetu.

Dle Křivohlavého (1994) H. Selye tvrdil, že během našeho života se pohybujeme vlivem nepříznivých životních podmínek, stresu a nesprávného životního stylu od stavu zdraví k nemoci. Stres působí podle Křivohlavého (2009) na lidské zdraví přímo (na nervový, endokrinní a imunitní systém) i nepřímo (na lidské chování). V průběhu působení stresu dochází vlivem aktivace endokrinního sympatického a parasympatického systému k fyziologickým změnám řízeným hypotalamem. Praško (2003, s. 56): „Při přípravě na boj, nebo útěk je potřeba zvýšit okysličení krve (zrychlí a prohloubí se dech), zvýšit dodávku živin a kyslíku do tkání (zvýší se srdeční frekvence a krevní tlak), přesunout krev do svalů a mozku (sníží se krevní průtok okrajovými částmi těla a trávicím ústrojím), vypnout nepotřebné děje, které spotřebovávají energii (zpomalí se trávení, u dětí růst), zостřit vnímání (rozšíří se zorničky), připravit svaly na rychlý a intenzivní výkon (zvýší se svalové napětí).“

Vágnerová (2004) tyto změny vysvětluje tím, že dochází k podráždění sympatiku, který vyvolává v nadledvinách produkci hormonů adrenalinu a noradrenalinu (katecholaminy). Tyto neuropřenašeče následně aktivují energetické systémy těla. V tělesné rovině jsou dle Praška (2003) pozorovatelné tyto změny: zúžení kožních cév z důvodu snížení případného krváčení, zrychlení srdeční činnosti a dechu, zvýšení napětí svalstva a jeho zásobení krví, snížení napětí hladkého svalstva a trávicího traktu, jehož činnost není při stresu důležitá, rozšíření zorniček, odkrvení prstů, husí kůže.

Mimo výše zmíněného adrenalinu a noradrenalinu jsou příkazem od tzv. hypotalamo-hypofýzo-nadledvinové osy z nadledvin uvolňovány glukokortikoidy (kortizol a hydrokortizon), které vedou k některým změnám metabolismu (zvýšení hladiny glukózy v krvi, zastavení náročných metabolických pochodů tvorby a štěpení

bílkovin) (Praško, 2003). Merkunová, Orel (2008, s. 201): „Malé dávky glukokortikoidů působí protizánětlivě (aktivují imunitní systém a blokují tvorbu protizánětlivých prostaglandinů) - tento poznatek se hojně využívá v medicínské praxi. Vysoké dávky glukokortikoidů naopak aktivitu imunitního systému tlumí (imunosupresivní účinek).“ Zároveň je v průběhu tohoto procesu přerušeno ukládání energie a jsou produkovány hormony s analgetickým účinkem. V kostní dřeni se zvyšuje tvorba bílých krvinek kvůli možné infekci a slezina produkuje kvůli vyšší potřebě kyslíku zvýšené množství červených krvinek. Glukokortikoidy informují mozek pomocí tzv. negativní zpětné vazby o možnosti vypnutí stresové reakce a zastavení další stimulace nadledvin. Pokud tělo vlivem porušené schopnosti vnímat tento signál dále udržuje stresovou reakci, zůstávají hormony adrenalin a noradrenalin dále v krvi, což má za následek setrvávání v poplachu, nadbytek krevního cukru, mastných kyselin a cholesterolu. Nespotřebováním těchto energetických zásob dochází k porušení imunity a snížení odolnosti organismu. Pokud jedinec svůj stres navíc léčí kouřením nebo přejídáním a nemá dostatek pohybu, může se rozvinout ischemická choroba srdeční (Praško, 2003). Dle Křivohlavého (2009) představuje riziko stresu i prožívání negativních emocí, které se zvýšeně vyskytuje u pesimistů.

Projevy stresu dle Světové zdravotnické organizace (Křivohlavý, 1994):

- **Behaviorální:**

- nerozhodnost, naříkání,
- zvýšená nemocnost, absentérství, pomalá uzdrava,
- nepozornost a zvýšená nehodovost za volantem,
- vymlouvání se, utíkání od zodpovědnosti, snížený pracovní výkon,
- častější kouření, zvýšený příjem alkoholu,
- vyšší míra užívání sedativ, hypnotik, zvýšená drogová závislost,
- nechůť k jídlu nebo přejídání,
- nespavost, změna denního režimu, ponocování, spánek bez pocitu odpočinku,
- snížená kvalita a množství odvedené práce.

- **Emocionální:**

- rychlé a silné změny nálady,

- přílišné zaobírání se maličkostmi,
- neschopnost projevu sympatií a vcítění se do jiných,
- přehnané obavy o vlastní zdraví a vzhled,
- snížený sociální styk a zvýšené snění,
- silná unavenost a nesoustředěnost,
- silná podrážděnost, vznětlivost, anxieta.

- **Fyziologické:**

- zesílený a zrychlený srdeční tep,
- bolest a svírání na hrudi,
- plynatost, nechutenství,
- průjmy, křeče a bolesti břicha,
- časté močení,
- impotence a snížená sexualita,
- změny menstruace,
- palčivá bolest končetin (řezání, bodání),
- napětí a bolesti krčního a bederního svalstva páteře,
- bolesti hlavy,
- migrény,
- vyrážky v oblasti obličeje,
- svírání v krku,
- rozdvojené vidění, obtíže při soustředění pohledu do jednoho místa.

Stresová reakce je velmi individuální, závisí na množství vnitřních i vnějších faktorů a má tyto biochemicky zjištěitelné (Gottvaldová, Znojilová, 2006) či zvnějšku pozorovatelné projevy (Vágnerová, 2004):

- psychické - napětí, vztek, nepozornost, hněv, zkratkovité či vtíravé myšlenky, obavy, apatie, deprese, agresivita, pesimismus až rezignace či apatie, úzkost, napětí, smutek,
- fyzické - zrychlený srdeční tep, sevřený žaludek, ztuhlost v obličeji, třes horních končetin.

Čtvrtá kapitola nazvaná „Zátěž a stres“ informuje o základních tématech týkajících se stresu a problematiky zátěže. Seznamuje nás s teoriemi zabývajícími se stresem, uvádí možné způsoby kategorizace a vysvětluje projevy stresu.

5. Zvládání stresu

Lazarus rozdělil zvládání stresu do čtyř kategorií:

- apatie - jedinec je netečný, cítí bezmoc a prožívá depresi,
- vyhnutí se škodlivému vlivu - jedinec prožívá obavy a strach,
- napadení útočníka - jedinec prožívá pocity bezpečí,
- posilování vlastních zdrojů - nácvik sebeovládání a trénink schopností boje proti stresu (Křivohlavý, 1994).

Snížení zátěže je možné provést ze subjektivní či objektivní stránky.

- Subjektivní způsoby: upevňování sociální opory, změna strategie zvládání stresu, odstranění falešných představ, informovanost, nácvik dovedností ve zvládání stresu.
- Objektivní způsoby: zkrácení doby zátěže, snížení zátěže, spolupráce s ostatními, přenos zátěže na ostatní.

Zvládání stresu je možno dle Křivohlavého (1994) považovat za vědomou adaptaci na stres, která má tři formy:

- **adaptace** - týká se zvládnutelné zátěže a připravenosti k jejímu zvládnutí,
- **strategie boje se stresem** - způsob, který jedinec volí k znovudosažení či udržení původní rovnováhy organismu využitím svých zdrojů (odolnosti, nezdolnosti, zkušeností a intelektových, znalostních, fyzických a sociálních dovedností),
- **coping** - je vyšší úroveň adaptace při vypořádávání se s nadměrnou zátěží, kterou Křivohlavý (1994) označuje jako distres. Týká se vyrovnávání se stresovými situacemi a zvládnutí extrémně obtížných až skoro nezvládnutelných situací a schopnosti omezit jejich negativní vliv (Křivohlavý, 2009).

Strategie zvládání stresu dle Křivohlavého (1994, 2009):

Vhodné strategie:

- vybití emocí - prostřednictvím pláče, křiku atd.,
- kognitivní ovlivňování - prostřednictvím identifikace a změnou nevhodných představ za vhodné,
- změna chování - prostřednictvím negativního a pozitivního zpevnění,
- psychologické očkování - jedinci je vysvětleno, že prožívání stresu lze ovlivnit psychologickými metodami, dále se učí zvládat stres relaxací, poté si při mírné stresové zátěži testuje nově nacvičený postoj a nakonec dochází k ověření naučených dovedností při reálném stresu.

Nevhodné strategie (Křivohlavý, 1994):

Velmi častou nefunkční strategií je užívání alkoholu a drog, které jsou však pro tělo jen dalším silným stresorem. Druhou nevhodnou strategií je obrana jedince prostřednictvím tzv. obranných mechanismů, které se objevují obzvláště při neřešitelných situacích:

- projekce (promítání chyb, představ, vlastností a tužeb do ostatních jedinců),
- identifikace (ztotožnění s druhým jedincem),
- racionalizace (zdánlivě rozumná obhajoba nerozumných skutečností),
- popírání (odmítání reality),
- externalizace (obviňování okolí),
- bagatelizace (snižování hodnoty cíle),
- regrese (návrat do mladšího stádia vývoje),
- introjekce (převzetí cizích problémů na sebe),
- represe (vytěsnění některých nepříjemných životních událostí z vědomí),
- inverze (opačné chování přiablokovaní projevů dle své vůle),
- sublimace (zveličování hodnoty cíle),
- internalizace viny (sebeobviňování).

Tyto mechanismy neberou ohled na reálný stav, zkreslují silně emocionálně zatěžující informace, způsobují neodpovídající reakce a odvádějí pozornost od stresující události (Stuchlíková, 2002).

Coping:

Křivohlavý (2002) označuje copingem aktivní a vědomou snahu o zvládnutí situace. „Coping je kognitivní a behaviorální úsilí vynaložené na zvládnutí, tolerování nebo redukování požadavků, které zatěžují nebo převyšují psychické zdroje osoby“ Výrost, Slaměník (2001, str. 242).

Způsoby zvládnání zátěžových situací bývají označovány jako **copingové strategie**. Jde o chování, kterým si jedinec přivyká na nepříjemné pocity při zátěži nebo o jednání spojené se snahou o zmírnění těchto pocitů.

Lazarus definuje coping takto: „zvládnutím se rozumí proces řízení vnějších a vnitřních faktorů, které jsou člověkem ve stresu hodnoceny jako ohrožující jeho zdroje“ (in Křivohlavý, 2009, s. 69).

Lazarus a Folkmanová pojmenovali tyto copingové strategie:

- konfrontace se stresem,
- užívání sociální opory,
- snaha nalézt řešení situace,
- sebeovládání,
- osobní odstup od situace,
- snaha nalézt na situaci pozitiva,
- osobní zodpovědnost za řešení,
- snaha o útěk a vyhýbání se stresu (Křivohlavý, 2009).

Baštecká s Goldmannem (2001) dělí copingové strategie na:

- adaptivní (které napětí snižují),
- maladaptivní (které napětí zvyšují) - např. abúzus drog, alkoholu, vytěsnění emocí do nevědomí). Tyto strategie jsou zdraví škodlivé.

Lazarus dle Paulíka (2010) rozdělil coping následujícím způsobem:

- Coping zaměřený na problém – jedinec mění vnější a vnitřních psychické aspekty v případě, že usoudí, že je možné něco dělat. Jedná se o logické zhodnocení situace a možnosti jejího ovlivnění. Podle Atkinsona et al. (2003) zkracují strategie zaměřené na problém dobu trvání deprese.

- Coping zaměřený na emoce - převládá v případě, že jedinec usoudí, že se nic dělat nedá. Jde o regulaci emočního doprovodu stresu prostřednictvím změny názoru na situaci nebo vyhnutím se ohrožujícím myšlenkám.
 - behaviorální (odstranění stresu prostřednictvím vybití se při nějaké činnosti, relaxací, meditací, abúzem drog či alkoholu, cvičením, nalezením sociální opory (Atkinson et al., 2003).
 - kognitivní (odstranění stresu změnou hodnocení situace či jejím odsunutím z vědomí (Atkinson et al., 2003).

Někteří další autoři přiřazují tzv. vyhýbavé chování jako třetí skupinu (Kebza, 2005). Baštecká et al. (2009) popisují vyhýbavé strategie jako rozptýlení nebo odvrácení pozornosti od stresující situace. Část autorů zmiňuje možnost tzv. proaktivního copingu, který stresové situaci předchází.

Billings a Moos popsali tyto způsoby zaměření copingových strategií:

1. na hodnocení významu situace,
2. na snahu o nalezení informací a řešení, které by snížilo či změnilo stres
3. na regulaci a vybití emocí (Výrost, Slaměník, 2001).

Výše uvedené způsoby zvládnání stresu ovlivňují odolnost jedince vůči zátěži, které se věnuje následující podkapitola.

5.1. Odolnost vůči zátěži a stresu

Odolnost jedince vůči zátěži a stresu je dána osobnostní konstitucí, obrannými mechanismy, složkou hardiness atd. Hošek (2001) popisuje odolnost jako konfiguraci rysů osobnosti. Každý jedinec disponuje různým stupněm psychické odolnosti v různých oblastech života, závislým na vrozených dispozicích, vývoji a osobních zkušenostech z řešení zátěžových situací (Černoch et al., 1997). Na vznik a prožívání stresu mají hlavní vliv tzv. osobnostní charakteristiky. Mikšík (1991) uvádí, že velmi podstatnou osobnostní proměnnou k odolnosti vůči zátěži je integrovanost osobnosti zahrnující vlastnosti rozhodující pro formu interakce se světem a vyrovnáváním se s prostředím. Způsob reagování na stres je dán významem připisovaným situaci, vnímáním vlastních schopností kontroly a vnímáním schopnosti zvládat stresovou situaci (Ruiselová, Ficková, 1994).

Dle Paulíka (2010) jsou v psychologii uplatňovány tři rámce odolnosti. Prvním jsou **dispoziční faktory adaptace na zátěž** dané charakteristikami osobnosti. Odolnost zahrnuje dlouhodobou dispoziční charakteristiku i aktuální úroveň adaptace a je ovlivněna tolerancí k nepříznivým situacím, množstvím protektivních faktorů a rizikových faktorů. V souhrnu odolnost představuje tyto aspekty:

- resistance - schopnost klást odpor a odolávat tlakům,
- recovery - schopnost rychlé a pružné regenerace,
- reconfiguration - schopnost změny systému a využití osvojených zkušeností ke zvládnutí příštích situací.

Druhý rámec charakterizují **interakční a transakční procesy** mezi osobností a prostředím, nazývané souhrnně resiliencí, přičemž je kladen důraz na kognitivní, emoční a motivační složky dějů. Resilience (nezdolnost) je dle Vašiny (1999) dynamickou odolností jedince k působení stresu, která se vyznačuje pružností k návratu do původní rovnováhy a přizpůsobení se situaci. Resilience může být charakterizována pozitivní adaptací, aktivním copingem, sebedůvěrou, smyslem pro humor, ovládnutím situace, vysokým očekáváním, užitím sociální opory či fyzické a psychické zdatnosti apod. (Kebza, Šolcová, 2004), Paulík (2010). Kebza, Šolcová (2004) zahrnují do resilience tyto koncepty:

- locus of control,
- sense of coherence,
- hardiness.

Třetím rámcem odolnosti jsou zátěžové situace v chování jedince.

Odolnost vojáka dle Gottwaldové, Znojilové (2006), určuje:

- vrozená dispozice,
- odolnost centrální nervové soustavy,
- věk a konstituce,
- individuální míra odolnosti,
- temperament,
- schopnost přizpůsobovat se náročným situacím a reagovat na změny,
- životní styl, osobní systém hodnot, spokojenost v osobním a pracovním životě,
- kvalita osobnosti a její motivy.

5.1.1. Locus of control

Locus of control (místo kontroly) je koncept vytvořený J. Rotterem, který studoval přístup člověka k řešení těžkostí a problémů (Rotter, 1966). Křivohlavý (2001) uvádí, že Rotter na základě svého zkoumání stanovil dva typy přístupu v řízení své činnosti a potvrdil jejich poměrně vysokou stabilitu v čase:

- osoby s vnějším místem kontroly - za hybatele svého života považují převážně vnější síly a okolnosti, svůj osobní vliv téměř neberou v potaz. Věří, že problémy budou vyřešeny nezávisle na nich pomocí vnějších okolností (Kebza, 2009). Dávají přednost pasivním copingovým strategiím,
- osoby s vnitřním místem kontroly - zodpovědnost za svůj život berou na sebe, domnívají se, že vývoj a průběh okolností závisí na jejich aktivitě, schopnostech a úsilí. Věří, že svůj život mohou plně ovlivňovat a řídit, že jej drží ve svých rukou. Dávají přednost aktivním copingovým strategiím (Křivohlavý, 2001). Paulík (2010) uvádí, že osoby s vnitřním místem kontroly mají vyšší pracovní spokojenost a vyšší odolnost vůči burn-out syndromu.

Většina lidské populace se nachází na pomezí mezi těmito dvěma extrémními polohami.

5.1.2. Sense of coherence (SOC)

Termín SOC je překládán jako rys soudržnosti či smysl pro integritu (Křivohlavý, 2001). Byl vytvořen A. Antonovskym, který zkoumal odolnost přeživších jedinců, kteří dobrým či špatným způsobem zvládli věznění v nacistických koncentračních táborech. U jedinců, kteří toto těžké životní období zvládli dobře, objevil, že se vyznačují integritou osobnosti a chápáním života jako množství výzev, jimž má smysl čelit a které je možné zvládnout. Antonovsky ve svých studiích zjistil, že se jedná o celkový postoj k životu (Kebza, Šolcová, 2004).

Dle Paulíka (2010, s. 106) jde o „dlouhodobou osobnostní orientaci příznačnou pohledem na svět jako na smysluplný vnitřně soudržný celek“.

Antonovský hovoří o skupinové a osobnostní soudržnosti, které mají u těchto lidí vliv na jejich schopnost rezistence, nezdolnost a odolávání náročným situacím. Lidé s vyšší SOC volí účinnější copingové strategie (Křivohlavý, 2001).

Soudržnost Antonovsky vyjádřil třemi komponentami:

- comprehensibility (srozumitelnost situace),
- manageability (zvládnutelnost úkolu),
- meaningfulness (smysluplnost boje).

Srozumitelností (comprehensibility) je označována tendence chápat svět jako celek podléhající řádu a hlubšímu smyslu. Jedinci s vysokou mírou srozumitelnosti považují situace za smysluplné a stojící za pozornost či úsilí. Životní okolnosti jsou pro ně poměrně předvídatelné a mezilidské vztahy jsou vnímány spíše kladně, přátelsky a důvěryhodně (Vašina, 1999). Jedinci s nízkou mírou srozumitelnosti vnímají svět jako chaotický, komplikovaný, nepřehledný, nepochopitelný, bez jakýchkoli pravidel a možnosti orientace, což má za následek jejich potíže s komunikací a osobní identifikací (Křivohlavý, 2001).

Zvládnutelnost (manageability) se týká vnímání možností a předpokladů ke zvládnutí situace (Křivohlavý, 2001). Jedinci s vysokou zvládnutelností se domnívají, že mají dostatek sil adekvátně reagovat a úspěšně řešit i těžké situace (Vašina, 1999). Tito jedinci se vyznačují optimismem, tzv. vnitřním místem kontroly a vědomím možností svých i okolí, které jim může pomoci (Křivohlavý, 1994). Jedinci s nízkou zvládnutelností mají pocit vlastní nedostatečnosti, nekompetence a přílišné náročnosti situací. Bývají úzkostní, depresivní, prožívají obavy až strach a pocit bezvýchodnosti. Mívají tzv. vnější místo kontroly, jsou přesvědčeni, že je vše řízeno zvenčí mimo jejich dosah (Křivohlavý, 1994).

Smysluplnost (meaningfulness) je příznačná schopností vidět smysl nejen v překážkách, které před člověka klade život, ale také ve snaze věnovat úsilí do řešení těchto těžkostí (Vašina, 1999).

Jedinci s vysokou smysluplností chápou potíže jako výzvy a doufají, že jejich úsilí bude oceněno ostatními. Lidé s nízkou smysluplností zaujmají k situacím odosobněný a citově odcizený vztah provázený pocitem sociální izolace. Mívají emocionálně chudé vztahy k ostatním, jsou osamělí a vyhýbají se lidem (Křivohlavý, 2001).

5.1.3. Hardiness

Paulík (2010, s. 108) uvádí, že pojem „hardiness znamená tuhost, pevnost, zdatnost, nezdolnost, zocelenost čili schopnost vytrvale a usilovně bojovat

s těžkostmi.“ Křivohlavý (1991, s. 59) uvádí, že nezdolnost je osobnostní charakteristika, která „umožňuje člověku zmírnit či ztlumit negativní vliv nepříznivých životních situací.“

Hardiness má tyto tři složky:

- control (kontrola) - přesvědčení o vlastní schopnosti zvládat, kontrolovat a ovládat děje svého života. Opačným přesvědčením je powerlessness (bezmocnost), kdy je jedinec přesvědčen o vlastní bezmocnosti a závislosti na vnějších vlivech či osudu (Kebza, Šolcová, 2004).
- committment (osobní zaujetí) - důvěra v důležitost našeho konání, ve smysluplnost činnosti, schopnost ztotožnění se se sebou, svým životem a jeho aspekty. Snaha postavit se životním nástrahám a převzít zodpovědnost za své jednání. Opakem je alienation (odcizení) spojené s pocity marnosti a prázdnoty (Paulík, 2010).
- challenge (výzva) - vnímání nároků okolí ve smyslu výzev a podnětů k aktivitě a seberozvoji vyznačující se kognitivní flexibilitou ve vnímání ohrožení. Opakem je threat (hrozba), pocity ohrožení, strachu, prohry (Vašina, 1999).

Hardiness je spojeno s dispozicí jedince umožňující uchovat si zdraví i přes vyšší množství stresových prožitků. Je vázáno na omezení aktivity sympatického nervového systému během stresu. Paulík (2010) uvádí, že bylo zjištěno, že jedinci s vyšší úrovní hardiness prožívají méně distresu, jsou zdravější po tělesné i duševní stránce, lépe zvládají zdravotní potíže, využívají častěji sociální opory, užívají aktivní coping, mají vyšší míru sebeovládání atd.

5.2. Sociální dovednosti chránící před stresem (Praško, Prašková, 2007)

Před stresem jsou mnohem lépe chráněni jedinci, kteří:

- upřímně oceňují druhé a jejich práci,
- dokáží se vcítit do jiných,
- zajímají se o kritiku své osoby a umí ji přijímat,
- umí říci ano i ne v souladu se svými pocity,
- jsou citlivými a pozornými naslouchajícími,

- projevují úctu a respekt k sobě i ostatním,
- uzavírají rozumné kompromisy,
- zřetelně a adekvátně projevují své pocity a potřeby,
- umožňují ostatním projevovat jejich pocity a potřeby,
- jsou příjemní, klidní, usměvaví, nespěchají,
- mluví otevřeně i o nepříjemných věcech,
- při kritice nejsou zraňující, berou ohledy na city ostatních,
- zajímají se o potřeby, city a přání ostatních,
- umí uklidňovat sebe i jiné,
- umí dospět při sporech k uzavření dohod,
- nepomlouvají jiné,
- hovoří o sobě otevřeně a beze studu,
- přijímají odmítnutí bez negativních pocitů zrady,
- umí si ze sebe udělat legraci, nebojí se zesměšnění,
- jsou velkorysí k chybám a nedostatkům ostatních,
- mají svou hrdost a nepovyšují se ani neponižují,
- při konfliktech zvažují i hlediska ostatních, udržují si nadhled,
- ve složitých situacích se rozhodují sami, jsou nezávislí na hodnocení jiných,
- umí obhájit své cíle a vznášet oprávněné požadavky,
- umí přijmout své limity a nedokonalost,
- ani při hněvu neztrácejí sebekontrolu,
- umí vyjádřit lásku a přátelství,
- nebojí se ozvat, pokud cítí nespravedlnost vůči sobě či jiným,
- přijímají pochvalu bez pýchy či falešné skromnosti,
- bez problémů navazují kontakty s neznámými lidmi.

Lidé disponující výše uvedenými sociální dovednostmi a vlastnostmi je získali v průběhu svého života výchovou od svých vzorů, kterými mohou být rodinní příslušníci, vychovatelé, přátelé, učitelé apod. Jsou příjemnými partnery a společníky, v okolí podněcují pocity bezpečí a sebejistoty a dokáží v ostatních lidech probouzet kladné stránky jejich osobnosti.

5.3. Některé současné výzkumy vztahu osobnostních charakteristik a zvládání stresu

Millová, Blatný, Kohoutek (2008) zjistili u VŠ studentů vztah mezi osobnostní styly vázanými na kladné emoce a aktivními příklonovými strategiemi. Naopak osobnostní styly vázané na negativní emoce korelovaly kladně s odklonovými strategiemi a záporně s příklonovými strategiemi.

Řehulková, Blatný, Osecká (1995) zjistili svým výzkumem souvislost extraverze s příklonovými strategiemi orientovanými na problém a s užíváním příklonových strategií orientovaných na emoce a současně s absencí odklonových strategií (sociální izolace). Tito autoři uvádějí souvislost neuroticismu s odklonovými strategiemi a s příklonovými strategiemi orientovanými na emoce.

Saliger, Pokorný, Pindešová (2008) zjistili ve výzkumu a srovnání studentek Univerzity obrany a středních a vyšších manažerů z civilního prostředí, že manažeři mužského pohlaví preferovali oproti studentkám UO častěji strategie přehodnocení a devalvace, manažerky naopak volily ve srovnání se studentkami častěji odklonové strategie.

Geisler, Wiedig-Allison, Weber (2009) prokázali silný vztah neuroticismu a strategií zaměřených na emoce, zároveň pozitivní korelaci mezi extroverzí, svědomitostí, otevřeností ke zkušenosti a copingovými strategiemi zaměřenými na problém. Dále prokázali u neuroticismu vztah k neangažovaným copingovým strategiím (fantazijní úniky, vyhýbání se problému).

Blatný, Kohoutek, Janušová (2002) zjistili u středoškolských studentů vliv na volbu copingových strategií pouze u neuroticismu.

David, Suls (1999) zjistili spojitost neuroticismu a zvýšeného užívání strategií zaměřených na emoce a současně neuroticismu s copingovými strategiemi zaměřenými na odvrácení pozornosti od problému a s obracením se na víru. Rovněž potvrdili souvislost extraverze se strategiemi zaměřenými na emoce (ventilace emocí) a s vyhledáváním sociální opory.

Blatný a Osecká (1998) zjistili vztah neuroticismu k příklonovým strategiím zaměřených na emoce a k odklonovým strategiím. U extraverze nebyl zjištěn žádný vztah s copingovými strategiemi.

Balaščíková a Blatný (2003) nezjistili ve svém výzkumu u gymnazijních studentů žádný dopad neuroticismu na výběr copingové strategie. U extraverze byl zjištěn

pozitivní vliv na výběr vyjadřování emocí, kognitivní restrukturační, vyhledávání soc. opory a záporný vliv na výběr strategie sociální izolace.

Watson a Hubbard (1996) ve svém výzkumu prokázali pozitivní korelaci mezi neuroticismem a copingovými strategiemi zaměřenými na emoce. Nízká pozitivní korelace byla zjištěna také mezi extroverzí a hledáním sociální opory i hledáním pozitiv v zážitcích a zkušenostech. Coping se ukázal jako silně vázaný na neuroticismus.

5.4. Měření stresu a odolnosti dle Paulíka (2010)

Odolnost a stres lze měřit pomocí objektivních nebo psychologických metod. **Objektivní metody** spočívají v měření ukazatelů souvisejících s energií v organismu pomocí laboratorních metod modelace zátěže. Fyzickou odolnost a energetické vypětí bez narušení činnosti organismu lze zjišťovat pomocí měření energetického výdeje (nepřímou kalorimetrií, ventilometrií), odolnosti vůči chladu či horku, schopnosti setrvat v nepříjemné pracovní pozici apod. Stresovou zátěž lze rovněž uměle vytvořit pomocí specifických stresorů (horko, chlad, nízký atmosférický tlak, generováním smyslových podnětů apod. Další variantou je fyziologické měření, které zjišťuje množství katecholaminů v moči, množství stresového hormonu ACTH, NK lymfocytů a T-lymfocytů v krvi a údaje o průběhu tělesných funkcí. Jako doplňková metoda se užívá pozorování.

Druhou možností jsou **psychologické metody**. Kromě možnosti hodnocení nezávislým pozorovatelem, sledování symptomů stresu dle World Health Organization a možnosti subjektivní výpovědi zkoumaného jedince existuje i množství diagnostických metod zaměřených na stanovení proměnných souvisejících se stresem (sebedůvěra, optimismus, spokojenost, well-being, psychická stabilita aj.):

- Likertova škála sebehodnocení atributů vlastní osobnosti (výkonnost, sebevědomí, úspěšnost, energičnost, zdraví, spolehlivost).
- Levy Optimism - Pesimism Scale (LOPS).
- Arousalability and Optimism Scale (AOS).
- Eysenck Personality Inventory (EPI) - neuroticismus, extraverte, introverte, psychoticismus.

- Eysenck Personality Questionnaire - v českých podmínkách dotazník „DOPEN“.
- NEO FFI - extraverte, neuroticismus, přívětivost, svědomitost, otevřenost zkušenostem.
- NEO-PI-R - extraverte, neuroticismus, přívětivost, svědomitost a otevřenost zkušenostem rozpracované do dalších charakteristik.
- Karnofského Performance Status Index - subjektivní hodnocení kvality života.
- SEIQoL - hodnocení spokojenosti s dosahováním cílů důležitých pro jedince.
- ŽIS - dotazník dvaceti nepříznivých životních okolností.
- The Satisfaction with Life scale (SWLS) - hodnocení životní spokojenosti.
- Minnesota Satisfaction Questionnaire - pracovní spokojenost.
- Job Satisfaction Blank - pracovní spokojenost.
- Job Satisfaction Scale - pracovní spokojenost.
- Resilience Scale for Adults (RSA) - měření odolnosti.
- Personal Views Survey (PVS III-R) - měření hardiness.
- SOC-3 - zjišťování sense of coherence.
- IHAVEZ, SPIDO, VAROS - české metody zjišťování psychické odolnosti a účinné integrovanosti osobnosti.
- COPE - zjišťování zvládání stresu v obecné rovině.
- Coping Strategy Inventory (CSI) - zjišťování copingových strategií.
- SPNS(r) - zjišťování způsobu zvládání stresu.
- Škála životních událostí (Holmes a Rahe - hodnocení míry stresu seřazením událostí (Křivohlavý, 2009).
- Hassles Scale (HS) - subjektivní hodnocení zátěže v určité situaci.
- IPSS - percepce důležitých zdrojů pracovního stresu.

V předposlední teoretické kapitole jsme nastínili otázku odolnosti a dovedností souvisejících s odolností vůči stresu. Dále jsme uvedli výsledky některých současných výzkumů zjišťujících vliv typu osobnosti na způsoby zvládání stresu. Kapitulu jsme uzavřeli popisem možností měření stresové zátěže a výčtem testů určených k jeho měření.

6. Stres u strážních jednotek

Poslední kapitola teoretické části se zabývá popisem pracovní náplně vojáka strážní jednotky, důležitými stresory, které jeho činnost provází a všeobecnými sociálně psychologickými problémy služby v AČR.

6.1. Profesiogram vojáka – strážného (dle Dziakové, 2009):

1) Charakteristika profese strážného

Činnost strážného zahrnuje střežení a ochranu území, budov, materiálu, personálu a stanovených prostorů v uniformě se zbraní. Tyto úkoly plní příslušníci strážních jednotek nejen v mírových podmínkách na území ČR, ale také v zahraničních operacích, kde je obzvláště důležité střežení vojenských základen, odbavování a kontrola projíždějících vozidel a kontrola osob vstupujících do střežených prostor a jejich zavazadel pomocí detekčních prostředků (Introvičová, 2008).

K výkonu své činnosti musí strážný splňovat tyto předpoklady:

- znalost svých povinností,
- ovládání sebeobrany,
- adekvátně reprezentovat ozbrojenou složku a být upravený,
- znalost legislativních norem a směrnic k výkonu služby,
- praktickou znalost v ovládání určené techniky a zbraní,
- odolnost vůči fyzikálním vlivům,
- fyzická zdatnost, otužilost, dobrý zdravotní stav bez vad končetin,
- rozhodnost, samostatnost, přímost, zásadovost.

2) Obecné požadavky na psychické procesy

- výskyt nepředvídatelných situací,
- vystavení poměrně neměnným podmínkám,
- nutnost řešit nenadálé situace operativně po posouzení všech podmínek,
- výskyt psychicky zatěžujících a stresových situací s nároky pohotového a rozhodného řešení,
- schopnost spolupráce s ostatními strážnými,
- častý kontakt s lidmi,
- technické nadání.

3) Požadavky na motoriku z psychofyzilogického pohledu

- zvýšené zatížení nohou při chůzi a stání,
- rychlost a koordinace pohybu,
- obratnost prstů a nácvik zvláštních pohybových automatismů,
- motorická koordinace pro činnost se zbraní,
- požadavky na individuální tempo.

4) Požadavky na bezprostřední psychické poznávací procesy a vlastnosti

- ostrý zrak v šeru,
- adekvátní oční adaptace,
- dobrý odhad rozměrů a distance objektů,
- dobrá vnímavost k prahovým šelestům a zvukům,
- přesná diferenciacie řeči,
- dobrý čich (spolehlivá schopnost identifikace dýmu, zápachu a plynů).

5) Požadavky na kognitivní procesy a vlastnosti

- rychlé přizpůsobení a orientace v neočekávaných situacích, rychlé a jasné chápání instrukcí, dobré porozumění pokynům a jejich aplikace,
- samostatnost v myšlení, schopnost analýzy a řešení situací,
- schopnost chápat vzájemné souvislosti podnětů,
- chápání technických souvislostí,
- alespoň průměrná slovní zásoba a odpovídající vyjadřovací schopnosti.

6) Požadavky na pozornost

- dostatečná intenzita a extenzita koncentrace pozornosti,
- schopnost selektivity pozornosti,
- schopnost střídání pozornosti.

7) Nároky na paměť

- obličejová a topografická paměť.

8) Požadavky na citové vypětí

- vypětí z momentální zátěže,
- napětí způsobené zvýšeným či trvalým přetížením,
- stabilita výkonu při zvýšených nárocích,
- zvýšená emoční stabilita,
- vysoká frustrační tolerance a nízká emoční reaktivita při zátěži.

9) Nároky na osobnostní charakteristiku

- schopnost využít svých intelektových dispozic v psychické zátěži,

- průměrná dominance a odpovídající míra agresivity.

10) Nároky na vlastnosti osobnosti

- průměrná diferenciacie osobnosti,
- schopnost empatie,
- odvaha,
- rozvážnost a nízká tendence riskovat,
- pohotovost a duchapřítomnost v ohrožení,
- adekvátní úroveň sebekontroly a disciplíny,
- schopnost vystupovat jako nadřízená autorita,
- být schopen vyrovnat se s méně příznivými pracovními podmínkami.

11) Nároky na sociální inteligenci

Podle Dziakové (2009) mají vojáci vykonávající strážní službu vykazovat alespoň průměrnou úroveň kapacity intelektu a vyrovnaný profil struktury intelektu. Značnou důležitost přikládá schopnosti zobecňování a vyhodnocování zjištěných poznatků. Myšlení strážného by mělo být logické, flexibilní a praktické s vyšší mírou sociální inteligence. U představivosti je potřebná tvarová, plošná a prostorová představivost. Zvýšené nároky jsou kladeny na paměťové funkce (obzvláště vizuální a sluchové).

Osobnostní struktura strážného má být integrovaná, strážný má být emocionálně stabilní s vyšší kognitivní kapacitou. Důležitá je i schopnost dynamicky zpracovávat přijaté informace a podněty. Dalším kritériem je minimálně průměrná odolnost vůči psychické zátěži, dobrá regulace chování, schopnost adaptace na nové situace, racionalita v jednání při zátěži, zvýšená houževnatost, rozhodnost a samostatnost. Nejvhodnější charakteristikou je vyrovnaný sangvinik či flegmatik se silným temperamentem a touhou po aktivitě. Důležitou roli hraje i míra frustrační tolerance, nepřítomnost depresivity a absence osobnostních poruch. V interpersonálních vztazích je potřebná schopnost navazovat kontakt, obratnost v jednání, sebejistota, pohotovost, rozhodnost, nízká impulzivita a vysoká schopnost sebeovládání a taktizování. Výkon strážní služby je kromě vykonávání stanovené činnosti v souladu s řády a směrnicemi také o individuálním přístupu a práci s lidmi (Dvořáková, 2010).

6.2. Služba vojáka z pohledu sociálně psychologických aspektů

Česká armáda prochází v současné době dalším bouřlivým obdobím v důsledku očekávání příchodu nového zákona o vojácích z povolání, který vychází z tzv. Bílé knihy o obraně. Dle <http://www.mocr.army.cz> vychází text této knihy z programového prohlášení vlády ČR, hodnotí stav ozbrojených sil a navrhuje soustavu změn, které přispějí k lepšímu fungování resortu obrany. Bílá kniha o obraně (2011) poukazuje na dlouhodobou nestabilitu AČR v důsledku nehospodárnosti a nekonceptních škrťů.

Dle <http://www.mocr.army.cz> jsou hlavními zjištěními uvedenými v knize tyto problémy:

1. „Vinou demografického vývoje a klesající konkurenceschopnosti armády na trhu práce nebude možné dosáhnout momentálně platné početní ambice 26 200 vojáků.
2. Resort obrany tíží deficit 80 – 90 miliard Kč nahromaděný v minulosti.
3. V následujících letech končí životnost řady techniky a resort obrany nebude schopen financovat všechny dříve plánované modernizace“.

Navýšení rozpočtu je v současnosti díky nedobrému stavu veřejných financí naprosto nereálné, a proto navrhuje Bílá kniha nutná opatření k zachování životaschopnosti resortu obrany. S největší pravděpodobností dojde kromě zavedení finančních a sociálních opatření také k omezení některých vojenských schopností, což znamená i další rušení posádek a propouštění. Tyto reorganizační procesy mají za následek široké sociální a ekonomické dopady nejen na rodiny vojáků, ale mnohdy na celý region, ve kterém se posádka nachází, neboť dochází ke zvýšení nezaměstnanosti, snížení kupní síly obyvatelstva, ztrátě zakázek pro soukromé podnikatelské subjekty apod. Takové opatření se dotklo v průběhu tvorby této práce i zkoumaných jednotek v důsledku ukončení činnosti 23. letecké základny v Přerově a převedení techniky a části personálu k 22. letecké základně v Sedleci - Vícenicích. Došlo k zrušení tabulkových míst několika desítek příslušníků zkoumaných strážních jednotek, což mělo a doposud má velmi negativní vliv na mezilidské vztahy, motivaci vojáků, soudržnost jednotek a důvěru a úctu k celému velení provádějícímu výběry. Z pohledu autora nebyl tento proces dobře zvládnutý nejen kvůli mnohdy přinejmenším diskutabilnímu způsobu výběru osob, ale hlavně z důvodu nezájmu o další osud propuštěných vojáků ze strany odpovědných funkcionářů a nadřízených,

což bylo vojáky vnímáno velmi bolestně. Ke cti propuštěných vojáků ze strážních jednotek lze přičíst svědomité vykonávání povinností až do poslední chvíle. Výzkum provedený na druhém souboru probíhal v době, kdy už bylo známo, že dojde k propouštění, proto mohly být odpovědi v dotaznících ovlivněny zvýšeným napětím, které kvůli této skutečnosti na jednotkách panovalo.

Nový zákon o vojácích z povolání má přinést dlouho diskutovaný kariérní řád, který by měl dát vojákům na jejich postech jasnou perspektivu a obnovit náborů nováčků, které byly po několik let zcela zastaveny a momentálně probíhají pouze v malém měřítku. V důsledku zastavení náborů se povážlivě zvýšil průměrný věk příslušníků jednotlivých hodnostních sborů. Dalším aspektem ovlivňujícím věk a kvalitu personálu, které zmiňuje i Bílá kniha o obraně (2011), je zmenšování náborové populační základny.

Poněvadž neexistuje skutečně efektivní nástroj, jak obměnit personál, drží se někteří vojáci na svých pozicích i 10 až 15 let bez jakéhokoliv funkčního či kariérového postupu. Tento trend dlouhodobě vede ke vzniku nadstandardních až protekčních vztahů a stagnaci, neboť často dochází k odmítání vojáků učit se novým věcem a podílet se na zlepšování výkonu služby či nulové snaze o profesní a osobnostní růst. Tyto nežádoucí aspekty vedou kromě ztráty idejí a hodnot (projevující se mimochodem v celé společnosti) společně s několikaletým nulovým růstem platů také k nízké konkurenceschopnosti vojenské profese na pracovním trhu. Ta má za následek odliv zájemců o službu u AČR hlavně v bohatších regionech s nízkou nezaměstnaností. Mnoho přestárlých vojáků zůstává přes velkou nespokojenost v AČR jen kvůli vysoké celostátní nezaměstnanosti, nízkým platům v civilním sektoru a vidině zisku výsluhových dávek po odsloužení stanovených let.

Pohled společnosti na AČR není negativní, ale rozhodně mu kladně nepřispívá všeobecně známá situace okolo zmanipulovaných a předražených zakázek na nákup vojenského materiálu a rozkrádání státního rozpočtu skrze rezort obrany prostřednictvím politiků a úředníků státní správy.

Důležitou povinností vojáka je kromě dodržování kázně a poslušnosti i splnění rozkazu bez možnosti jeho odepření (kromě situace kdy hrozí spáchání trestného činu apod.). Stížnost na udělený rozkaz je možno podat až po jeho splnění. Voják je povinen udržovat nejen svou odbornou stránku, ale také fyzickou a psychickou zdatnost. Musí zvládat nejrůznější ztížené podmínky a množství zátěžových situací, musí umět hospodárně využívat svých sil a času a vytvářet si efektivně rezervy pro

regeneraci. Černý (2009) zmiňuje 3 základní hodnoty profesionálních vojáků, které jsou nezbytné k tvořivému řešení problémů: kompetentnost, odpovědnost a motivace.

Na vojáky strážních jednotek se vztahují i další požadavky vyplývající z náplně a prostředí jejich práce. Kromě asertivity, které je nezbytná k sebeprosazení se mezi kolegy, jde o sociální obratnost, citlivost a schopnost empatie, neboť strážný pracuje v lidském kolektivu a musí často řešit mezilidské konflikty a vztahové situace.

Autor vnímá jako nejkritičtější zátěžový faktor v době míru právě sociální nejistotu vojáků. Starší vojáci si pamatují i dvacetileté služební závazky, což dnes vystřídal prodlužování závazků zpravidla na dva až čtyři roky. Jiným negativním aspektem vojenské služby je častá nepřítomnost vojáka u rodiny ze služebních důvodů (výcvik, zahraniční mise, kurzy, služby) a následná velmi vysoká rozchodovost a rozvodovost.

Podle Křivohlavého (2009) vzniká pracovní stres souběhem velkého množství požadavků a malé možnosti ovlivňovat situaci. Největší množství pracovního stresu zažívají vedoucí na nižších a středních pozicích, což u armády odpovídá pozicím velitelů družstev, čet a rot a jejich zástupců. Tito velitelé v poddůstojnických a nižších důstojnických hodnostech mají poměrně velkou zodpovědnost, ale zároveň velmi nízké velitelské pravomoce.

6.3. Zátěžové faktory výkonu strážní služby

Gottvaldová, Znojilová (2006) dělí zátěž vojáka takto:

- Fyzická - pracovní vypětí, horko, chlad, hluk, prašnost, práce s jedy a škodlivinami, infekce, úrazy, činnost při živelných a průmyslových katastrofách se zvýšeným fyzickým vypětím.
- Psychická - řešení náročných nebo nebezpečných situací, osobní problémy, pocity bezmoci, neschopnost splnit úkoly, problémy s nadřízenými a kolegy, vysoké nároky na kvalitu a přesnost, tlak na splnění úkolů, nedostatek prostředků a techniky, nebezpečí úrazu či smrti, dlouhodobý nápor a shon.
- Sociální - dění ve světě a ve společnosti, pracovní vztahy, izolace, odloučení od rodiny, události v rodině či v oblasti partnerských vztahů, hromadná panika, hysterie či agresivita, obavy z nesplnění úkolů v kolektivu.

Zátěžové faktory vojenských činností (Ředitelství výcviku a doktrín - odbor personalistiky, 2004):

- **fyzické stresory prostředí** - klimatické vlivy (horko, zima, vlhko), zrakové podmínky (nadměrné světlo, šero, tma), zvukové a sluchové podmínky (výbuchy, hlučnost, ticho), hypoxie (exhalace, dým), nepříjemné či dráždící smyslové podněty, hrozba infekce, choroby, vysoké fyzické námahy, obtížné prostorové podmínky (výšky, stísněnost),
- **fyziologické stresory** – nedostatek či přerušování spánku a odpočinku, nepravidelné, nevyvážené či nedostatečné stravování, nedostatek hygieny, přetěžování, choroba, zranění,
- **kognitivní stresory** – nejasnost, nedostatek, vícesmyslnost či přemíra informací, ztížená komunikace, časový tlak, dlouhé čekání, složité a ambivalentní volby, složité hodnocení dění, senzorická deprivace či přetížení,
- **psychické stresory** – anxiety, strach, projevy agresivity, napjaté mezilidské vztahy, nuda, prožitky nemorálního jednání, zodpovědnost za ostatní,
- **komplexní stresory** – výslech, mučení, zajetí, věznění, útěk, ztráta, práce s davem, ošetřování zraněných, skupinová nesoudržnost, atd.

Příklady extrémních zátěží vojáků dle Gottwaldové, Znojilové (2006, s. 21):

- „napjaté časové normy při plnění úkolů,
- stálé vnitřní napětí odrážející průběh bojové či záchranné činnosti,
- složité vztahy mezi příslušníky vojenských jednotek,
- konfliktní a frustrační prostředí,
- rychlé a časté změny situace,
- rychlé přepojování pozornosti,
- nedostatek spánku,
- extrémní klimatické podmínky,
- vliv počasí a látek škodlivých zdraví.“

Tabulka 2: Klasifikace nejčastějších stresorů v práci vojáka (Dziaková, s. 186)

Skupina	Zdroj
Svalová zátěž	1. Stereotypie pohybů
	2. Složitá koordinace pohybů
	3. Velká přesnost pohybů
	4. Nepřiměřená dráha pohybů
	5. Velká hmotnost břemen
	6. Nerovnoměrné rozložení pohybů
	7. Trvalé stání
	8. Trvalý sed
	9. Extrémní poloha
	10. Statické zatížení
	11. Prostorové omezení
Senzorická zátěž	1. Velký počet přímých zrakových informací - pozdější zásah
	2. Velký počet přímých zrakových informací - přímý zásah
	3. Trvalé sledování jednoho místa zrakem
	4. Ztížená viditelnost sledovaných míst
	5. Velká náročnost zrakového rozlišování
	6. Velká náročnost sluchového rozlišování
	7. Nedostatek zrakových či sluchových podnětů
	8. Velký počet sdělovačů, velká proměnlivost - rychlý zásah
	9. Trvalé sledování jednoho či několika sdělovačů
	10. složité vztahy mezi údaji na sdělovačích
	11. Vysoké nároky na přesnost čtení a rozlišování údajů
	12. Složitý způsob kódování
	13. Ztížená viditelnost a identifikace sdělovačů
Mentální zátěž	1. Jednotvárná činnost
	2. Vysoká náročnost přípravy postupů
	3. Vysoká náročnost analýzy odchylek v běžném provozu
	4. Vysoká náročnost řešení mimořádných událostí
	5. Složité výpočty, rozborů, kalkulace apod.
Hluk a vibrace	1. Nadměrná hlučnost
	2. Impulzní charakter
	3. Tónový charakter
	4. Nadměrné hodnoty vibrací
	5. Vibrace o kmitočtu způsobujícím rezonanční kmitání důležitých orgánů
Osvětlení	1. Nedostatečná intenzita
	2. Nerovnoměrnost oslnění
	3. Nevhodná barva světla
Klimat. podmínky	1. Trvale extrémní teplota
	2. Časté střídání teplot

	3. Asymetrické tepelné pole
	4. Nepřiměřené proudění
	5. Nepřiměřená relativní vlhkost
Chemické látky	1. Obtěžující plyny, páry, aerosoly
	2. Zdraví škodlivé plyny, páry, aerosoly
	4. Přímý přenos látek škodlivých zdraví
Pracovní úrazy	1. Mechanické příčiny
	2. Elektrický proud
	3. Velké nároky na kooperaci a komunikaci

Dziaková, (2009) uvádí, že výkon strážní služby je jednou z nejdůležitějších vojenských činností. V případě, že je strážní služba vykonávána jednotkami různých jiných, než strážních odborností, může jít o vítanou změnu, zpestření či dokonce dobrodružství mezi monotónně vykonávanými činnostmi jiného charakteru. U příslušníků specializovaných strážních jednotek, u nichž je výkon strážní služby jejich hlavní pracovní náplní, dochází k prožívání stresu z monotonie neustále se opakující činnosti a sekundárních vlivů působení podmínek okolí. Bojeschopnost strážného je ovlivněna mírou intenzity působení posilujících a oslabujících faktorů, které mají vliv na fyziologické změny organismu. Vliv tohoto působení je dán odolností a výkonností, na kterou je úzce vázáno riziko selhání, znamenající vznik mimořádné situace ve službě. Nebezpečí selhání lze snížit adaptací strážného cestou správného výcviku a praktickým nebo teoretickým působením vojskového psychologa.

Gottvaldová, Znojilová (2006) uvádějí, že předpokladem dobré psychické adaptace vojáka jsou „znalosti o konkrétní situaci, jejím vývoji, lidech, kteří se činnosti zúčastňují, či v jejichž prospěch je činnost organizována.“ Důležitými jsou rovněž informace o možnostech a prostředcích, schopnost sebeovládání a praktické dovednosti. Podle Gottvaldové, Znojilové (2006) je nutné vzít v úvahu i doprovodné aspekty situací (krev, zranění dětí apod.), rozdílnou citlivost a prožívání vojáků i obětí. Nezvládnutí adaptace mohou vojáci řešit únikem ze situace pomocí drog, alkoholu, nemoci apod.

Zátěž vzniká mimo jiné v důsledku monotónního provádění jednotvárné činnosti a pohybové stereotypie, což může vést až k intenzivnímu prožitku osamění. Nejruznější duševní překážky v podobě příkazů a zákazů naučených v dětství mají v dospělosti svou vlastní dynamiku projevující se trestáním sebe sama, což může způsobovat tělesné i duševní blokády, které spotřebují rezervy psychické energie

potřebné pro výkon stráže. Vítězství těchto negativních myšlenek brání sebedůvěra jedince.

Únava nastupuje již krátce po započetí činnosti společně s hromaděním odpadních produktů látkové výměny v těle a může mít vliv na kognitivní schopnosti. Dochází ke snížení schopnosti vnímat ostře rychlé střídavé podněty a barvy, může docházet ke splývání předmětů s pozadím, snížení schopnosti vnímat detaily a barvy. Zhoršené vidění ovlivňuje čas k identifikaci objektů, což má za následek časový pres při hodnocení a reakci na situaci. Dle Dziakové (2009) vzniká vlivem omezené viditelnosti nejistota, stísněnost, napětí a strach. Strážní služba klade na vojáky zvýšené nároky obzvláště v noci a za nepříznivých povětrnostních podmínek. V případě použití noktovizorů hrozí nebezpečí oslepení důsledkem záblesků světla, čímž je výkon služby znemožněn až na dobu několika minut. V případě takového oslepení dochází ke snížení sebedůvěry a pocitům bezmoci až panického strachu. Přirozená kompenzace snížené zrakové percepce pomocí sluchu může vést k dezorientaci, neboť informační hodnota sluchových podnětů umocněných nočním tichem a omezením zrakových vjemů je značně nízká a zavádějící. Vlivem takovýchto podnětů může opět dojít k úleku a nárustu strachu, v lepším případě minimálně k napětí a neklidu. Následkem neustálého napětí se dostavuje únava a posléze vyčerpání. Strážný se následně stává roztržitým, nepozorným, zapomnětlivým, zpomaluje se výbavnost paměti, klesá kvalita komunikačních schopností, rozumové činnosti a zvyšuje se chybovost v rozhodování. Únava vyvolává otupělost či přecitlivělost, afektivnost, výbušné reakce, oslabení vůle, narušení koordinace pohybů a ospalost až vznik mikrosnánku. Autor může tyto následky únavy ve strážní službě z vlastní zkušenosti potvrdit.

Nepochybně je na místě také zmínit narušení přirozených tělesných biorytmů, riziko zhoršení zdravotního stavu v důsledku snížení imunity a při pravidelném výkonu služeb a omezeném množství spánku ve 24 hodinových cyklech rovněž hrozbu vzniku spánkové poruchy.

Gottvaldová, Znojilová (2006, s. 47): „Celá řada vojenských profesionálů v rámci své každodenní pracovní zátěže a dobré fyzické i psychické zdatnosti nereaguje na příznaky stresu, signály těla a únavu. To pak může vést až k úplnému fyzickému a psychickému vyčerpání. Dlouhodobé pracovní vyčerpání a nespokojenost v pracovní oblasti může způsobit i syndrom vyhoření, v běžném životě pád do depresivní apatie (odpor a nechť něco dělat).“

Noční stresory vojáka - strážného dle Dziakové (2009):

- Malé množství sensorických podnětů, vysoké nároky na vnímání a pozornost
- Jednotvárnost výkonu strážní služby
- Požadavek rychlosti a správnosti v rozhodování a reagování
- Požadavky fyzické a psychické odolnost vůči povětrnostním vlivům
- Práce ve směnách, stereotyp
- Pocit méněcennosti ve srovnání s příslušníky jiných než strážních jednotek
- Nemožnost změny místa výkonu služby
- Pocit strachu z nečekaného napadení zvenčí
- Pocit osamění vyvolávající úzkostné a depresivní chování
- Nejistota v úsecích, kde hrozí napadení

Následuje praktický výzkum týkající se osobnostních a dalších charakteristik vojáků ve vztahu k vnímání stresu.

7. Empirická část

Tato práce navazuje na práci Sýkory (2012), ve které byl zkoumán soubor příslušníků Strážní roty 225. Praporu bojového zabezpečení 22. letecké základny. V naší práci byl pro srovnání výsledků zvolen nový soubor vojáků z jednotky stejného zaměření (Strážní rota 234. praporu zabezpečení velení 23. letecké základny). Pro účel stanovení profilů souborů a stanovení závislostí jednotlivých dimenzí dotazníků bylo užito stejných metod. Ke zjištění rozdílů mezi oběma soubory bylo užito metod nových.

7.1. Cíle výzkumu

V teoretické části jsme uvedli přehled základních poznatků z oblasti ozbrojených sil, Armády České republiky, strážní služby, stresu a lidské osobnosti. Profese vojáka je specifická nejen z hlediska fyzických a psychických předpokladů, ale také z hlediska náročnosti, která je ve srovnání s většinou běžných profesí v mnoha ohledech poměrně náročná. Někteří jedinci jsou schopni čelit nárokům služby bez větších potíží, jiní je vnímají jako intenzivní zátěž. Subjektivní vnímání intenzity této zátěže je ovlivněno osobnostními charakteristikami, věkem, délkou praxe, množstvím zkušeností, psychickým stavem, laděním osobnosti, odolností vůči stresu, zranitelností a osobními strategiemi zvládání stresu. Prožívání zátěže a stresu může být ovlivněno i dalšími, nepřímými, aspekty vyplývajícími z kontextu vojenské služby (sociální nejistota, stagnace platů, hrozba propouštění, jednání nadřízených a kolegů, apod.). Účelem této práce je nastínění pohledu na problematiku stresu u příslušníků vybraných strážních jednotek leteckých základen AČR a zjištění vlivu vybraných aspektů na prožívání stresu u jejich příslušníků. Výzkumu se účastnily dvě strážní roty začleněné do struktury zabezpečovacích praporů těchto základen. Tyto dvě jednotky v době výzkumu zajišťovaly výkon celodenních směn, vykonávání ostrahy objektů a činnosti strážních hlídek v objektech vojenských letišť a muničního skladu. První jednotka měla v době konání výzkumu 75 osob, druhá 49 osob. Obě jednotky byly zastoupeny téměř výhradně muži.

Prvním dílčím cílem výzkumu je zjištění, jak vnímají příslušníci zkoumaných souborů stres spojený s výkonem služby a zjištění hlavních stresorů pomocí dotazníku IPSS.

Druhým cílem je stanovení profilu osobnostních dimenzí obou souborů z hlediska faktorů psychoticismu, extroverze a neuroticismu prostřednictvím dotazníku DOPEN a srovnání výsledků zkoumaných souborů s populací dle údajů z manuálu k tomuto testu (Ruisel, Müllner, 1990).

Třetím dílčím cílem je zmapování rysů psychického stavu obou souborů prostřednictvím dotazníku SUPOS-7-PC a porovnání zjištěných výsledků se standardizačními hodnotami běžné populace dle testového manuálu (Mikšík, 1993).

Čtvrtým dílčím cílem je výpočet korelátů zjištěných sociodemografických údajů (věku a seniority), sumy celkového vnímaného stresu z dotazníku IPSS a vybraných dimenzí dotazníků SUPOS-7-PC a DOPEN u obou souborů.

Pátým dílčím cílem je ověření signifikantnosti rozdílu mezi naměřenými hodnotami psychoticismu, extroverze, neuroticismu a lži-skóre dotazníku DOPEN u obou zkoumaných souborů, ověření signifikantnosti rozdílu mezi sumou SUPOS u obou souborů a rozdílu mezi sumou celkového stresu IPSS u obou souborů.

7.2. Výzkumné hypotézy

Pro náš výzkum jsme stanovili následující hypotézy:

H1: Existuje statisticky významný vztah mezi naměřenými hodnotami dimenzí dotazníku DOPEN a celkovou sumou stresu zjištěnou IPSS u obou zkoumaných souborů (hypotéza platí pro každý soubor zvlášť).

H2: Existuje statisticky významný vztah mezi naměřenými hodnotami dimenzí dotazníku SUPOS-7-PC a celkovou sumou stresu zjištěnou IPSS u obou zkoumaných souborů (hypotéza platí pro každý soubor zvlášť).

H3: Existuje statisticky významný vztah mezi senioritou vojáků a celkovou sumou stresu naměřenou dotazníkem IPSS u obou zkoumaných souborů (hypotéza platí pro každý soubor zvlášť).

H4: Existuje statisticky významný vztah mezi věkem vojáků a celkovou sumou stresu naměřenou dotazníkem IPSS u obou zkoumaných souborů (hypotéza platí pro každý soubor zvlášť).

H5: Existuje statisticky významný vztah mezi celkovým psychickým stavem (Σ SUPOS) a mírou neuroticismu (dimenze N) naměřenou dotazníkem DOPEN u obou zkoumaných souborů (hypotéza platí pro každý soubor zvlášť).

H6: Existuje statisticky významný vztah mezi celkovým psychickým stavem (Σ SUPOS) a mírou psychoticismu (dimenze P) naměřenou dotazníkem DOPEN u obou zkoumaných souborů (hypotéza platí pro každý soubor zvlášť).

H7: Existuje statisticky významný vztah mezi věkem zkoumaného souboru a mírou extroverze (dimenze E) naměřenou dotazníkem DOPEN u obou zkoumaných souborů (hypotéza platí pro každý soubor zvlášť).

H8: Existuje statisticky významný vztah mezi věkem zkoumaného souboru a mírou psychoticismu (dimenze P) naměřenou dotazníkem DOPEN u obou zkoumaných souborů (hypotéza platí pro každý soubor zvlášť).

H9: Existuje statisticky významný rozdíl v hodnotě dimenze N (neuroticismus) dotazníku DOPEN mezi prvním a druhým souborem.

H10: Existuje statisticky významný rozdíl v hodnotě dimenze P (psychoticismus) dotazníku DOPEN mezi prvním a druhým souborem.

H11: Existuje statisticky významný rozdíl v hodnotě dimenze E (extroverze) dotazníku DOPEN mezi prvním a druhým souborem.

H12: Existuje statisticky významný rozdíl v hodnotě dimenze L (Iži - skóre) dotazníku DOPEN mezi prvním a druhým souborem.

H13: Existuje statisticky významný rozdíl v Σ SUPOS mezi prvním a druhým souborem.

H14: Existuje statisticky významný rozdíl v Σ IPSS mezi prvním a druhým souborem.

7.3. Použité testové metody

Kvantitativní výzkum byl zvolen z důvodu velikost zkoumaných souborů a přesnějšímu vyjádření vzájemných vztahů jednotlivých proměnných.

7.3.1. Zkoumané soubory a způsob získávání dat

Tento výzkum byl proveden mezi vojáky Strážní roty Praporu bojového zabezpečení 22. letecké základny v Sedleci – Vícenicích u Náměště nad Oslavou a vojáky Strážní roty Praporu zabezpečení velení 23. letecké základny v Přerově.

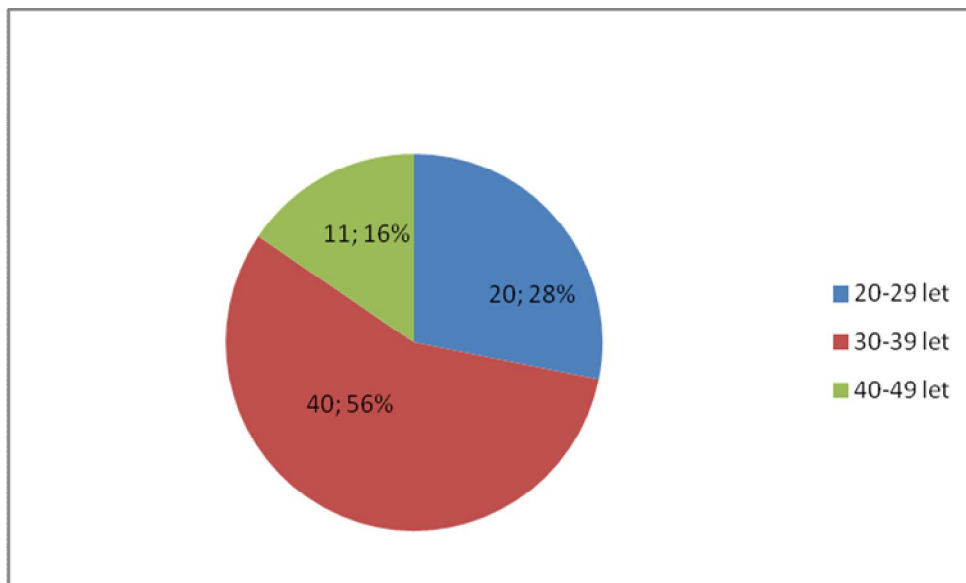
Počet testovaných vojáků u prvního uvedeného souboru byl 71, u druhého souboru 44. Testování se odmítlo zúčastnit jen několik jednotlivců. Rozpětí věku u 1. testovaného souboru osob bylo 25 - 47 let, průměrná hodnota věku byla 33,68 let. Délka praxe ve služebním poměru byla od 3 do 20 let, průměrná délka služebního poměru byla 8,97 let. U druhého testovaného souboru bylo rozpětí věku 26 – 48 let. Průměrný věk byl 36,14 let. Délka praxe ve služebním poměru byla od 4 do 20 let, průměrná délka služebního poměru byla 10,77 let. V obou souborech byly zastoupeny odbornosti střelců, řidičů, psodů, chemických specialistů, operátorů, odstřelovačů a velitelů.

Sběr dat byl proveden u 1. souboru po domluvě s velitelem a vojáky v průběhu měsíců září a října 2011. U 2. souboru proběhla administrace dotazníků v září 2013. Respondentům bylo sděleno, o jaký výzkum se jedná, byli instruováni ohledně způsobu vyplňování dotazníků a zaručena anonymita. Respondentům bylo vysvětleno, že odpovědi závisí na jejich momentálním prožívání a není možné odpovědět správně nebo špatně. Na vyplnění dotazníků nebyl vojákům stanoven žádný časový limit. Vyplnění dotazníků trvalo zhruba 30 minut a probíhalo na učebnách nebo v kancelářích. S účastí na výzkumu souhlasili kromě několika jednotlivců téměř všichni, kteří se výzkumu mohli zúčastnit. V průběhu administrace nebyly zaznamenány žádné potíže. Ke zkreslení výsledků mohlo dojít pouze vyplněním nepravdivých údajů, které nelze vyloučit.

Tabulka č. 3: Věkové zastoupení 1. zkoumaného souboru

Věk	Absolutní četnost	Relativní četnost
20-29 let	20	28,17%
30-39 let	40	56,34%
40-49 let	11	15,49%

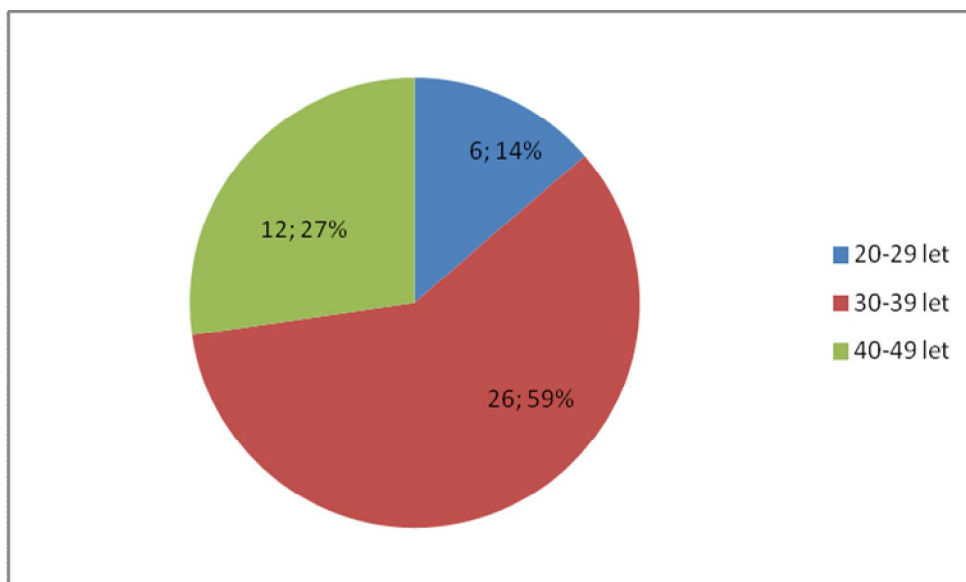
Graf č. 1: Věkové zastoupení 1. zkoumaného souboru



Tabulka č. 4: Věkové zastoupení 2. zkoumaného souboru

Věk	Absolutní četnost	Relativní četnost
20-29 let	6	13,64%
30-39 let	26	59,1%
40-49 let	12	27,27%

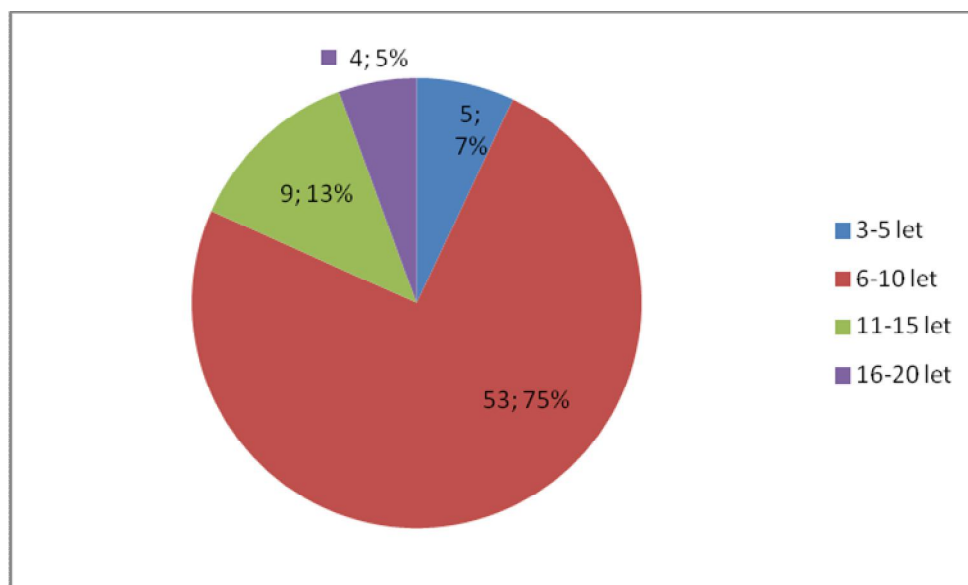
Graf č. 2: Věkové zastoupení 2. zkoumaného souboru



Tabulka č. 5: Seniorita 1. zkoumaného souboru

Odsloužená doba	Absolutní četnost	Relativní četnost
3-5 let	5	7,04%
6-10 let	53	74,65%
11-15 let	9	12,68%
16-20 let	4	5,63%

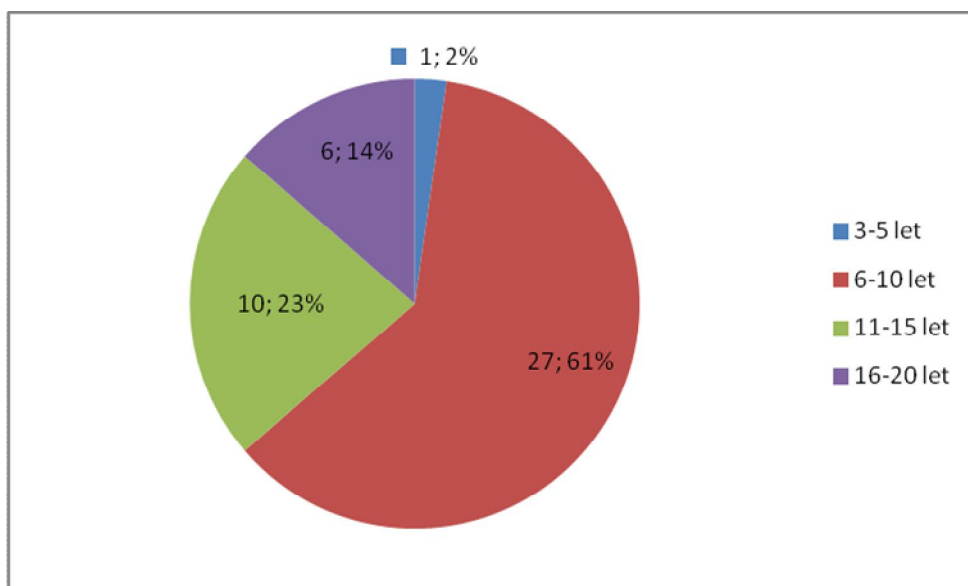
Graf č. 3: Seniorita 1. zkoumaného souboru



Tabulka č. 6: Seniorita 2. zkoumaného souboru

Odsloužená doba	Absolutní četnost	Relativní četnost
3-5 let	1	2,27%
6-10 let	27	61,36%
11-15 let	10	22,73%
16-20 let	4	5,63%

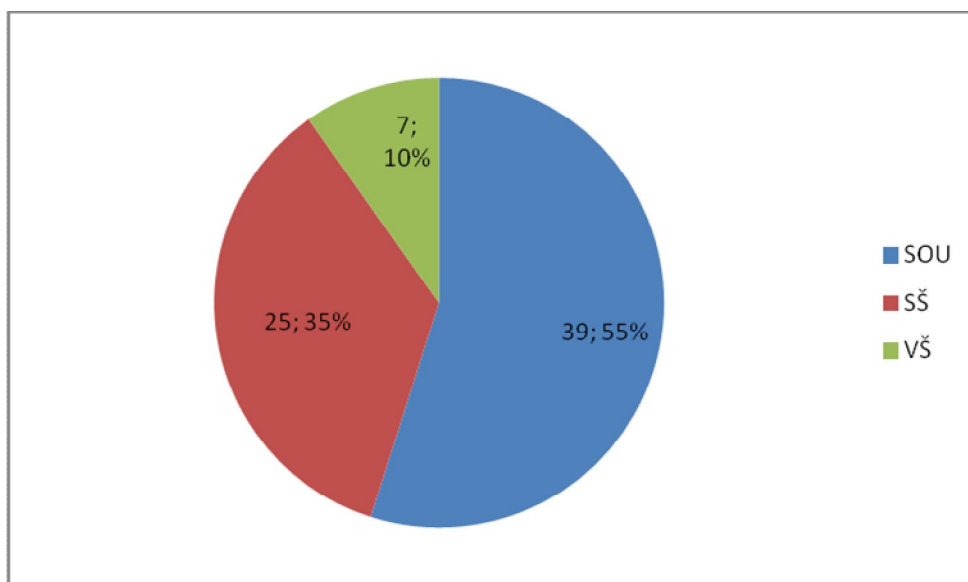
Graf č. 4: Seniorita 2. zkoumaného souboru



Tabulka č. 7: Vzdělání 1. zkoumaného souboru

Vzdělání	Absolutní četnost	Relativní četnost
SOU	39	55,00%
SŠ	25	35,00%
VŠ	7	10,00%

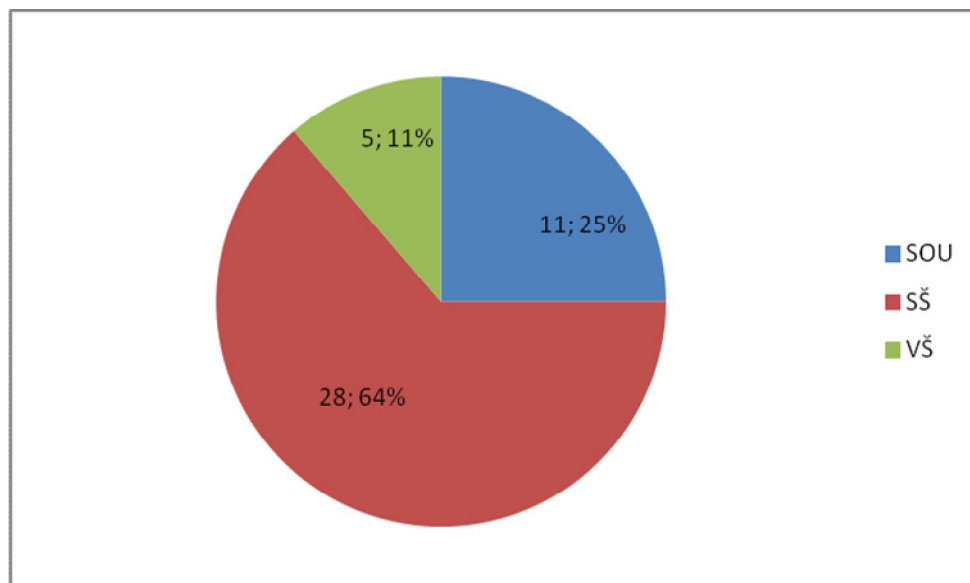
Graf č. 5: Rozdělení souboru dle vzdělání



Tabulka č. 8: Vzdělání 2. zkoumaného souboru

Vzdělání	Absolutní četnost	Relativní četnost
SOU	11	25,00%
SŠ	28	63,64%
VŠ	5	11,36%

Graf č. 6: Rozdělení souboru dle vzdělání



Z výše uvedených grafů týkajících se rozdělení zkoumaných souborů z pohledu věku je zřejmé, že v 1. souboru je vyšší procentuální zastoupení nejmladší věkové kategorie 20-29 let (28,17% oproti 13,64% ve 2. souboru) na úkor nejstarší věkové kategorie (15,49% oproti 27,27% ve 2. souboru). Prostřední věková kategorie je v obou souborech zastoupena téměř shodně (56,34% vs. 59,1%).

Z pohledu seniority lze u obou souborů konstatovat podobné poměrné zastoupení jednotlivých kategorií (kategorie 3-5 let 7,04% vs. 2,27%, kategorie 6-10 let 74,65% vs. 61,36%, kategorie 11-15 let 12,68% vs. 22,73%, kategorie 16-20 let 5,63% vs. 13,67%), nejvíce vojáků mělo odslouženo mezi 6 a 10 lety.

Ve struktuře vzdělání byly mezi zkoumanými soubory patrnější větší odlišnosti, neboť u 1. souboru převažovali absolventi středních odborných učilišť (55% vs. 25% u 2. souboru), kdežto u 2. souboru byli silněji zastoupeni absolventi středních škol (63,64% vs. 35% u 1. souboru). Podíl vysokoškolsky vzdělaných vojáků byl v obou souborech téměř shodný (10% vs. 11,36%).

7.4. Dotazníky

Pro účely našeho výzkumu byly použity 3 dotazníky:

- **IPSS**

Autorem původní verze dotazníku je Spielberger, C. D., University of South Florida. Autory české verze jsou H. Knotková a F. Man (Praha, 2000). Modifikaci IPSS (Inventář pracovního stresu Spielberger) pro vojáky vytvořil Z. Vtípil (KP FF UP Olomouc, 2002).

Dotazník IPSS zjišťuje percepce důležitých zdrojů pracovního stresu. Dotazník obsahuje 25 tvrzení o činnostech a podmínkách práce vojáka, u nichž je ve škále devět možností odpovědí od 1 do 9, přičemž 1 značí nejnižší, 5 průměrnou a 9 nejvyšší míru stresu. Respondent vybírá pouze jednu možnost u každé položky dotazníku. Položky dotazníku jsou rozděleny do dvou částí na ty, které souvisí s obsahem práce - SSOP (č. 1,2,4,5,6,8,14,15,20,22) a na ty, které souvisí s kontextem práce - SSKP (č. 3,7,9,10,11,12,13,16,17,18,19,21,23,24,25).

Součástí dotazníku je i záznam statusových údajů:

- pohlaví,
- věk,
- pracovní zařazení,
- délku trvání služebního poměru (senioritu),
- vzdělání,
- datum.

Položky dotazníku IPSS:

1. Přidělení nepříjemných povinností.
2. Nedostatečné materiální či technické zabezpečení výkonu služby.
3. Neodpovídající služební příjem.
4. Nedokonalá organizace výkonu služby.
5. Nadměrná administrativa vojáků.
6. Nadměrné trávení času na výcviku.
7. Nepříznivé pracovní prostředí (hluk, změny teploty, klimatických podmínek atd.).
8. Snížené možnosti funkčního postupu.
9. Neodpovídající způsob jednání ze strany nadřízených.
10. Nedostatek času tráveného s rodinou.

11. Neuznávání role vojáka veřejností.
12. Narušené mezilidské vztahy mezi vojáky.
13. Odborné chybování nadřízených.
14. Přetíženost ve službě.
15. Nedokonalé předpisy pro výkon služby.
16. Neobjektivní posuzování vykonané práce.
17. Nedostačující počet vojáků ve službě pro odpovídající zvládnutí úkolů.
18. Konflikty se spolupracovníky.
19. Nedostatek času na dělání důležitých rozhodnutí.
20. Nesprávně orientovaný výcvik a vzdělávání vojáků.
21. Nedostatečné sociální a existenční jistoty povolání.
22. Nedostatečná oprávnění vojáků samostatně rozhodovat.
23. Nezájem nadřízených podílet se na řešení problémů.
24. Pocit ohrožení zdraví či života ve výkonu služby.
25. Nejasná perspektiva profesního růstu a služebního zařazení.

- **DOPEN**

Tento slovenský dotazník I. Ruisela a J. Müllnera, vydaný v roce 1982 vychází z teorie osobnosti H. J. Eysencka a je určen k měření psychotocismu, extra - introverze a neuroticismu. Často je užíván v klinické a forenzní psychologii a při práci s delikventy (Svoboda, 1999).

Dopen obsahuje 86 tvrzení rozdělených do 4 škál:

- P- psychotocismus (20 tvrzení),
- E- extraverze (26 tvrzení),
- N- neuroticismus (26 tvrzení),
- L- tzv. lži - skór (14 tvrzení).

Ruisel, Müllner, (1990) uvádí, že nejlépe propracovanými škálami jsou N a E. Faktoriální hodnota škály L spočívá v tom, že položky sytí její celkové skóre.

Dotazník Dopen se skládá z testovacího sešitu s otázkami a záznamového archu, do něhož se zaznamenává odpověď „ano” či „ne”. Vyhodnocení se provádí speciálními šablonami a zjištěné výsledky se porovnávají s normami v tabulkách (Ruisel, Müllner, 1990).

Charakteristiky psychotika, extroverta, introverta a neurotika dle H. J. Eysencka:

Psychotik - emocionální plochost, krutost až nelidskost, samotářství, záliba ve výstřednosti, ignorace nebezpečí, silná vzrušivost, agresivita, lhostejnost k ostatním.

Extrovert - vyhledávání změny a rizika, sociabilita, společenskost, vyhledávání změny a rizika, impulzivita, praktičnost, lehkomyšlnost, bezprostřednost, optimismus, agresivní tendence, netrpělivost, nespolehlivost a neschopnost kontroly svých citů.

Introvert - tichost, rezervovanost, nenápadnost, samotářství, málo intimních přátel, spolehlivost, trpělivost, pesimismus, důraz na etiku, záliba v plánování, nezávislost na momentálních impulsech, nevyhledávání společnosti.

Neurotik - starostlivost, úzkostnost, náladovost, nestabilita, nevyrovnanost, neklid, depresivita, nespavost, psychosomatické potíže, reakce přehnaně emotivní, iracionální či rigidní (Ruisel, Müllner, 1990).

• **SUPOS - 7- PC**

Tento dotazník vytvořený O. Mikšíkem pomocí faktorové a multivariační analýzy adjektiv popisujících pocity, stavy a prožitky vyšel v roce 1993. Zaměřuje se na popis psychického stavu jako dynamické veličiny složené z níže uvedených komponent v celkové struktuře psychického stavu:

- PE - psychická pohoda (pocit spokojenosti, příjemného naladění s prožitky euforie a sebedůvěry),
- A - aktivnost, činorodost (pocity síly a energie spojené s prahnutím po akci),
- O - impulzivita, odreagování se (nekontrolované, samovolné uvolňování energetického a psychického napětí),
- N - psychický nepokoj, rozlada (psychická tenze projevující se psychickým a motorickým neklidem, mrzutostí, netrpělivostí a roztěkaností, jedinec není schopen nalézt ventily pro její uvolnění),
- D - psychická deprese, pocity vyčerpání (komplex pocitů a stavů, jejichž hlavním znakem je tendence k pasivitě spolu s nulovou tenzí),
- U - úzkostné očekávání, obavy (pocity nejistoty, prožitky psychické tenze, úzkostná nálada),
- S - sklíčenost (pasivní prožívání negativních důsledků prodělané psychické zátěže, působení situačních proměnných) (Mikšík, 1993).

Zmíněné komponenty jsou obsaženy v určitých relacích v každodenních situacích a podmínkách u každého člověka. Změny v těchto podmínkách způsobují vzájemné přesuny mezi komponentami od proporce 0 (zcela chybí) po proporcí 1 (ovládá celou strukturu) (Mikšík, 1993).

Σ - je sycena všemi položkami dotazníku (PE, A, O, N, U, D, S) znamená celkovou kvalitu psychického stavu. Položky PE, A jsou zaznamenávány v opačných hodnotách, neboť růst celkového skóre znamená snižování kvality celkového psychického stavu a naopak.

Další částí dotazníku je tzv. subjektivní posuzovací škála, která postihuje obvyklé struktury psychického stavu a jeho kvalitativní změny, vyrovnávání se s emocionálními vlivy a tendence chování v zátěžových situacích. Tato škála sleduje tyto potíže: nechutenství, žaludeční potíže, bolesti hlavy, nutkání na WC, potivost, spánkové poruchy. Respondenti zaznamenávají své odpovědi v těchto čtyřech možnostech:

- 0 - vůbec ne,
- 1 – zřídka,
- 2 – často,
- 3 - soustavně.

Vyhodnocení se provádí pomocí šablony. Dotazník Supos-7-PC je určen pro individuální i skupinovou administraci. Odpovědi týkající se pocitů a stavů se mohou vztahovat ke stanovenému časovému období nebo dlouhodobému obvyklému způsobu prožívání.

7.5. Použité metody analýzy dat

Odpovědi z dotazníků byly vyhodnoceny dle manuálů k testovým metodám. Výsledky byly sečteny a byly z nich vypočteny aritmetické průměry. Tyto hodnoty byly srovnány s hodnotami pro běžnou populaci uvedenými v testových tabulkách. Korelace určených dimenzí byly vypočteny pomocí Pearsonova korelačního koeficientu. Signifikantnost rozdílů vybraných dimenzí byla spočtena pomocí dvouvýběrového F-testu pro rozptyl, dvouvýběrového t-testu s rovností rozptylů a dvouvýběrového t-testu s nerovností rozptylů. Pro tvorbu grafické, textové a výpočtové části byly použito software Microsoft Office Word 2003 a Microsoft Office Excel 2003.

7.6. Symbolika výzkumné části

- Věk - věk respondenta,
- Seniorita - délka služby v armádě,
- SOU - střední odborné učiliště,
- SŠ - střední škola,
- VŠ - vysoká škola,
- Σ IPSS - celková míra stresu (Inventář pracovního stresu Spielberger),
- SSOP - stres související s obsahem práce,
- SSKP - stres související s kontextem práce,
- SUPOS-7-PC - Subjektivní posuzovací škála,
- N - psychický nepokoj, rozlada,
- U - úzkostné očekávání,
- D - psychická deprese, pocity vyčerpání,
- S - sklíčenost,
- PE - psychická pohoda,
- A - aktivnost, činorodost,
- O - impulzivita, odreagování se,
- NEU - subjektivní potíže (dotazník SUPOS-7-PC),
- Σ SUPOS - celková kvalita psychického stavu,
- DOPEN - osobnostní dotazník,
- P - škála psychoticismu,
- E - škála extraverze,
- N - škála neuroticismu,
- L - lži-skór,
- r - Pearsonův korelační koeficient,
- Σ - suma - součet hodnot,
- H - hypotéza.

8. Výsledky práce

Následující část popisuje profily zkoumaných souborů pomocí dotazníků IPSS, DOPEN a SUPOS-7-PC a jejich srovnání s normami pro běžnou populaci. Dále tato část znázorňuje vybrané korelace a signifikantnost rozdílů vybraných dimenzí použitých dotazníků u obou souborů.

8.1. Profil souborů dle IPSS

V dotazníku IPSS označili respondenti na škále od 1 do 9 zdroje stresu, které vnímají jako významné. Nejnižší míra stresu má hodnotu 1 - 3, střední míra 4 - 6, vysoká míra 7 - 9, přičemž průměrná je hodnota 5.

Nejvíce stresujícími skutečnostmi z pohledu vojáků 1. zkoumaného souboru byly označeny tyto položky:

- **nedostatečné sociální a existenční jistoty povolání (47,89%),**
- **neodpovídající služební příjem (32,39%),**
- **nadměrná administrativa vojáků (26,76%).**

Za nejméně zatěžující skutečnosti vojáci označili:

- **konflikty se spolupracovníky (67,61%),**
- **nedostatek času na děláni důležitých rozhodnutí (57,75%)**
- **pocit ohrožení zdraví či života ve výkonu služby (56,34%).**

Nejvíce stresujícími skutečnostmi z pohledu vojáků 2. zkoumaného souboru byly označeny tyto položky:

- **nejasná perspektiva profesního růstu a služebního zařazení (5,78%),**
- **nedostatečné sociální a existenční jistoty povolání (5,38%),**
- **neobjektivní posuzování vykonané práce (4,69%).**

Za nejméně zatěžující skutečnosti vojáci označili:

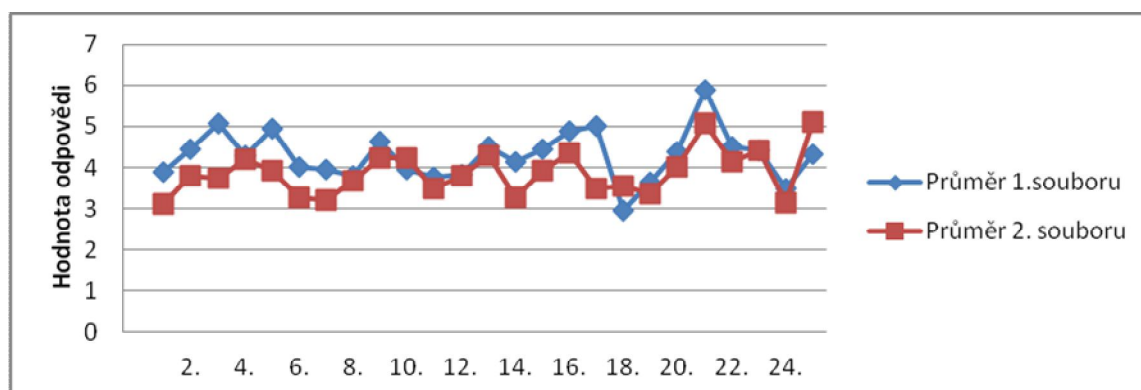
- **přidělení nepříjemných povinností (21,89%),**
- **pocit ohrožení zdraví či života ve výkonu služby (20,29%),**
- **nadměrné trávení času na výcviku (20,28%).**

Z výsledků je patrné, že u obou souborů jsou hodnoceny jako více stresující činnosti a podmínky související s kontextem práce (1. soubor 15,02%, 2. soubor 3,11%). Odpovědi byly srovnány pomocí procentuálního zastoupení (viz následující tabulky).

Tabulka č. 9: Průměrná hodnota odpovědí v IPSS u zkoumaných souborů

Otázka	Průměr 1. souboru	Průměr 2. souboru
1.	3,873239	3,113636364
2.	4,464789	3,795454545
3.	5,070423	3,727272727
4.	4,295775	4,204545455
5.	4,957746	3,931818182
6.	4,028169	3,25
7.	3,957746	3,204545455
8.	3,802817	3,681818182
9.	4,633803	4,23255814
10.	3,943662	4,227272727
11.	3,774648	3,477272727
12.	3,830986	3,795454545
13.	4,521127	4,295454545
14.	4,126761	3,272727273
15.	4,450704	3,931818182
16.	4,873239	4,363636364
17.	5,014085	3,477272727
18.	2,943662	3,545454545
19.	3,633803	3,363636364
20.	4,380282	4,022727273
21.	5,887324	5,068181818
22.	4,521127	4,136363636
23.	4,422535	4,409090909
24.	3,492958	3,136363636
25.	4,323944	5,113636364

Graf č. 7: Srovnání naměřených průměrných hodnot odpovědí v dotazníku IPSS u 1. souboru



Tabulka č. 10: Míra stresu u 1. souboru

Otázka č.	Formulace otázky	MÍRA STRESU					
		Nízká		Střední		Vysoká	
		AČ	RČ v %	AČ	RČ v %	AČ	RČ v %
1.	Přidělení nepříjemných povinností	26	36,62	43	60,56	2	2,82
2.	Nedostatečné materiální či technické zabezpečení výkonu služby	27	38,03	36	50,7	8	11,27
3.	Neodpovídající služební příjem	22	30,99	26	36,62	23	32,39
4.	Nedokonalá organizace výkonu služby	25	35,21	37	52,11	9	12,68
5.	Nadměrná administrativa vojáků	17	23,94	35	49,3	19	26,76
6.	Nadměrné trávení času na výcviku	32	45,07	32	45,07	7	9,86
7.	Nepříznivé pracovní prostředí (hluk, změny teploty, klimatických podmínek atd.)	29	40,85	36	50,7	6	8,45
8.	Snížené možnosti funkčního postupu	34	47,89	31	43,66	6	8,45
9.	Neodpovídající způsob jednání ze strany nadřízených	24	33,8	31	43,66	16	22,54
10.	Nedostatek času tráveného s rodinou	32	45,07	31	43,66	8	11,27
11.	Neuznávání role vojáka veřejností	36	50,7	29	40,85	6	8,45
12.	Narušené mezilidské vztahy mezi vojáky	32	45,07	37	52,11	2	2,82
13.	Odborné chybování nadřízených	24	33,8	37	52,11	10	14,08
14.	Přetíženost ve službě	29	40,85	31	43,66	11	15,49
15.	Nedokonalé předpisy pro výkon služby	27	38,03	34	47,89	10	14,08
16.	Neobjektivní posuzování vykonané práce	16	22,54	45	63,38	10	14,08
17.	Nedostačující počet vojáků ve službě pro odpovídající zvládnutí úkolů	15	21,13	44	61,97	12	16,9
18.	Konflikty se spolupracovníky	48	67,61	22	30,99	1	1,41
19.	Nedostatek času na děláni důležitých rozhodnutí	41	57,75	26	36,62	4	5,63
20.	Nesprávně orientovaný výcvik a vzdělávání vojáků	26	36,62	36	50,7	9	12,68
21.	Nedostatečné sociální a existenční jistoty povolání	15	21,13	22	30,99	34	47,89
22.	Nedostatečná oprávnění vojáků samostatně rozhodovat	23	32,39	37	52,11	11	15,49
23.	Nezájem nadřízených podílet se na řešení problémů	28	39,44	32	45,07	11	15,49
24.	Pocit ohrožení zdraví či života ve výkonu služby	40	56,34	25	35,21	6	8,45
25.	Nejasná perspektiva profesního růstu a služebního zařazení	27	38,03	33	46,48	11	15,49

Tabulka č. 11: Míra stresu u 2. souboru

Otázka č.	Formulace otázky	MÍRA STRESU					
		Nízká		Střední		Vysoká	
		AČ	RČ v %	AČ	RČ v %	AČ	RČ v %
1.	Přidělení nepříjemných povinností	30	21,89	14	10,22	0	0
2.	Nedostatečné materiální či technické zabezpečení výkonu služby	19	11,38	23	13,77	1	0,6
3.	Neodpovídající služební příjem	22	13,41	18	10,97	3	1,83
4.	Nedokonalá organizace výkonu služby	18	9,73	19	10,27	7	3,78
5.	Nadměrná administrativa vojáků	22	12,72	15	8,67	7	4,05
6.	Nadměrné trávení času na výcviku	29	20,28	13	9,09	3	2,1
7.	Nepříznivé prac. prostředí (hluk, změny teploty, klimat. podmínek atd.)	28	19,86	13	9,22	3	2,13
8.	Snížené možnosti funkčního postupu	24	14,81	16	9,88	4	2,47

9.	Neodpovídající způsob jednání ze strany nadřízených	17	9,14	20	10,75	7	3,73
10.	Nedostatek času tráveného s rodinou	19	10,22	19	10,22	6	3,23
11.	Neuznávání role vojáka veřejností	28	18,3	11	7,19	6	3,92
12.	Narušené mezilidské vztahy mezi vojáky	23	13,77	17	10,18	4	2,4
13.	Odborné chybování nadřízených	15	7,94	23	12,17	6	3,17
14.	Přetíženost ve službě	28	19,44	14	9,72	2	1,39
15.	Nedokonalé předpisy pro výkon služby	17	9,83	23	13,29	4	2,31
16.	Neobjektivní posuzování vykonané práce	17	8,85	18	9,38	9	4,69
17.	Nedostačující počet vojáků ve službě pro odpovídající zvládnutí úkolů	21	13,73	21	13,73	1	0,65
18.	Konflikty se spolupracovníky	24	15,38	15	9,62	5	3,21
19.	Nedostatek času na děláni důležitých rozhodnutí	28	18,92	13	8,78	3	2,03
20.	Nesprávně orientovaný výcvik a vzdělávání vojáků	19	10,73	20	11,3	5	2,82
21.	Nedostatečné sociální a existenční jistoty povolání	12	5,38	20	8,97	12	5,38
22.	Nedostatečná oprávnění vojáků samostatně rozhodovat	18	9,89	20	10,99	6	3,3
23.	Nezájem nadřízených podílet se na řešení problémů	15	7,73	23	11,86	6	3,09
24.	Pocit ohrožení zdraví či života ve výkonu služby	28	20,29	14	10,14	2	1,45
25.	Nejasná perspektiva profesního růstu a služebního zařazení	27	12	19	8,44	13	5,78

Tabulka č. 12: Rozdělení IPPS dle druhů stresu (stres související s obsahem-SSOP a stres související s kontextem práce-SSKP) u 1. a 2. souboru

Otázka	Vysoká míra stresu u 1. souboru		Vysoká míra stresu u 2. souboru	
	SSOP (v %)	SSKP (v %)	SSOP (v %)	SSKP (v %)
1.	2,82		0	
2.	11,27		0,6	
3.		32,39		1,83
4.	12,68		3,78	
5.	26,76		4,05	
6.	9,86		2,1	
7.		8,45		2,13
8.	8,45		2,47	
9.		22,54		3,73
10.		11,27		3,23
11.		8,45		3,92
12.		2,82		2,4
13.		14,08		3,17
14.	15,49		1,39	
15.	14,08		2,31	
16.		14,08		4,69
17.		16,9		0,65
18.		1,41		3,21
19.		5,63		2,03

20.	12,68		2,82	
21.		47,89		5,38
22.	15,49		3,3	
23.		15,49		3,09
24.		8,45		1,45
25.		15,49		5,78
Průměr	12,96%	15,02%	2,28%	3,11%

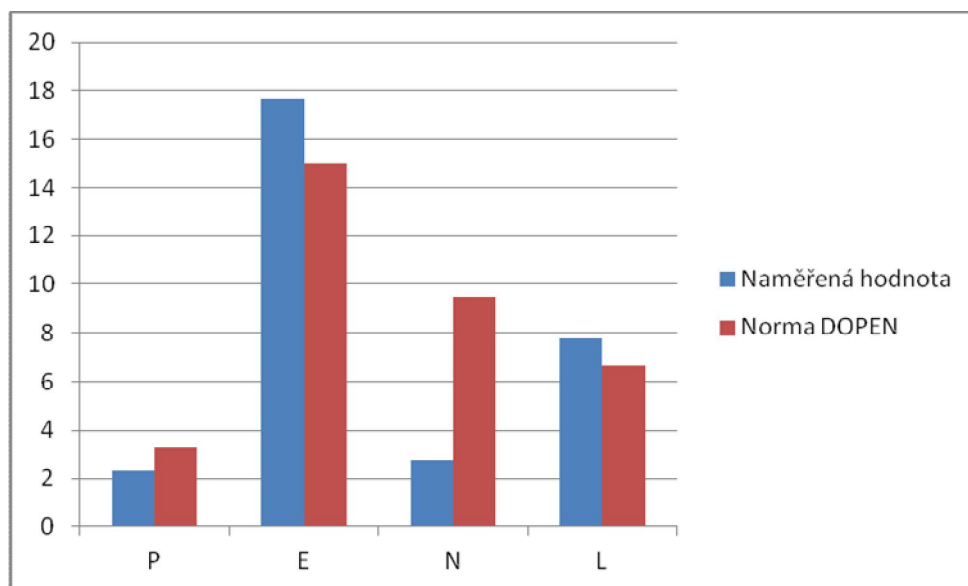
8.2. Profil souborů dle DOPEN

Výsledky dotazníků jsou u obou zkoumaných souborů rozděleny do tří částí dle věkových kategorií. U prvního souboru bylo v 1. kategorii (věk 20 - 29 let) 20 vojáků, ve 2. kategorii (30 – 39 let) 40 vojáků a ve 3. kategorii (40 – 49 let) 11 vojáků. U druhého souboru bylo v 1. kategorii (věk 20 - 29 let) 6 vojáků, ve 2. kategorii (30 – 39 let) 26 vojáků a ve 3. kategorii (40 – 49 let) 12 vojáků. Výsledné průměrné hodnoty jednotlivých skupin byly porovnány s normami běžné populace daných věkových kategorií.

Tabulka č. 13: naměřené hodnoty a normy DOPEN pro věkovou kategorii 20 – 29 let 1. souboru

	P	E	N	L
Naměřená hodnota	2,3	17,7	2,75	7,75
Norma DOPEN	3,29	15,04	9,45	6,66
Směrodatná odchylna	3,5258444 3	5,01681 4	3,385 3	3,8096139

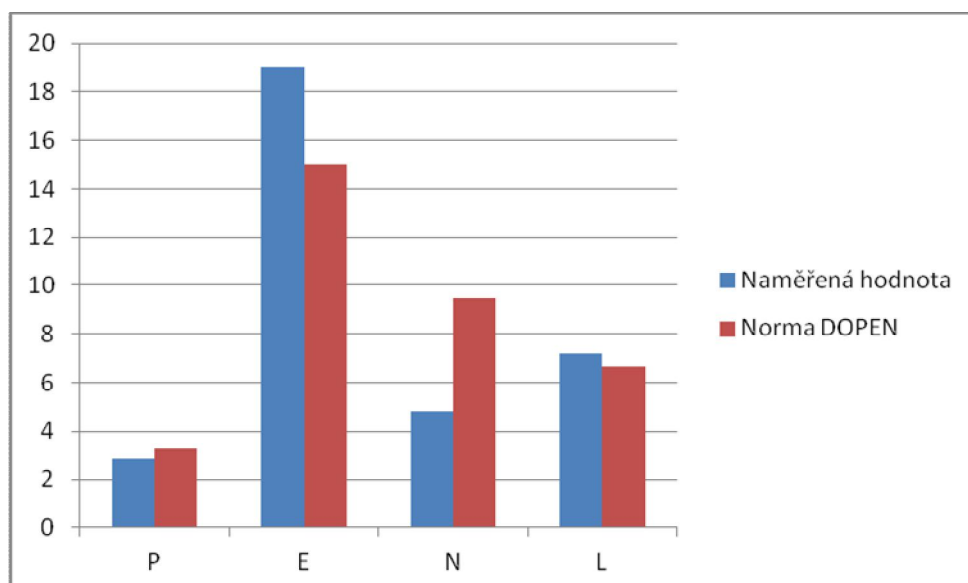
Graf č. 8: Srovnání naměřených hodnot DOPEN 1. souboru s normou (věková kategorie 20 - 29 let)



Tabulka č. 14: naměřené hodnoty a normy DOPEN pro věkovou kategorii 20 – 29 let 2. souboru

	P	E	N	L
Naměřená hodnota	2,833333	19	4,833333	7,166667
Norma DOPEN	3,29	15,04	9,45	6,66
Směrodatná odchylka	1,57233	2,645751	3,847799	2,544056

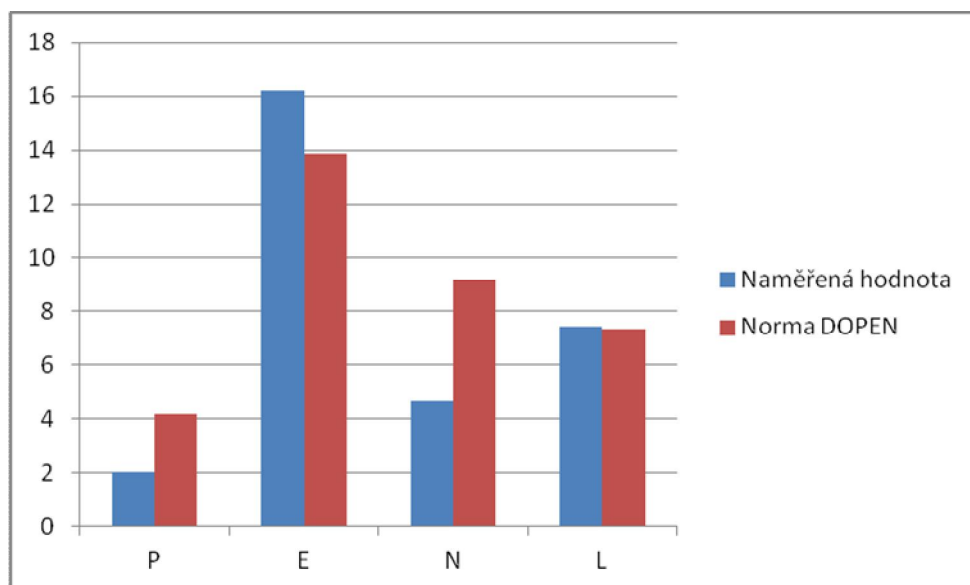
Graf č. 9: Srovnání naměřených hodnot DOPEN 2. souboru s normou (věková kategorie 20 - 29 let)



Tabulka č. 15: naměřené hodnoty a normy DOPEN pro věkovou kategorii 30 – 39 let 1. souboru

	P	E	N	L
Naměřená hodnota	2,025	16,175	4,675	7,425
Norma DOPEN	4,18	13,86	9,17	7,35
Směrodatná odchylka	2,270067208	4,835168	5,5626	3,5292732

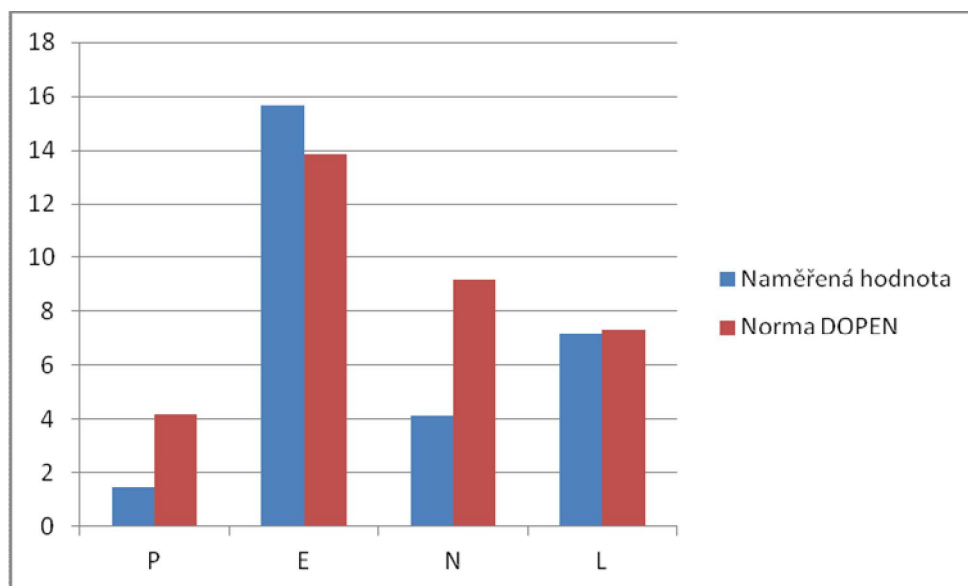
Graf č. 10: Srovnání naměřených hodnot DOPEN 1. souboru s normou (věková kategorie 30 - 39 let)



Tabulka č. 16: naměřené hodnoty a normy DOPEN pro věkovou kategorii 30 – 39 let 2. souboru

	P	E	N	L
Naměřená hodnota	1,461538	15,69231	4,115385	7,192308
Norma DOPEN	4,18	13,86	9,17	7,35
Směrodatná odchylka	1,247483	4,663848	4,492104	3,669199

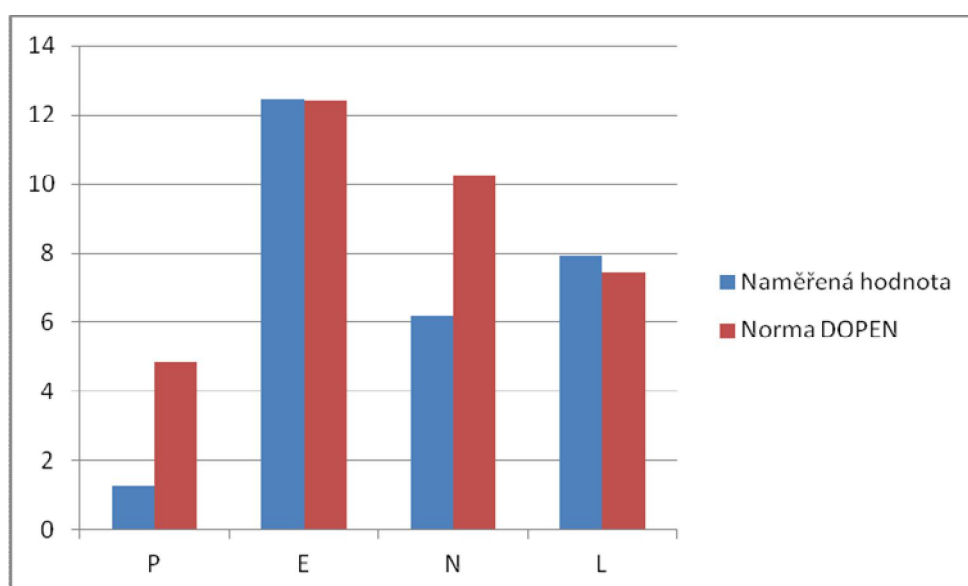
Graf č. 11: Srovnání naměřených hodnot DOPEN 2. souboru s normou (věková kategorie 30 - 39 let)



Tabulka č. 17: naměřené hodnoty a normy DOPEN pro věkovou kategorii 40 – 49 let 1. souboru

	P	E	N	L
Naměřená hodnota	1,272727273	12,45455	6,1818	7,9090909
Norma DOPEN	4,85	12,42	10,27	7,43
Směrodatná odchylka	1,348399725	4,824182	3,5726	4,0609

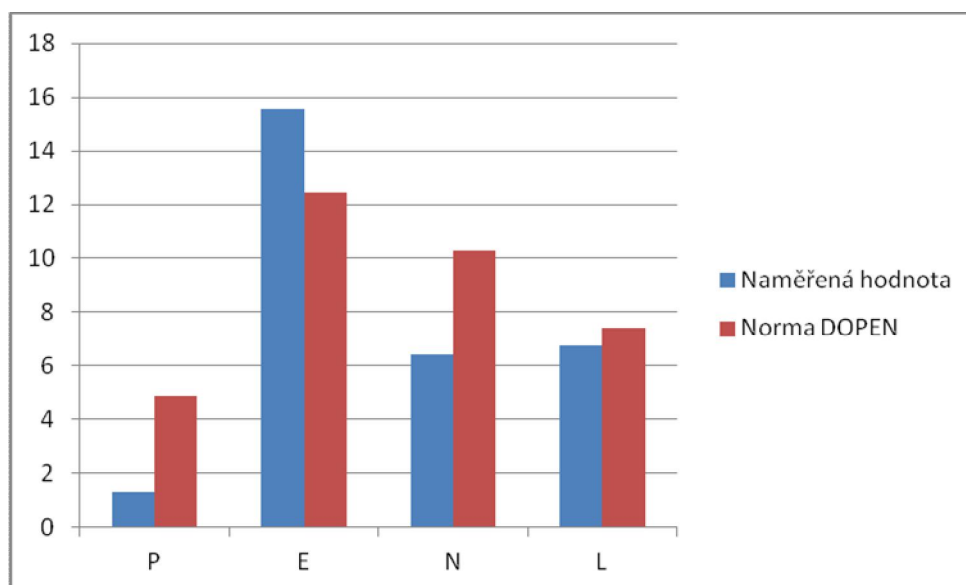
Graf č. 12: Srovnání naměřených hodnot DOPEN 1. souboru s normou (věková kategorie 40 - 49 let)



Tabulka č. 18: naměřené hodnoty a normy DOPEN pro věkovou kategorii 40 - 49 let 2. souboru

	P	E	N	L
Naměřená hodnota	1,333333	15,58333	6,416667	6,75
Norma DOPEN	4,85	12,42	10,27	7,43
Směrodatná odchylka	0,849837	5,298716	3,925522	2,919047

Graf č. 13: Srovnání naměřených hodnot DOPEN 2. souboru s normou (věková kategorie 40 - 49 let)



Z výsledků všech věkových kategorií obou zkoumaných souborů je patrné, že vojáci dosáhli oproti normám pro běžnou populaci nižších skorů u P (psychoticismus) a N (neurotismus) a současně vyššího skóre v E (extraverze) a v některých případech i v L (lži-skóre). Tyto výsledky lze interpretovat tak, že zájemci o službu s vyšší mírou psychoticismu a neuroticismu nejsou díky psychologickému vyšetření vůbec přijati ke službě u AČR.

Protože výkon vojenské profese probíhá převážně v kolektivu, hodnotíme zjištěnou vyšší míru extroverze jako příznivou. Vyšší hodnota lži-skóre značí nadprůměrnou tendenci posuzovat se lépe, než jaká je skutečnost.

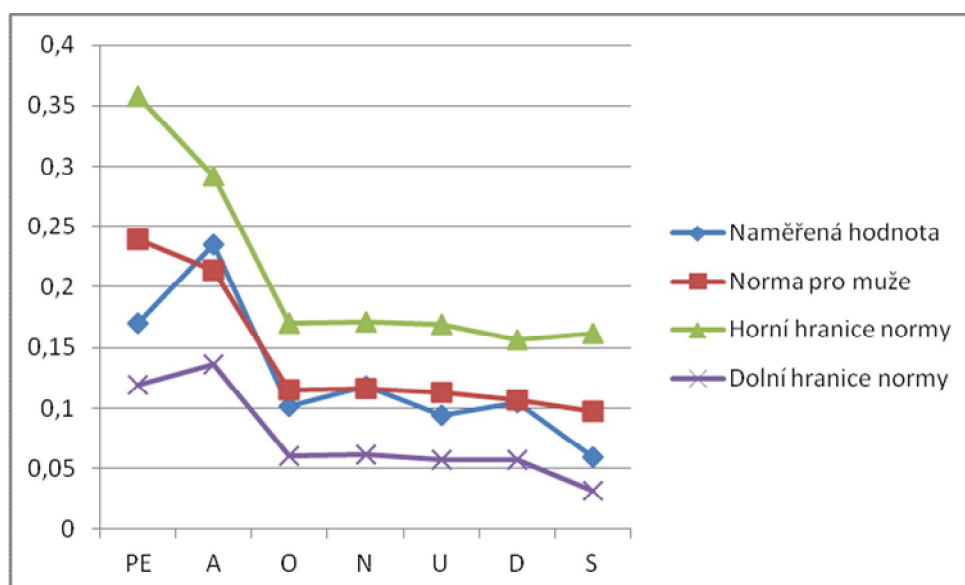
8.3. Profil souborů dle SUPOS-7-PC

Hodnoty odpovědí z dotazníků byly dle pokynů sečteny zvlášť pro každou dimenzi dotazníku. Z těchto součtů byly vypočteny aritmetické průměry a ty byly dle manuálu převedeny na tzv. proporce. Proporce byly následně porovnány s normami pro běžnou populaci. V následujících tabulkách je srovnání naměřených průměrných hodnot s normami, v grafech je vyobrazení vztahů těchto hodnot. Naměřené hodnoty se pohybují v pásmu norem běžné populace.

Tabulka č. 19: naměřené hodnoty SUPOS-7-PC u mužů ve vztahu k normám u 1. souboru

Komponenta	PE	A	O	N	U	D	S
Naměřená hodnota	0,17081 8	0,23477 3	0,10186 4	0,11853	0,09427 3	0,10504 5	0,05901 5
Norma pro muže	0,239	0,214	0,115	0,116	0,113	0,107	0,097
Horní hranice normy	0,358	0,292	0,17	0,171	0,169	0,157	0,162
Dolní hranice normy	0,12	0,136	0,06	0,061	0,057	0,057	0,032
Směrodat. odchylka vzorku	0,08069 3	0,12009 6	0,04660 7	0,10934 7	0,0559	0,05323 7	0,05110 7
Směrodat. odchylka norem	0,119	0,078	0,055	0,055	0,056	0,05	0,065

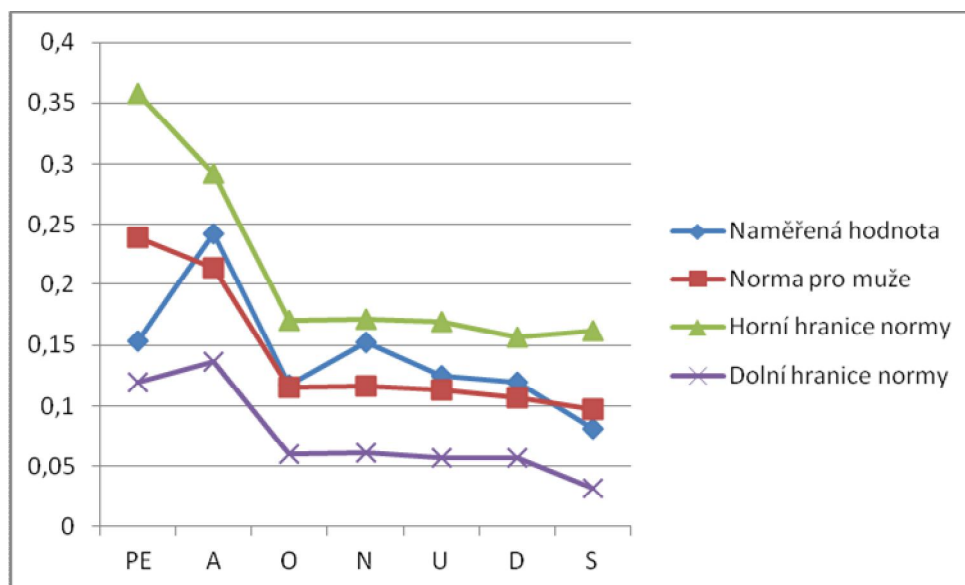
Graf č. 14: Naměřené hodnoty SUPOS-7-PC u mužů vzhledem k normám u 1. souboru



Tabulka č. 20: naměřené hodnoty SUPOS-7-PC u mužů ve vztahu k normám u 2. souboru

Komponenta	PE	A	O	N	U	D	S
Naměřená hodnota	0,15320 5	0,24226 6	0,11779 5	0,15247 7	0,12504 5	0,11918 2	0,08163 6
Norma pro muže	0,239	0,214	0,115	0,116	0,113	0,107	0,097
Horní hranice normy	0,358	0,292	0,17	0,171	0,169	0,157	0,162
Dolní hranice normy	0,12	0,136	0,06	0,061	0,057	0,057	0,032
Směrodat. odchylka vzorku	0,06352 3	0,13191 6	0,06029 8	0,05255 4	0,06391 2	0,04761 1	0,05512 3
Směrodat. odchylka norem	0,119	0,078	0,055	0,055	0,056	0,05	0,065

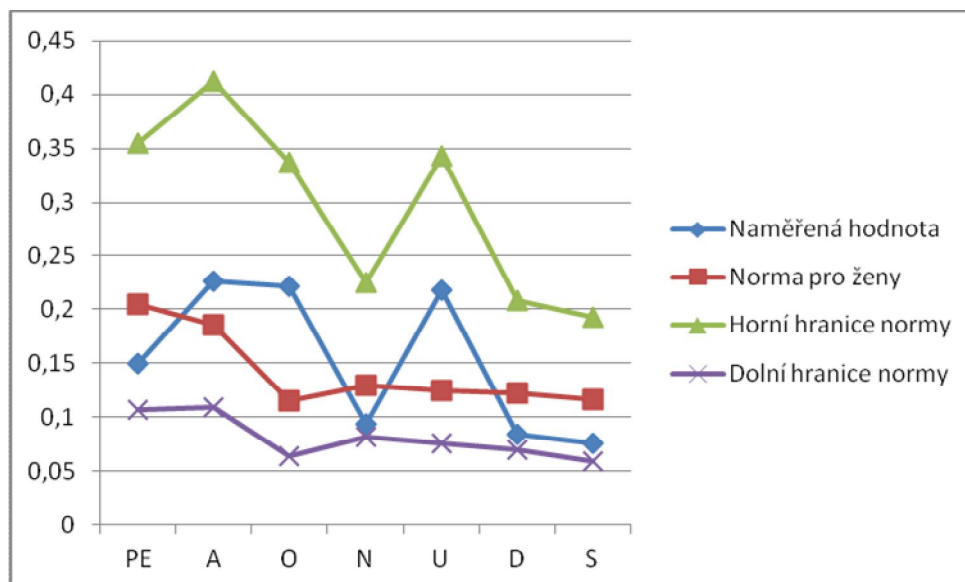
Graf č. 15: Naměřené hodnoty SUPOS-7-PC u mužů vzhledem k normám u 2. souboru



Tabulka č. 21: naměřené hodnoty SUPOS-7-PC u žen ve vztahu k normám u 1. souboru

Komponenta	PE	A	O	N	U	D	S
Naměřená hodnota	0,1498	0,2258	0,2218	0,0944	0,2176	0,0848	0,0758
Norma pro ženy	0,205	0,186	0,115	0,13	0,125	0,123	0,117
Horní hranice normy	0,3548	0,4118	0,3368	0,2244	0,3426	0,2078	0,1928
Dolní hranice normy	0,107	0,109	0,064	0,082	0,076	0,07	0,059
Směrodat. odchylka vzorku	0,072365	0,088542	0,34047	0,048722	0,345616	0,033169	0,038713
Směrodat. odchylka norem	0,098	0,077	0,051	0,048	0,049	0,053	0,058

Graf č. 16: Naměřené hodnoty SUPOS-7-PC u žen vzhledem k normám u 1. souboru



Ženy byly zastoupeny v obou zkoumaných souborech, ale k výzkumu se je podařilo získat pouze u prvního zkoumaného souboru. Vzhledem k jejich velmi nízkému počtu (v prvním souboru 5, ve druhém souboru 3) nepředpokládáme výrazný vliv jejich absence na výsledky výzkumu.

8.4. Vybrané koreláty dimenzí dotazníků

V následující části výzkumu jsme se zaměřili na zjišťování existence signifikantního vztahu mezi dimenzemi dotazníků DOPEN, SUPOS a IPSS pomocí Pearsonova korelačního koeficientu.

Při velikosti 1. testovaného souboru $n = 71$ je pro hladinu významnosti $\alpha = 0,05$ hodnota signifikace $r_{\alpha 0,05} = 0,2304$.

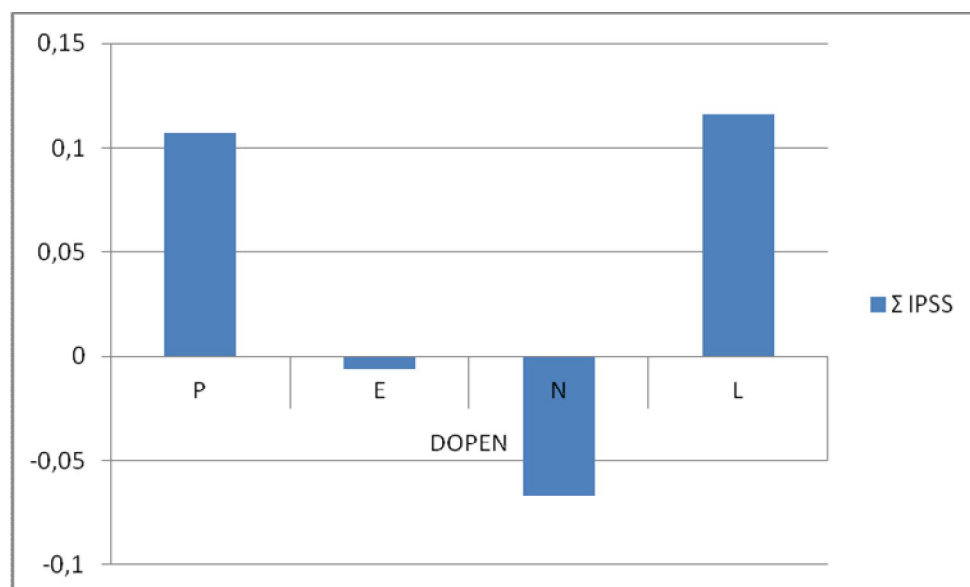
U 2. testovaného souboru o velikosti $n = 44$ je pro hladinu významnosti $\alpha = 0,05$ hodnota signifikace $r_{\alpha 0,05} = 0,2919$.

8.4.1. Koreláty Σ IPSS a dimenzí DOPEN u 1. souboru

Tabulka č. 22: Hodnoty korelací Σ IPSS a DOPEN

		Σ IPSS
DOPEN	P	0,106931
	E	-0,00624
	N	-0,06658
	L	0,116465

Graf č. 17: Korelace Σ IPSS a DOPEN



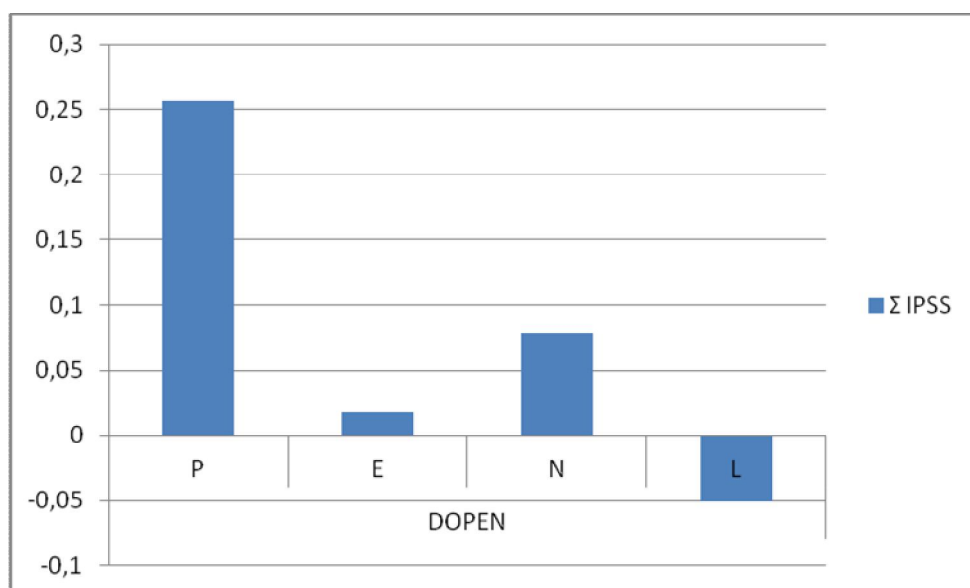
Z grafu je patrné, že u žádné dimenze dotazníku DOPEN nebyla zjištěna signifikantní korelace se Σ IPSS, neboť žádná z naměřených hodnot nedosáhla statistické významnosti $r_{\alpha 0,05} = 0,2304$.

8.4.2. Koreláty Σ IPSS a dimenzí DOPEN u 2. souboru

Tabulka č. 23 – Hodnoty korelací Σ IPSS a DOPEN

		Σ IPSS
DOPEN	P	0,25693
	E	0,01786
	N	0,07856
	L	-0,0514

Graf č. 18: Korelace Σ IPSS a DOPEN



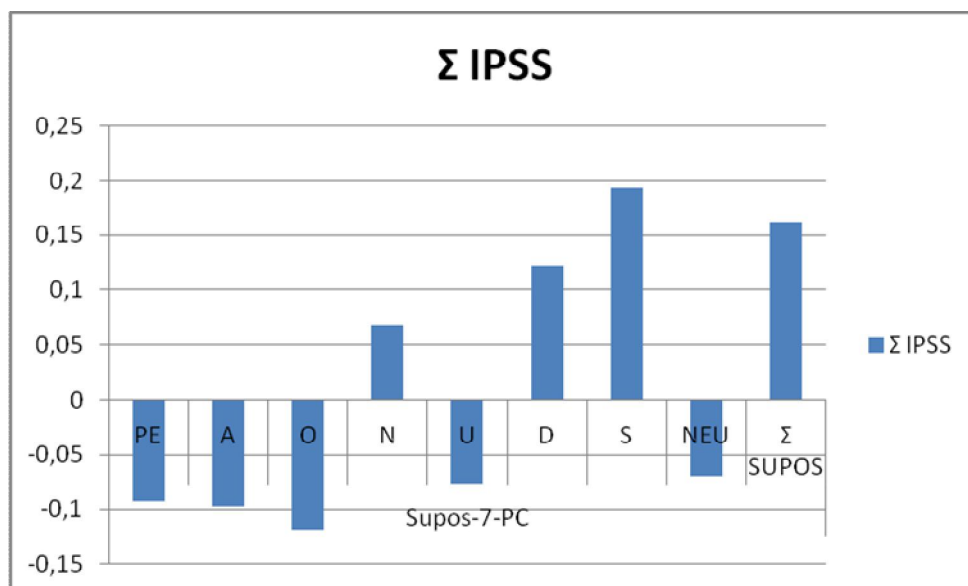
Z grafu je patrné, že u žádné dimenze dotazníku DOPEN nebyla zjištěna signifikantní korelace se Σ IPSS, neboť žádná z naměřených hodnot nedosáhla statistické významnosti $\alpha 0,05 = 0,2919$.

8.4.3. Koreláty Σ IPSS a dimenzí SUPOS-7-PC u 1. souboru

Tabulka č. 24 – Hodnoty korelací Σ IPSS a SUPOS-7-PC

		Σ IPSS
Supos-7-PC	PE	-0,092910448
	A	-0,097258916
	O	-0,118797078
	N	0,067922966
	U	-0,076621817
	D	0,122057379
	S	0,194084017
	NEU	-0,069578848
	Σ SUPOS	0,162490092

Graf č. 19: Korelace Σ IPSS a SUPOS-7-PC



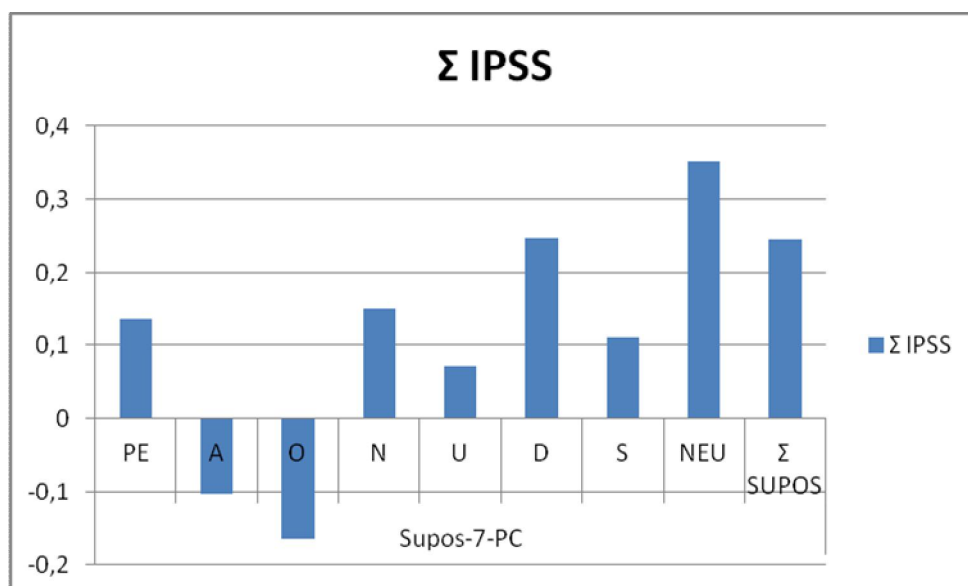
Z grafu je zřejmé, že u Σ IPSS a SUPOS-7-PC neexistuje statisticky významný vztah, neboť žádná z naměřených hodnot nedosáhla statistické významnosti $\alpha 0,05 = 0,2304$.

8.4.4. Koreláty Σ IPSS a dimenzí SUPOS-7-PC u 2. souboru

Tabulka č. 25 – Hodnoty korelací Σ IPSS a SUPOS-7-PC

		Σ IPSS
Supos-7-PC	PE	0,13557
	A	-0,1015
	O	-0,1633
	N	0,15114
	U	0,07204
	D	0,24625
	S	0,10949
	NEU	0,35227
	Σ SUPOS	0,24571

Graf č. 20: Korelace Σ IPSS a SUPOS-7-PC



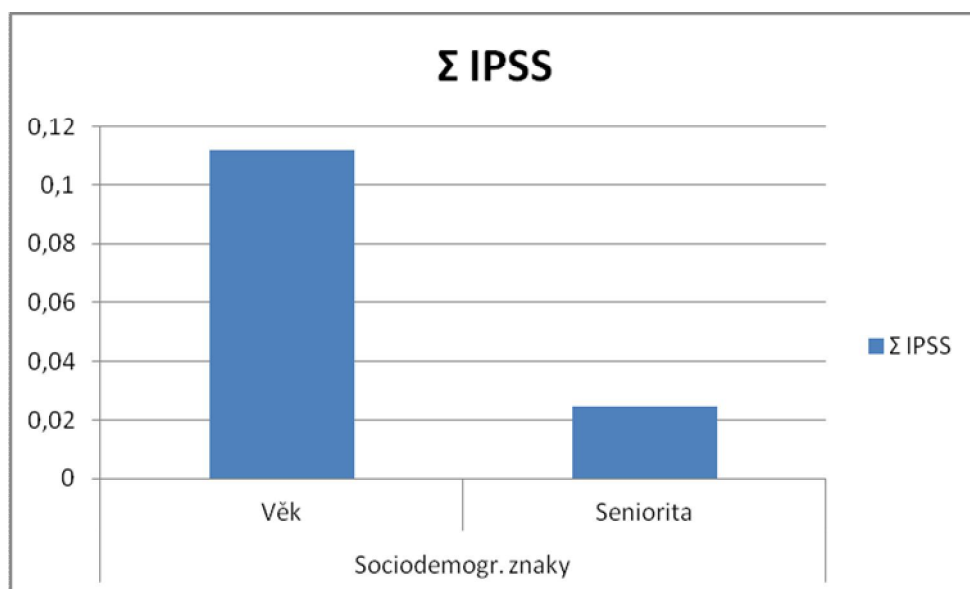
Z grafu je patrné, že existuje statisticky významný vztah mezi Σ IPSS a dimenzí NEU dotazníku SUPOS-7-PC, byla naměřena míra korelace $r = 0,35227$ (hodnota signifikance $\alpha_{0,05} = 0,2919$).

8.4.5. Koreláty Σ IPSS a sociodemografických znaků u 1. souboru

Tabulka č. 26 – Hodnoty korelací Σ IPSS a sociodemografických znaků

		Σ IPSS
Sociodemogr. znaky	Věk	0,111965
	Seniorita	0,024739

Graf č. 21: Korelace Σ IPSS a sociodemografických znaků



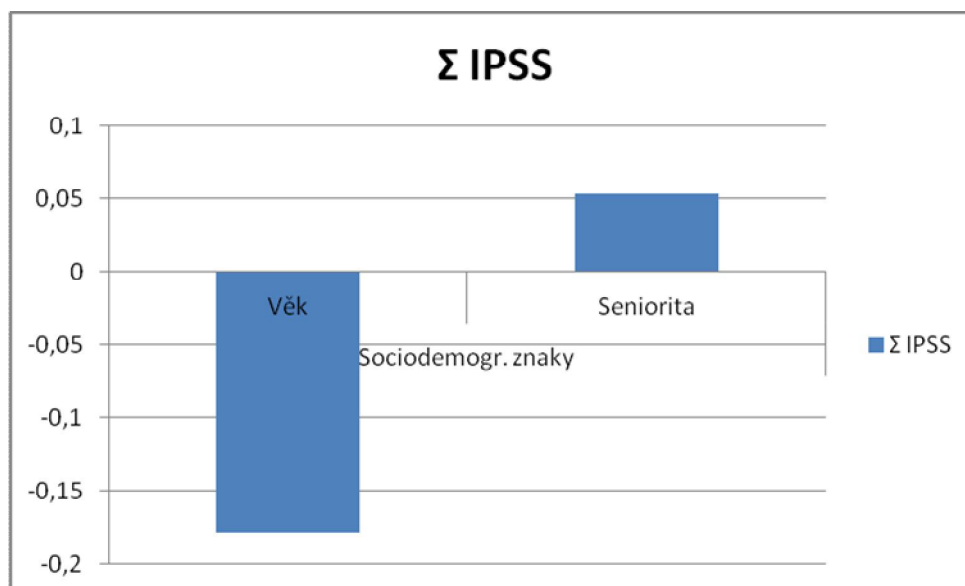
Z grafu je zřejmé, že u sociodemografických znaků a Σ IPSS neexistuje signifikantní korelace, neboť žádná z naměřených hodnot nedosáhla statistické významnosti $\alpha 0,05 = 0,2304$.

8.4.6. Koreláty Σ IPSS a sociodemografických znaků u 2. souboru

Tabulka č. 27 – Hodnoty korelací Σ IPSS a sociodemografických znaků

		Σ IPSS
Sociodemogr. znaky	Věk	-0,1778
	Seniorita	0,0534

Graf č. 22: Korelace Σ IPSS a sociodemografických znaků



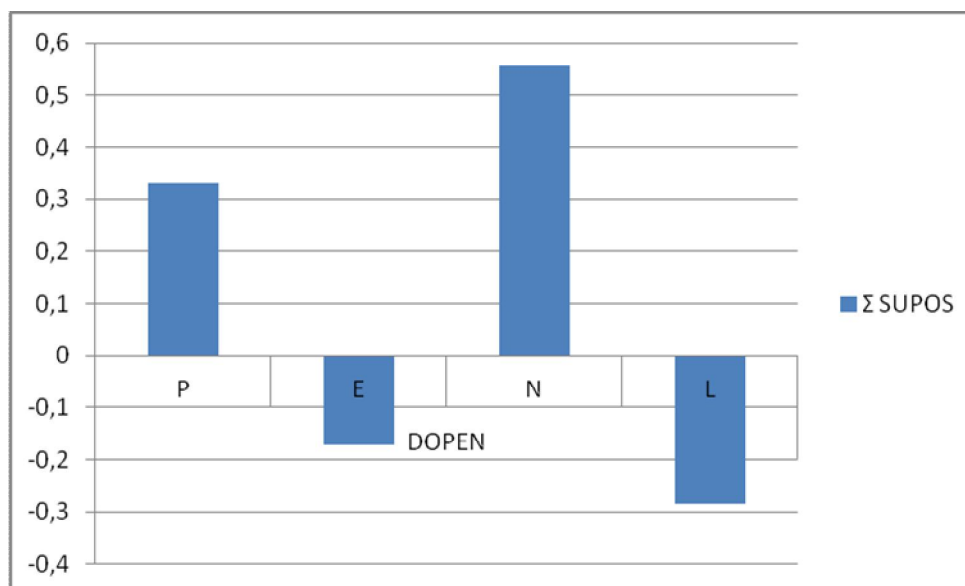
Z grafu je zřejmé, že u sociodemografických znaků 2. souboru a Σ IPSS neexistuje signifikantní korelace, neboť žádná z naměřených hodnot nedosáhla statistické významnosti $\alpha 0,05 = 0,2919$.

8.4.7. Koreláty Σ SUPOS-7-PC a dimenzí DOPEN u 1. souboru

Tabulka č. 28 – Hodnoty korelací Σ SUPOS-7-PC a dimenzí DOPEN

		Σ SUPOS
DOPEN	P	0,328954
	E	-0,1724
	N	0,55663
	L	-0,28407

Graf č. 23: Korelace Σ SUPOS a dimenzí DOPEN



U celkového psychického stavu (Σ SUPOS) a dimenzí DOPEN jsme zjistili existenci statisticky významného vztahu u psychoticismu(P), neuroticismu (N) a lži-skóre (L).

Mezi Σ SUPOS a dimenzí P dotazníku DOPEN existuje statisticky významný vztah, byla naměřena míra korelace $r = 0,328954$ (hodnota signifikance $\alpha 0,05 = 0,2304$).

Mezi Σ SUPOS a dimenzí N dotazníku DOPEN existuje statisticky významný vztah, byla naměřena míra korelace $r = 0,55663$ (hodnota signifikance $\alpha 0,05 = 0,2304$).

Mezi Σ SUPOS a dimenzí L dotazníku DOPEN existuje statisticky významný vztah, byla naměřena míra korelace $r = -0,28407$ (hodnota signifikance $\alpha 0,05 = 0,2304$).

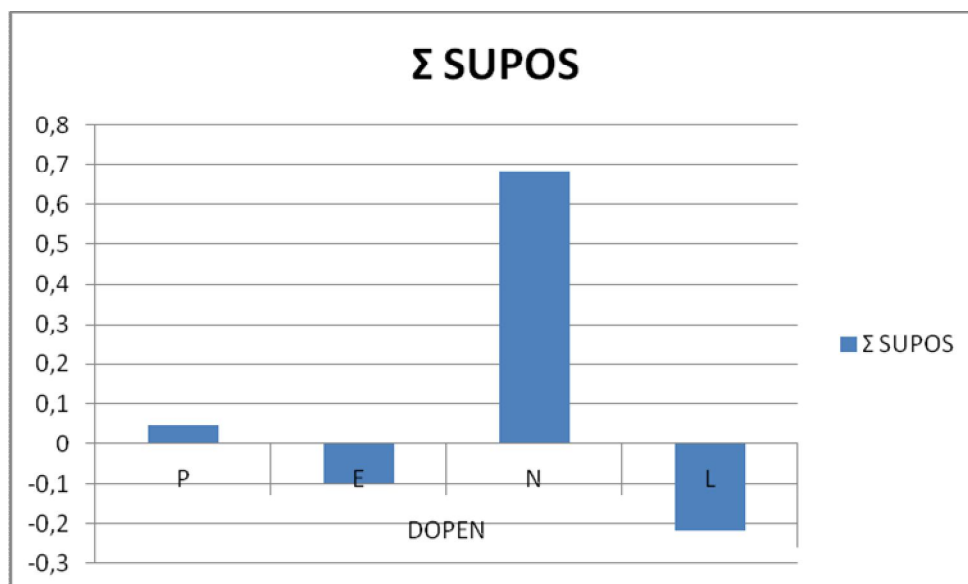
Z výše uvedených výsledků je patrné, že stoupající míra psychoticismu a neuroticismu souvisí se zhoršováním psychického stavu a se sníženou tendencí vidět se v lepším světle.

8.4.8. Koreláty Σ SUPOS-7-PC a dimenzí DOPEN u 2. souboru

Tabulka č. 29 – Hodnoty korelací Σ SUPOS-7-PC a dimenzí DOPEN

		Σ SUPOS
DOPEN	P	0,045918404
	E	- 0,098690078
	N	0,68319732
	L	- 0,218318168

Graf č. 24: Korelace Σ SUPOS a dimenzí DOPEN



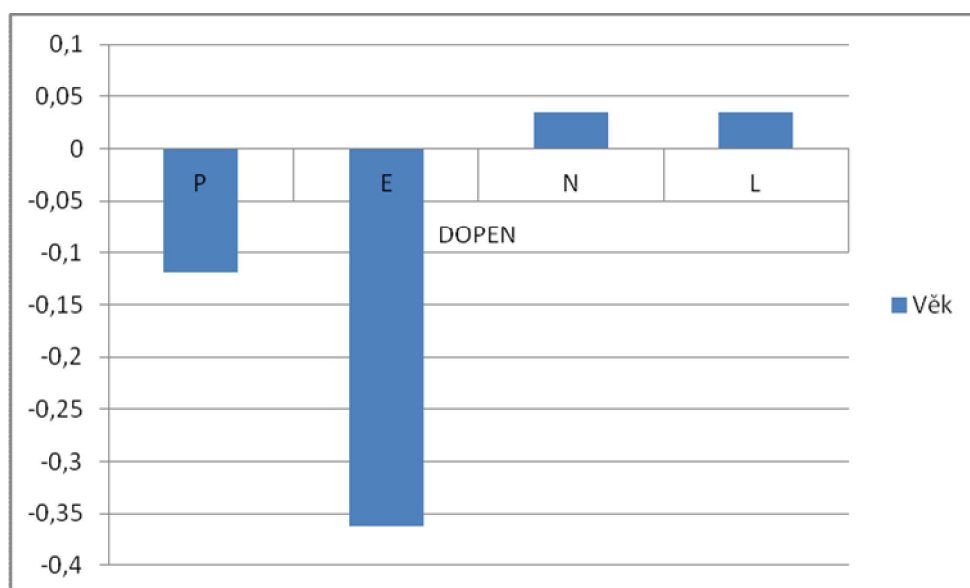
Z grafu je zřejmé, že mezi Σ SUPOS a dimenzí N dotazníku DOPEN existuje statisticky významný vztah, byla naměřena míra korelace $r = 0,68319732$ (hodnota signifikance $\alpha 0,05 = 0,2919$).

8.4.9. Koreláty dimenzí DOPEN a věku u 1. souboru

Tabulka č. 30: Hodnoty korelací dimenzí DOPEN a věku

		Věk
DOPEN	P	-0,11891
	E	-0,36255
	N	0,034605
	L	0,034605

Graf č. 25: Korelace dimenzí DOPEN a věku



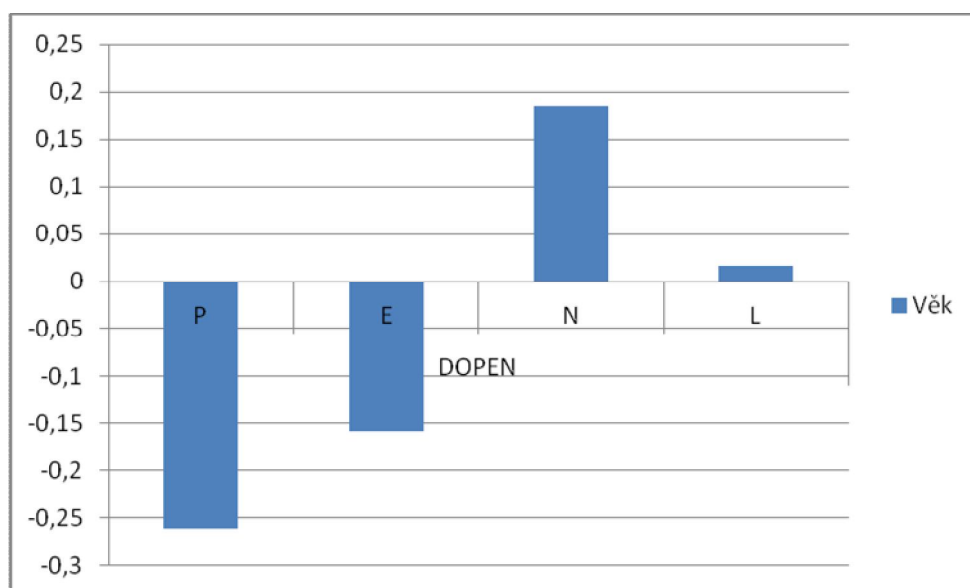
Z grafu je zřejmé, že mezi extroverzí a věkem byl zjištěn statisticky významný vztah, neboť byla naměřena míra korelace $r = -0,36255$ (hodnota signifikace $\alpha 0,05 = 0,2304$). Výsledkem je zjištění, že s rostoucím věkem se u zkoumaného souboru snižuje míra extroverze (uzavřenost vůči ostatním).

8.4.10. Koreláty dimenzí DOPEN a věku u 2. souboru

Tabulka č. 31 – Hodnoty korelací dimenzí DOPEN a věku

		Věk
DOPEN	P	-0,261
	E	-0,1587
	N	0,18543
	L	0,01647

Graf č. 26: Korelace dimenzí DOPEN a věku



Z grafu je zřejmé, že mezi žádnou z dimenzí dotazníku DOPEN a věkem neexistuje signifikantní korelace, neboť žádná z naměřených hodnot nedosáhla statistické významnosti $\alpha 0,05 = 0,2919$.

8.5. K rozdílům ve vybraných dimenzích u obou zkoumaných souborů

8.5.1. Signifikantnost rozdílů v neuroticismu (dotazník DOPEN)

Dvouvýběrový F-test pro rozptyl			
	N 1	N 2	
Stř. hodnota	4,3661972	4,840909	
Rozptyl	23,492555	19,57875	
Pozorování	71	44	
Rozdíl	70	43	
F	1,1999005		
P(F<=f) (1)	0,262715		
F krit (1)	1,5987768		

Protože $F < F_{\alpha}(v_1, v_2)$, přijímáme nulovou hypotézu o rovnosti rozptylů ZS.

Dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů		
	N 1	N 2
Stř. hodnota	3,38028169	4,840909
Rozptyl	3,239034205	19,57875
Pozorování	71	44
Společný rozptyl	9,456803168	
Hyp. rozdíl stř. hodnot	0	
Rozdíl	113	
t stat	-2,4755623	
P(T<=t) (1)	0,007393091	
t krit (1)	1,658450217	
P(T<=t) (2)	0,014786181	
t krit (2)	1,981180296	

Jelikož je absolutní hodnota t Stat > t krit (2) ,je mezi měřenými soubory signifikantní rozdíl.

Při pohledu na změřené hodnoty vidíme, že 1. zkoumaný soubor, ve kterém bylo mnohem vyšší zastoupení nejmladší kategorie vojáků (20 - 29 let), vykazoval nižší průměrnou hodnotu neuroticismu, což může být způsobeno přísnějšími přijímacími kritérii u mladších ročníků v rámci psychodiagnostického vyšetření.

8.5.2. Signifikantnost rozdílů v psychotocismu (dotazník DOPEN)

Dvouvýběrový F-test pro rozptyl		
	<i>P 1</i>	<i>P 2</i>
Stř. hodnota	1,9859155	1,613636
Rozptyl	6,6140845	1,730973
Pozorování	71	44
Rozdíl	70	43
F	3,8210223	
P(F<=f) (1)	3,866E-06	
F krit (1)	1,5987768	

Protože $F > F_{\alpha}(v_1, v_2)$, zamítáme nulovou hypotézu o rovnosti rozptylů ZS.

Dvouvýběrový t-test s nerovností rozptylů		
	<i>P 1</i>	<i>P 2</i>
Stř. hodnota	1,985915493	1,613636
Rozptyl	6,614084507	1,730973
Pozorování	71	44
Hyp. rozdíl stř. hodnot	0	
Rozdíl	110	
t stat	1,0227433	
P(T<=t) (1)	0,154336608	
t krit (1)	1,658824188	
P(T<=t) (2)	0,308673216	
t krit (2)	1,981765221	

Jelikož je absolutní hodnota t Stat < t krit (2) , není mezi měřenými soubory signifikantní rozdíl.

8.5.3. Signifikantnost rozdílů v extroverzi (dotazník DOPEN)

Dvouvýběrový F-test pro rozptyl		
	<i>E 1</i>	<i>E 2</i>
Stř. hodnota	16,028169	16,11364
Rozptyl	25,999195	23,31237
Pozorování	71	44
Rozdíl	70	43
F	1,1152533	
P(F<=f) (1)	0,3547228	
F krit (1)	1,5987768	

Protože $F < F_{\alpha}(v_1, v_2)$, přijímáme nulovou hypotézu o rovnosti rozptylů ZS.

Dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů		
	<i>E 1</i>	<i>E 2</i>
Stř. hodnota	16,02816901	16,11364
Rozptyl	25,99919517	23,31237
Pozorování	71	44
Společný rozptyl	24,97677416	
Hyp. rozdíl stř. hodnot	0	
Rozdíl	113	
t stat	-0,08913303	
P(T<=t) (1)	0,464566987	
t krit (1)	1,658450217	
P(T<=t) (2)	0,929133974	
t krit (2)	1,981180296	

Jelikož je absolutní hodnota t Stat < t krit (2) , není mezi měřenými soubory signifikantní rozdíl.

8.5.4. Signifikantnost rozdílů v lži-skóre (dotazník DOPEN)

Dvouvýběrový F-test pro rozptyl		
	L 1	L 2
Stř. hodnota	7,5915493	7,068182
Rozptyl	13,273642	11,46036
Pozorování	71	44
Rozdíl	70	43
F	1,1582221	
P(F<=f) (1)	0,3055772	
F krit (1)	1,5987768	

Protože $F < F_{\alpha}(v_1, v_2)$, přijímáme nulovou hypotézu o rovnosti rozptylů ZS.

Dvouvýběrový t-test s rovností rozptylů		
	L 1	L 2
Stř. hodnota	7,591549296	7,068182
Rozptyl	13,27364185	11,46036
Pozorování	71	44
Společný rozptyl	12,58363172	
Hyp. rozdíl stř. hodnot	0	
Rozdíl	113	
t stat	0,768971642	
P(T<=t) (1)	0,22175721	
t krit (1)	1,658450217	
P(T<=t) (2)	0,44351442	
t krit (2)	1,981180296	

Jelikož je absolutní hodnota t Stat < t krit (2) , není mezi měřenými soubory signifikantní rozdíl.

8.5.5. Signifikantnost rozdílů v Σ SUPOS (dotazník SUPOS-7-PC)

Dvouvýběrový F-test pro rozptyl		
	Σ SUPOS 1	Σ SUPOS 2
Stř. hodnota	23,774648	24,29545
Rozptyl	80,634205	85,51533
Pozorování	71	44
Rozdíl	70	43
F	0,9429211	
P(F<=f) (1)	0,406761	
F krit (1)	0,6436155	

Protože $F > F_{\alpha}(v_1, v_2)$, zamítáme nulovou hypotézu o rovnosti rozptylů ZS.

Dvouvýběrový t-test s nerovností rozptylů		
	Σ SUPOS 1	Σ SUPOS 2
Stř. hodnota	23,77464789	24,29545
Rozptyl	80,63420523	85,51533
Pozorování	71	44
Hyp. rozdíl stř. hodnot	0	
Rozdíl	89	
t stat	-0,29679456	
P(T<=t) (1)	0,383657451	
t krit (1)	1,662155326	
P(T<=t) (2)	0,767314901	
t krit (2)	1,986978657	

Jelikož je absolutní hodnota t Stat < t krit (2) ,není mezi měřenými soubory signifikantní rozdíl.

8.5.6. Signifikantnost rozdílů v Σ IPSS (dotazník IPSS)

Dvouvýběrový F-test pro rozptyl		
	Σ IPSS	Σ IPSS
Stř. hodnota	107,22535	96,38636
Rozptyl	688,80563	865,2659
Pozorování	71	44
Rozdíl	70	43
F	0,7960624	
P(F<=f) (1)	0,195672	
F krit (1)	0,6436155	

Protože $F > F_{\alpha}(v_1, v_2)$, zamítáme nulovou hypotézu o rovnosti rozptylů ZS.

Dvouvýběrový t-test s nerovností rozptylů		
	Σ IPSS 1	Σ IPSS 2
Stř. hodnota	107,2253521	96,38636
Rozptyl	688,8056338	865,2659
Pozorování	71	44
Hyp. rozdíl stř. hodnot	0	
Rozdíl	83	
t stat	2,000146314	
P(T<=t) (1)	0,024377214	
t krit (1)	1,663420175	
P(T<=t) (2)	0,048754428	
t krit (2)	1,988959743	

Jelikož je absolutní hodnota t Stat > t krit (2) ,je mezi měřenými soubory signifikantní rozdíl.

Při pohledu na změřené hodnoty vidíme, že 1. zkoumaný soubor vykazoval vyšší průměrnou hodnotu celkové míry vnímaného stresu. Tato skutečnost mohla být ovlivněna tím, že dotazníky byly u 1. souboru administrovány v době vrcholných příprav na cvičení základny s účastí zahraničních armád. S tímto faktem také souvisel zákaz udělování dovolených a vysoké množství kontrol ze strany nadřízených stupňů, které mohly rovněž přispět ke zvýšenému napětí vojáků.

9. K platnosti hypotéz

H1: Existuje statisticky významný vztah mezi naměřenými hodnotami dimenzí dotazníku DOPEN a celkovou sumou stresu zjištěnou IPSS u obou zkoumaných souborů (hypotéza platí pro každý soubor zvlášť).

Tuto hypotézu zamítáme, neboť žádná z naměřených hodnot nedosáhla statistické významnosti (viz str. 90, 91).

H2: Existuje statisticky významný vztah mezi naměřenými hodnotami dimenzí dotazníku SUPOS-7-PC a celkovou sumou stresu zjištěnou IPSS u obou zkoumaných souborů (hypotéza platí pro každý soubor zvlášť).

U druhého souboru byl zjištěn statisticky významný vztah mezi Σ IPSS a dimenzí NEU dotazníku SUPOS-7-PC (viz str. 93).

Hypotézu H2 přijímáme pro 2. soubor.

H3: Existuje statisticky významný vztah mezi senioritou vojáků a celkovou sumou stresu naměřenou dotazníkem IPSS u obou zkoumaných souborů (hypotéza platí pro každý soubor zvlášť).

Tuto hypotézu zamítáme, neboť žádná z naměřených hodnot nedosáhla statistické významnosti (viz str. 94, 95).

H4: Existuje statisticky významný vztah mezi věkem vojáků a celkovou sumou stresu naměřenou dotazníkem IPSS u obou zkoumaných souborů (hypotéza platí pro každý soubor zvlášť).

Tuto hypotézu zamítáme, neboť žádná z naměřených hodnot nedosáhla statistické významnosti (viz str. 94, 95).

H5: Existuje statisticky významný vztah mezi celkovým psychickým stavem (Σ SUPOS) a mírou neuroticismu (dimenze N) naměřenou dotazníkem DOPEN u obou zkoumaných souborů (hypotéza platí pro každý soubor zvlášť).

U obou souborů byl mezi Σ SUPOS a dimenzí N dotazníku DOPEN prokázán statisticky významný vztah (viz str. 96, 97). Se stoupající mírou neuroticismu se zhoršuje psychický stav.

Hypotézu H5 přijímáme pro 1. i 2. soubor.

H6: Existuje statisticky významný vztah mezi celkovým psychickým stavem (Σ SUPOS) a mírou psychotocismu (dimenze P) naměřenou dotazníkem DOPEN u obou zkoumaných souborů.

U prvního souboru byl mezi Σ SUPOS a dimenzí P dotazníku DOPEN potvrzen statisticky významný vztah (viz str. 96). U druhého souboru se takový vztah neprokázal. Se stoupající mírou psychotocismu se zhoršuje psychický stav.

Hypotézu H6 přijímáme pro 1. soubor.

H7: Existuje statisticky významný vztah mezi věkem zkoumaného souboru a mírou extroverze (dimenze E) naměřenou dotazníkem DOPEN u obou zkoumaných souborů.

U prvního souboru byl mezi věkem a mírou extroverze potvrzen statisticky významný vztah (viz str. 98). Výsledkem je zjištění, že s rostoucím věkem se u zkoumaného souboru snižuje míra extroverze. U druhého souboru nebyl statisticky významný vztah prokázán.

Hypotézu H7 přijímáme pro 1. soubor.

H8: Existuje statisticky významný vztah mezi věkem zkoumaného souboru a mírou psychotocismu (dimenze P) naměřenou dotazníkem DOPEN u obou zkoumaných souborů.

Tuto hypotézu zamítáme, neboť žádná z naměřených hodnot nedosáhla statistické významnosti (viz str. 98, 99).

H9: Existuje statisticky významný rozdíl v hodnotě dimenze N (neuroticismus) dotazníku DOPEN mezi prvním a druhým souborem.

U zkoumaných souborů byl prokázán statisticky významný rozdíl v hodnotě dimenze N (neuroticismus) dotazníku DOPEN (viz str. 100).

Hypotézu H9 přijímáme.

H10: Existuje statisticky významný rozdíl v hodnotě dimenze P (psychoticismus) dotazníku DOPEN mezi prvním a druhým souborem.

Tuto hypotézu zamítáme, neboť žádná z naměřených hodnot nedosáhla statistické významnosti (viz str. 101).

H11: Existuje statisticky významný rozdíl v hodnotě dimenze E (exroverze) dotazníku DOPEN mezi prvním a druhým souborem.

Tuto hypotézu zamítáme, neboť žádná z naměřených hodnot nedosáhla statistické významnosti (viz str. 102).

H12: Existuje statisticky významný rozdíl v hodnotě dimenze L (lži - skóre) dotazníku DOPEN mezi prvním a druhým souborem.

Tuto hypotézu zamítáme, neboť žádná z naměřených hodnot nedosáhla statistické významnosti (viz str. 103).

H13: Existuje statisticky významný rozdíl v Σ SUPOS mezi prvním a druhým souborem.

Tuto hypotézu zamítáme, neboť v Σ SUPOS zkoumaných souborů nebyl zjištěn statisticky významný rozdíl (viz str. 104).

H14: Existuje statisticky významný rozdíl v Σ IPSS mezi prvním a druhým souborem.

U zkoumaných souborů byl prokázán statisticky významný rozdíl v Σ IPSS (viz str. 105).

Hypotézu H14 přijímáme.

10. Diskuze

Vojenská profese je poměrně náročná nejen po stránce fyzické, ale klade také zvýšené nároky na psychiku. Vojáci zařazení do strážních jednotek musí čelit množství specifické stresové zátěže vyplývající z povahy jejich služebních povinností.

Při hledání dostupných literárních zdrojů jsme dospěli ke zjištění, že výkon strážní služby u vojáků je velmi málo zmapován a více se jím zabývala pouze Dziaková (2009). Relevantní srovnání výzkumných výsledků s jinými studiemi není možné, neboť většina výzkumů z oblasti vojenského stresu se týká působení v zahraničních misích nebo celkové spokojenosti apod.

K výzkumu jsme použili dotazníky IPSS, DOPEN a SUPOS-7-PC. V první části výzkumu jsme prezentovali výsledná data z výše uvedených dotazníků a jejich srovnání s normami pro běžnou populaci. Vyhodnocením dotazníku IPSS byl zjištěn věk, pohlaví, zastávaná funkce, seniorita (odsloužená doba u AČR), výše vzdělání a závažnost zdrojů stresu spojených s výkonem služby vojáků. Odpovědi se pohybovaly převážně v oblasti průměru (střední míra stresu). Nejvíce zatěžujícími položkami v dotazníku IPSS byla vojáky z 1. souboru označena tvrzení spojená s nedostatečnými existenčními a sociálními jistotami (47,89%), neodpovídajícím služebním příjmem (32,39%) a nadměrnou administrativou (26,76%). Příčinou zvýšeného výskytu těchto odpovědí jsou pravděpodobně velmi časté reorganizace vojenských útvarů spojené s propouštěním, zvyšování fyzických i kompetenčních nároků na vojenský personál, stagnace či snižování platů, omezování zaměstnaneckých benefitů, dlouhodobá absence kariérního řádu, nedokonalá personální politika a zvýšená snaha o šetření na základních součástkách a výdajích vojska. Současně s těmito negativy navíc neustále dochází k navyšování administrativy. Tyto kroky bohužel působí dlouhodobě negativním způsobem na morálku vojáků a jejich entuziasmus. U 2. sledovaného souboru byly jako nejvíce zatěžující rovněž tvrzení spojená se sociálními a existenčními jistotami (5,38%), dále s nejasnou kariérní perspektivou (5,78%) a neobjektivním posuzováním jejich výkonu (4,69%). Šetření u prvního souboru probíhalo v období zvýšeného množství stresové zátěže v důsledku příprav účasti na plánovaném cvičení se zahraničními účastníky. Současně došlo k zákazu udílení řádné dovolené a vojáci čelili zvýšenému množství kontrolní činnosti ze strany nadřízených. Šetření u druhého souboru

probíhalo v době rušení základny spojeného s propouštěním. Tyto faktory mohly u obou souborů ovlivnit výsledky šetření.

Nejméně zatěžujícími faktory u 1. souboru byly označeny položky týkající se konfliktů se spolupracovníky (67,61%), nedostatku času na rozhodnutí (57,75%) a pocitu ohrožení zdraví a života (56,34%). Tyto výsledky můžeme interpretovat dobrou kohezí a sevcíčeností jednotek, zvýšenou odolností vojáků a přivyknutím na určité zátěžové situace. U 2. souboru byly jako nejméně zatěžující faktory opět označeny zčásti stejné položky (pocit ohrožení zdraví či života (20,29%)) a zčásti zcela jiné (přidělení nepříjemných povinností (21,89%), nadměrné trávení času na výcviku (20,28%)). Rozdíly mohou být způsobeny např. přístupem velitelů či menším zastoupením svobodných vojáků oproti 1. souboru, což ale nebylo předmětem výzkumu.

Z hlediska osobnostního profilu získaného pomocí dotazníku DOPEN bylo potvrzeno, že oba zkoumané soubory mají oproti běžné populaci mírně zvýšenou míru extroverze (což by bylo možné vysvětlit vyšší sociabilitou zájemců o službu ve vojenském kolektivu) a u některých věkových skupin lži - skóre a naopak sníženou míru psychoticismu a neuroticismu (patrně důsledek snahy psychodiagnostických oddělení o výběr zájemců o službu u AČR s nižším podílem těchto charakteristik). Teorie zabývající se odolností a zvládáním stresu ukazují na možnou vyšší odolnost extrovertů vůči stresu. V našem výzkumu ale nebyla mezi extroverzí a celkovou mírou stresu žádná signifikantní korelace prokázána.

Dotazník SUPOS-7-PC potvrdil, že oba zkoumané soubory v oblasti psychického stavu nevybočují z norem pro běžnou populaci. U mužů 1. souboru byly mírně nad normou položky A (aktivnost, činorodost) a N (psychický nepokoj, rozlada), naopak mírně pod normou položky PE (psychická pohoda), O (impulzivita, odreagování se), U (úzkostné očekávání), D (psychická deprese, pocity vyčerpání), S (sklíčenost). U žen 1. souboru byly mírně nad normou položky A, O, U a mírně pod normou položky PE, N, D, S. U mužů 2. souboru byly mírně nad normou položky A, O, N, U, D a mírně pod normou položky PE, S. U obou souborů (včetně žen 1. souboru) byla nad průměrem aktivnost, činorodost a pod průměrem psychická pohoda. Většímu zastoupení aktivnosti a činorodosti odpovídají nízké hodnoty sklíčenosti. Vzhledem k pouze mírné odchylce obou veličin od průměru v rámci norem není možné činit z těchto výsledků rozsáhlé závěry. Dotazník SUPOS dále potvrzuje naměřenou vyšší mírou aktivnosti a činorodosti nejvýraznější zjištěný rys obou souborů - extroverzi.

Na základě zjištění závislosti mezi celkovou mírou stresu a NEU dotazníku SUPOS-7-PC u 2. souboru je možné hovořit o vyšším výskytu tzv. subjektivních potíží způsobených následkem prožívání stresu.

Na základě zjištěné závislosti mezi celkovým psychickým stavem a mírou neuroticismu a psychoticismu je zřejmé, že vojáci s depresivním či úzkostným způsobem prožívání mají ve srovnání s ostatními horší celkový psychický stav.

Závislost celkové míry stresu na sociodemografických proměnných (seniorita a věk) nebyla prokázána, což může být způsobeno celkově vyšší odolností vojáků a jejich věkovým rozpětím (nebyly přítomny ani příliš mladé ani příliš staré osoby, které by mohly mít sníženou odolnost vůči stresu). U extroverze (dotazník DOPEN) byla u 2. souboru prokázána závislost na věku (s věkem se míra extroverze snižuje). U psychoticismu (dotazník DOPEN) nebyl takový vztah prokázán.

Dále bylo provedeno srovnání rozdílů mezi zkoumanými soubory u všech čtyř dimenzí (N, P, E, L) dotazníku DOPEN, u celkového psychického stavu (Σ SUPOS) a u celkového vnímaného stresu Σ IPSS. Statisticky významný rozdíl mezi soubory byl prokázán pouze u dimenze N (neuroticismus) a Σ IPSS. Výsledek u dimenze N, která vykazala u 1. souboru celkově nižší hodnotu, má zřejmě příčinu ve vyšším procentuálním zastoupení nejmladší věkové kategorie vojáků (20 – 25 let) v 1. zkoumaném souboru. Mladší kategorie vojáků totiž musela u přijímacího řízení do služebního poměru splnit mnohem přísnější normy, než starší vojáci přijímaní na počátku devadesátých let před vstupem ČR do NATO. Výsledek u Σ IPSS byl s největší pravděpodobností ovlivněn aktuální situací, neboť administrace dotazníků u 1. souboru probíhala v období zvýšených kontrol, zákazu dovolených a intenzivních příprav na cvičení se zahraniční účastí. Pokud by byla míra stresu vyšší u 2. souboru, bylo by ji možno vysvětlit napjatou atmosférou v očekávání propouštění. Ohlášená reorganizace patrně u 2. souboru nezpůsobila nijak výrazný nárůst celkového vnímaného stresu.

Náš výzkum je možné považovat za reprezentativní, neboť zkoumané soubory byly v době výzkumu jediné strážní jednotky zabezpečující ostrahu vojenských leteckých základen. K výzkumu se podařilo získat 92,74% všech příslušníků těchto jednotek a výsledky je tedy možné zobecnit.

Zjištěné výsledky nám mimo jiné ukazují, že během zdravotního vyšetření zájemců o službu u armády je eliminována možnost vstupu uchazečů s osobnostní patologií a že jsou preferováni jedinci s vyšší odolností vůči zátěži.

Výše uvedená zjištění dokazují význam stresu na práci strážních jednotek, důležitost psychodiagnostického vyšetření rekrutů a dopady zeštíhlování početních stavů AČR na množství prožívaného stresu vojáků.

Naše práce se věnovala problematice stresu, který je velmi důležitý pro naše přežití, ale také velmi škodlivý, pokud je dlouhé jeho trvání nebo nadměrná jeho intenzita. Záměrem práce bylo odhalit vzájemné souvislosti prožívaného stresu, sociodemografických dat, osobnostní struktury a psychického stavu u vybraných vojenských jednotek.

Tato práce vytváří přehled stresových faktorů výkonu služby příslušníků strážních jednotek leteckých základen AČR působících negativně nejen na výkon služby, ale také na fyzické a psychické zdraví vojáků.

Výsledky naší práce nelze kvůli speciálnímu určení a zaměření zkoumaných jednotek i prostředí, ve kterém působily, zobecnit pro celou AČR. Zjištění mohou přinést užitek nejen řadovým vojákům, ale především velitelům rot, čet a družstev, kteří řídí činnost strážních jednotek. Vyšším velitelům by zjištění naší práce mohla usnadnit rozhodování v plánování psychologické přípravy strážních jednotek, při vytváření plánů činnosti a přispět k citlivějšímu přístupu k podřízeným v dobách hromadných propouštění. Výsledky této práce mohou být využity rovněž v oblasti psychologické péče o vojáky. Práce bude nabídnuta velitelům strážních jednotek.

Při dalším výzkumu by bylo z důvodu zpřesnění výsledků vhodné porovnat míru neuroticismu a psychoticismu jednotlivých věkových kategorií vojáků z důvodu potvrzení či vyvrácení nižší míry osobnostních patologií v kategorii 20 - 29 let. Dále se nabízí možnost soustředit se na strategie zvládnání stresu u vojáků či na srovnání aktuálního psychického stavu před službou a po výkonu služby.

11. Závěr

Cílem naší práce bylo u zkoumaných souborů:

- vytvoření profilů zkoumaných souborů osob dle z pohledu věku, seniority a vzdělání,
- vytvoření profilů zkoumaných souborů osob z pohledu psychoticismu, extroverze-introverze a neuroticismu a jejich srovnání s běžnou populací,
- vytvoření profilů celkového psychického stavu zkoumaných souborů a jejich srovnání s běžnou populací,
- zjištění míry prožívání stresu u zkoumaných souborů a rozdělení zátěžových faktorů spojených s výkonem služby vojáků obou souborů dle intenzity působení,
- zjištění vlivu osobnostních charakteristik dotazníku DOPEN na celkovou míru prožívaného stresu (Σ IPSS),
- zjištění vlivu hodnot dimenzí SUPOS na celkovou míru prožívaného stresu (Σ IPSS),
- zjištění vlivu sociodemografických proměnných (věk, seniorita) na celkovou míru prožívaného stresu (Σ IPSS),
- zjištění vlivu dimenzí dotazníku DOPEN na celkový psychický stav Σ SUPOS.
- zjištění vlivu věku na dimenze dotazníku DOPEN,

Dále nás zajímalo srovnání obou souborů, zjišťovali jsme, zda je statisticky významný rozdíl v hodnotě dimenze N, P, E, L dotazníku DOPEN, v celkovém psychickém stavu a celkové míře vnímaného stresu mezi oběma soubory.

Na základě výsledků jsme dospěli k těmto závěrům:

- Aspekty vyplývající z kontextu služby působí vojákům obou souborů vyšší stresovou zátěž než činnostmi přímo spojené s obsahem jejich práce.
- V rámci činnosti vojáka - strážného byly u 1. souboru zjištěny tyto stresory jako nejsilnější: nedostatečné sociální a existenční jistoty povolání (47,89%), neodpovídající služební příjem (32,39%), nadměrná administrativa vojáků (26,76%). U 2. souboru to byly: nejasná perspektiva profesního růstu a služebního zařazení (5,78%), nedostatečné sociální a existenční jistoty povolání (5,38%), neobjektivní posuzování vykonané práce (4,69%).

- Zjištěné profily souborů dle dotazníku DOPEN potvrdily, že vojáci se sice nacházejí v pásmu norem pro běžnou populaci, ale vykazují lepší než průměrné výsledky díky zvýšené míře extroverze a snížené hladině neuroticismu a psychoticismu. Jak jsme již uvedli, velký vliv na tuto skutečnost má pravděpodobně vyřazení zájemců o službu, kteří vykazují jiné osobnostní charakteristiky, již ve fázi zdravotního vyšetření. Tento fakt přispívá k jejich lepšímu psychickému stavu a tím také k lepším služebním výsledkům.
- Výsledky zjištěných psychických pocitů a stavů naměřených pomocí dotazníku SUPOS-7-PC opět potvrdily výsledky nevybočující z pásma norem pro běžnou populaci. U všech kategorií zkoumaných souborů byly zjištěny nadprůměrné hodnoty komponenty A (aktivnost, činorodost) a snížené hodnoty PE (psychická pohoda) a S (sklíčenost).
- U Σ IPSS (celkové míry vnímaného stresu) a dimenzemi dotazníku DOPEN nebyla prokázána statisticky významná závislost
- U 2. zkoumaného souboru byl zjištěn statisticky významný vztah mezi celkovou mírou vnímaného stresu (Σ IPSS) a mírou subjektivních potíží způsobených následkem prožívání stresu (dimenze NEU dotazníku SUPOS-7-PC), což znamená, že se zvyšující se percepcí stresové zátěže se zvyšuje výskyt nechutenství, žaludečních potíží, bolestí hlavy, nutkání na WC, potivosti a spánkových poruch.
- U Σ IPSS (celkové míry vnímaného stresu) a sociodemografických údajů (věk, seniorita) nebyla prokázána statisticky významná závislost.
- U obou souborů byla zjištěna pozitivní závislost mezi celkovým psychickým stavem (Σ SUPOS) a neuroticismem (N). Na základě tohoto zjištění konstatujeme vyšší míru prožívaného stresu u starostlivých, náladových, úzkostných a depresivních vojáků.
- U 1. souboru byla potvrzena pozitivní závislost mezi celkovou mírou stresu (Σ SUPOS) a psychoticismem (P). Na základě této závislosti je možné konstatovat vyšší míru prožívaného stresu u samotářských, agresivních a výstředních vojáků.
- U 1. souboru byla potvrzena pozitivní závislost mezi věkem a extroverzí (E). Z tohoto zjištění lze vyvodit, že se stoupajícím věkem se u vojáků vytrácí

společenskost a sociabilita, ale také klesá impulzivita a bezprostřednost a vytrácí se optimismus a lehkomyšlnost.

- Vliv věku na psychoticismus (P) a neuroticismus (N) dotazníku DOPEN nebyl prokázán.
- U neuroticismu (N) byl prokázán statisticky významný rozdíl mezi oběma soubory. Tento výsledek v důsledku znatelně nižšího N u 1. souboru byl patrně způsoben větším zastoupením osob v kategorii 20 – 29 let u 1. souboru, neboť na mladší uchazeče byla uplatněna přísnější kritéria psychodiagnostického vyšetření než tomu např. před dvaceti lety u starších vojáků.
- U psychoticismu (P) nebyl prokázán statisticky významný rozdíl mezi oběma soubory, což je možné vysvětlit stejně nízkou mírou zastoupení psychoticismu u osob v obou souborech díky pečlivému výběru osob v rámci přijímacího řízení.
- U extroverze (E) nebyl prokázán statisticky významný rozdíl mezi oběma soubory, což je možné vysvětlit podobně vysokou mírou zastoupení žádoucí extroverze u osob v obou souborech. Pro práci v kolektivu je extroverze vhodná a přínosná charakteristika.
- U lži – skóre (L) nebyl prokázán statisticky významný rozdíl mezi oběma soubory. Výsledkem je podobně zvýšená tendence vojáků obou souborů stavět se v lepším světle. Tato skutečnost může mít základ v míře soutěživosti a ctižádosti, která bývá ze zkušenosti autora u vojáků dosti vysoká.
- U celkového psychického stavu (Σ SUPOS) nebyl prokázán statisticky významný rozdíl mezi oběma soubory, což je možné vysvětlit poměrně vysokou odolností a psychickou stabilitou zkoumaných vojáků.
- U Σ IPSS byl prokázán statisticky významný rozdíl mezi oběma soubory. Zjištěný výsledek lze vysvětlit tak, že 1. zkoumaný soubor se účastnil výzkumu právě v době, kdy probíhaly přípravy na rozsáhlé vojenské cvičení a velitelé na vojáky kladli zvýšené požadavky. Navíc současně probíhala kontrolní činnost nadřízených.

12. Souhrn

Cílem této práce bylo uvedení do problematiky stresu u příslušníků dvou vojenských jednotek zabezpečujících ostrahu vojenských leteckých základen.

V úvodu práce jsme se krátce seznámili s kontextem a obtížemi vojenské služby a zmínili specifičnost strážních jednotek. Práce byla rozdělena na teoretickou a výzkumnou část.

Teoretická část nás seznámila se strukturou a určením ozbrojených sil, s úkoly Ministerstva obrany a Armády České republiky. Dále byla nastíněna struktura armády a úkol Vzdušných sil AČR, do nichž patří zkoumané jednotky.

Z důvodu bližšího osvětlení vojenského života jsme vysvětlili podmínky přijetí do AČR a některá zákonná omezení a povinnosti spojené s výkonem služby vojáka. Zasadili jsme do kontextu Vzdušných sil zkoumané jednotky a zmínili se rovněž o činnosti, možnostech a přínosu psychologů působících ve službách AČR.

Dále jsme byli obeznámeni s otázkami teoretických pojetí osobnosti, s důsledky osobnostních charakteristik na způsob prožívání stresu, s vlivem dispozičních a situačních faktorů, moderátorů, mediátorů a lidské zranitelnosti na zvládání zátěže.

V další kapitole věnované zátěži a stresu jsme se zabývali vymezení těchto dvou termínů z pohledu několika autorů a uvedli jsme nejvlivnější teorie stresu. Uvedli jsme možné způsoby dělení stresu dle doby, místa, intenzity a následků a popsali jsme fyziologické projevy a následky působení stresu.

Následně jsme zmínili odolnost k zátěži a schopnosti, které ji zvyšují. V souvislosti s naším výzkumem jsme uvedli krátký seznam výzkumů z poslední doby, které byly věnovány podobné problematice a seznam aktuálních metod užívaných k měření stresu.

Závěr teoretické části jsme věnovali popisu předpokladů nezbytných k práci vojáka, zátěži, které jsou vojáci vystaveni a zasazení jejich služby do společenského kontextu.

Na teoretickou část jsme navázali částí výzkumnou. Nejdříve jsme se seznámili s cíli našeho výzkumu a nastínili výzkumné hypotézy. Poté jsme byli seznámeni s testovými metodami, které byly použity k výzkumu (IPSS, DOPEN, SUPOS-7-PC). Následně byly představeny dva soubory osob, které se účastnily výzkumu a byla popsána jejich struktura z pohledu věku, seniority a vzdělání. Byl popsán průběh získávání dat a použité dotazníky, jejich zaměření, položky, způsob vyplňování a

vyhodnocení. Dále jsme uvedli výčet statistických metod a prostředků, které byly využity k analýze zjištěných dat (Pearsonův korelační koeficient, dvouvýběrový F-test pro rozptyl, dvouvýběrový t-test s rovností a nerovností rozptylů, software firmy Microsoft).

Ve výsledkové části jsme nejdříve vytvořili profily obou zkoumaných souborů pomocí dotazníků IPSS, DOPEN a SUPOS-7-PC. Pomocí dotazníku IPSS jsme vytvořili profily souborů z pohledu věku, seniority a vzdělání. Byla zjištěna míra prožívaného stresu a zátěžové faktory výkonu služby u obou souborů byly rozděleny dle závažnosti jejich působení. U 1. souboru zjištěny jako nejsilnější tyto stresory: nedostatečné sociální a existenční jistoty povolání (47,89%), neodpovídající služební příjem (32,39%), nadměrná administrativa vojáků (26,76%). U 2. souboru byly zjištěny odlišné výsledky: nejasná perspektiva profesního růstu a služebního zařazení (5,78%), nedostatečné sociální a existenční jistoty povolání (5,38%), neobjektivní posuzování vykonané práce (4,69%).

Pomocí dotazníku DOPEN byly vytvořeny profily souborů z pohledu psychoticismu, extroverze-introverze a neuroticismu. Výsledky nevybočily z norem pro běžnou populaci, ale vojáci dosáhli nadprůměrných výsledků díky vyšším hodnotám extroverze a nižším hodnotám neuroticismu a psychoticismu. Tento výsledek jsme interpretovali jako kladný a přispívající k lepším výkonům ve služební činnosti. Pravděpodobně je výsledkem činnosti psychodiagnostických oddělení působících při výběru zájemců o vstup do AČR, která se snaží eliminovat příjemců vykazujících osobnostní patologie.

S využitím dotazníku SUPOS-7-PC jsme vytvořili profily celkového psychického stavu obou souborů a výsledky opět srovnali s normami pro běžnou populaci. Vojáci se nacházeli v pásmu normy, ale ve všech kategoriích vykazovali nadprůměrné hodnoty komponenty aktivnost, čínorodost (komponenta A) a snížené hodnoty psychické pohody a sklíčenosti (PE, S).

Zjištěné výsledky jsme podrobili analýze pomocí výše uvedených statistických metod s následujícími výsledky:

- Celková míra vnímaného stresu nezávisí na osobnostních charakteristikách (u celkového vnímaného stresu a dimenzemi DOPEN nebyl zjištěn statisticky významný vztah) ani na sociodemografických proměnných (věk, seniorita), tzn., že vnímání stresu je ryze individuální a nemění se s věkem ani pracovními zkušenostmi.

- Zkoumaný soubor vykázal statisticky významný vztah mezi celkovou mírou vnímaného stresu a mírou subjektivních potíží. Tuto skutečnost jsme interpretovali tak, že čím je vyšší stresová zátěž, tím více se vyskytují subjektivní potíže v důsledku prožívání stresu.
- U obou souborů byl potvrzen vliv osobnostních charakteristik (P, N dotazníku DOPEN) na celkový psychický stav (Σ SUPOS). Psychický stav vojáků se zhoršuje se stoupající mírou psychoticismu (P) a neuroticismu (N).
- Byla prokázána statisticky významná závislost míry extroverze (E) na věku vojáků. Se zvyšujícím se věkem u vojáků klesá míra extroverze (E), tzn., že jsou méně společenští, sociabilní a bezprostřední, snižuje se jejich impulzivita a lehkomyšlnost, ale také se vytrácí jejich optimismus.
- U neuroticismu (N) byl zjištěn statisticky významný rozdíl mezi oběma soubory (1. soubor měl nižší N), což bylo pravděpodobně způsobeno vyšším poměrem mladších vojáků v kategorii 20 – 29 let u 1. souboru, kteří museli k přijetí do služebního poměru splnit přísnější kritéria psychodiagnostického vyšetření než starší vojáci.
- U psychoticismu (P) nebyl potvrzen statisticky významný rozdíl mezi oběma soubory, což lze zdůvodnit tím, že je ve zkoumaných souborech díky kvalitní práci psychodiagnostických oddělení vojenských nemocnic tato charakteristika zastoupena podobně nízkou mírou.
- U extroverze (E) nebyl zjištěn statisticky významný rozdíl mezi oběma soubory. Tento výsledek naznačuje u obou souborů téměř stejně zvýšenou míru extroverze, kterou hodnotíme pro kolektivní druh práce jako velmi vhodnou.
- U lži – skóre (L) se mezi oběma soubory nepotvrdil statisticky významný rozdíl. Vojáci zkoumaných souborů se mírně zvýšeně snaží stavět v lepším světle zřejmě z důvodu sebeujištění o svých kvalitách a snaze vyniknout v kolektivu spolupracovníků, jak bývá obvyklé.
- U celkového psychického stavu (Σ SUPOS) nebyl prokázán statisticky významný rozdíl mezi oběma soubory. Tento výsledek můžeme přisoudit vyšší odolnosti a psychické stabilitě. Na tyto charakteristiky se zaměřuje psychodiagnostické vyšetření při příjmu nováčků do AČR, takže zjištěné výsledky korespondují se snahami vojenských psychologů.

- U celkové míry prožívaného stresu (Σ IPSS) byl prokázán statisticky významný rozdíl mezi oběma soubory. Zjištěný rozdíl mezi zkoumanými soubory byl pravděpodobně způsoben administrací dotazníků v době, kdy byly na vojáky kladeny zvýšené nároky v souvislosti s přípravou na cvičení a s ním spojené zvýšené množství kontrol nadřízených. Překvapivé je, že se u 2. souboru neprojevil zvýšeným stresem připravovaná reorganizace spojená s rozsáhlým propouštěním osob.

Naše práce rozšiřuje poznatky z velmi málo prozkoumané problematiky stresu armádních strážních jednotek a nastiňuje cestu případného dalšího výzkumu.

Literatura a elektronické zdroje

22. letecká základna. *Organizační struktura základny*. Získáno dne 1.2.2014 z <http://www.lznamest.army.cz/>
23. letecká základna. *Organizační struktura*. Získáno dne 1.2.2014 z <http://www.letisteprerov.eu/>
- Armáda České republiky. *Armáda České republiky se představuje*. Získáno dne 15.2.2014 z <http://www.acr.army.cz/scripts/detail.php?id=5090>
- Armáda České republiky. *Nasazení armády v ČR*. Získáno dne 2.3.2014 z <http://www.acr.army.cz/vycvik-a-nasazeni/nasazeni-armady-v-cr-15819/>
- Armáda České republiky. *Struktura AČR*. Získáno dne 17.2.2014 z <http://www.acr.army.cz/struktura/>
- Armáda České republiky. *Struktura armády*. Získáno dne 10.2.2014 z <http://www.armadaceskerepubliky.cz/struktura-armady/>
- Atkinson, R. L. et al. (2003). *Psychologie*. Praha: Portál.
- Balaščíková, V., Blatný, M. (2003). *Determinanty výběru strategií zvládnání*. Získáno z Zprávy – Psychologický ústav AVČR: http://www.psu.cas.cz/images/stories/dokumenty-zpravy/zpravy_2003_2.pdf
- Baštecká, B. et al. (2009). *Psychologická encyklopedie: aplikovaná psychologie*. Praha: Portál.
- Baštecká, B., Goldmann, P. (2001). *Základy klinické psychologie*. Praha: Portál.
- Bedrnová, E., Nový, I. (2002). *Psychologie a sociologie řízení*. Praha: Management Press.
- Bedrnová, Eva et al. (2009). *Management osobního rozvoje: duševní hygiena, sebeřízení a efektivní životní styl*. Praha: Management Press.
- Bendová, K. et al. (2011). *Manuál pro psaní diplomových prací na Katedře psychologie FF UP*. Olomouc: UP.
- Blatný, M., Kohoutek, T., Janušová, P. (2002). Situačně kognitivní a osobnostní determinanty chování v zátěžové situaci. *Československá psychologie*, 46, 97-108.
- Blatný, M., Osecká, L. (1998). Zdroje sebehodnocení a životní spokojenosti: osobnost a strategie zvládnání. *Československá psychologie*, 42, 350-394.
- Cakirpaloglu, P. (2012). *Úvod do psychologie osobnosti*. Praha: Grada.
- Catell, R. B. (1967). *The Scientific Analysis of Personality*. London: Penguin Books.

- Čáp, J., Dytrych, Z. (1967). *Konflikt, frustrace, stres a utváření osobnosti*. Praha: SPN.
- Černoch, F. *Personalistika v ozbrojených silách*. Praha: Ministerstvo obrany ČR.
- Černý, J. (2009). Organizační a velitelské struktury a jejich vliv na velení a řízení vojsk u brigádního úkolového uskupení. *Ekonomika a Management*, 2, s. 61-74.
- Čírtková, L. (2000). *Policejní psychologie*. Praha: Portál.
- David, J. P., Suls, J. (1999). Coping Efforts in Daily Life: Role of Big Five Traits and Problem Appraisals, *Journal of Personality*, 67, 265 - 294.
- Drapela, V. J. (1997). *Přehled teorií osobnosti*. Praha: Portál.
- Dvořáková, M. (2010). Na stráži. Získáno 22.3.2014 z <http://www.mise.army.cz/informacni-servis/zpravodajstvi/na-strazi-37736/>
- Dziaková, O. (2009). *Vojenská psychologie*. Praha: Triton.
- Eysenck, H. J. (1947). *Dimensions of personality*. London: Kegan Paul, Trench, Trubner & Co.
- Folkman, S., Lazarus, R. S. (1980). An analysis of coping in a middleaged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, 21, 219-239.
- Geisler, F. C., Wiedig-Allison, M., Weber, H. (2009). What Coping Tells about Personality, *European Journal of Personality*, 23, 289–306.
- Gottvaldová, M., Znojilová, M. (2006). *Obrana vojenského profesionála proti stresu*. Vyškov: Správa doktrín Ředitelství výcviku a doktrín.
- Hájek, S. (2005). *Zkušenosti s posuzováním osobnostní způsobilosti v bezpečnostních sborech ČR*. Dostupné z <http://www.svses.cz/konference/bezpo5/texty/hajek.pdf>. Staženo 5.3.2013.
- Hall, C. S., Lindzey, G. (1999). *Psychológia osobnosti*. Bratislava: Slovenské pedagogické nakladateľstvo.
- Hamer, D., Copeland, P. (2003). *Geny a osobnost*. Praha: Portál 2003.
- Hartl, P., Hartlová, H. (2000). *Psychologický slovník*. Praha: Portál.
- Hewstone, M., Stroebe, W. (2006). *Sociální psychologie*. Praha: Portál.
- Hladký, A. et al. (1993). *Zdravotní aspekty zátěže a stresu*. Praha: Univerzita Karlova.
- Honzák, R. Stres. Získáno dne 7.2.2014 z http://charlijen.net/wp-content/uploads/downloads/2011/01/Invent%C3%A1%C5%99-%C5%BEivotn%C3%ADch-ud%C3%A1lost%C3%AD_-stres.pdf
- Hošek, V. (2001). *Psychologie odolnosti*. Praha: Karolinum.

- Charvát, J. (1969). *Život, adaptace a stres*. Praha: Státní zdravotnické nakladatelství.
- Institut doktrín VeV – VA. (2010). *Doktrína Armády České republiky*. Praha, Institut doktrín VeV – VA.
- Introvičová, S. (2008). „Strážáci“ a „Losáci“. *A-report*, 2008(14-15), 20.
- Janošec, J. et al. (2005). *Bezpečnost a obrana České republiky 2010-2025*. Praha: AVIS.
- Kebza, V. (2005). *Psychosociální determinanty zdraví*. Praha: Academia.
- Kebza, V. (2009). *Chování člověka v krizových situacích*. Česká zemědělská univerzita. Praha.
- Kebza, V., Šolcová, I. (2004). *Komunikace a stres*. Praha: Státní zdravotní ústav.
- Kolektiv autorů. (2011). *Bílá kniha o obraně*. Praha: Ministerstvo obrany ČR – odbor komunikace a propagace.
- Křivohlavý, J. (1994). *Jak zvládat stres*. Praha: Grada.
- Křivohlavý, J. (2001). *Psychologie zdraví*. Praha: Portál.
- Křivohlavý, J. (2002). *Psychologie nemoci*. Praha: Grada Publishing.
- Křivohlavý, J. (2009). *Psychologie zdraví*. Praha: Portál.
- Lang, P. (2007). Vše pro klid duše. *A-report*, 2007(20),26-27.
- Lang, P. (2009,a). Třetí pilíř do trojnožky. *A-report*, 2009(8),26-27.
- Lang, P. (2009,b). Péče o novodobé veterány se zkvalitňuje. *A-report*, 2009(6),28-29.
- Machač, M., Macháčová, H. (1991). *Psychické rezervy výkonnosti*. Praha: Karolinum.
- Machačová, H. (1978). *Objektivní diagnostika duševní zátěže*. Praha: Univerzita Karlova.
- Marek, V. (2008). Mise představují zátěž. *A-report*, 2008(11),18-19.
- Matoušek, O. (2003). *Pracovní stres a zdraví*. Praha: Výzkumný ústav bezpečnosti práce.
- Merkunová, A., Orel, M. (2008). *Anatomie a fyziologie člověka*. Praha: Grada.
- Mikšík, O. (1969). *Člověk a svízelné situace*. Praha: Naše vojsko.
- Mikšík, O. (1991). *Zjišťování struktury a dynamiky psychické odolnosti a integrovanosti osobnosti*. Příručka T-143. Bratislava: Psychodiagnostika.
- Mikšík, O. (1993). *Dotazník zaměřený na psychický stav*. Praha: Progress.
- Millová, K., Blatný, M., Kohoutek, T. (2008). *Osobnostné aspekty zvládania záťaže*. *E-psychologie*, 2 (1). Získáno 8.1.2014 z: <http://e-psycholog.eu/pdf/millova-et al.pdf>

- Ministerstvo obrany ČR. *Působnost a činnosti*. Získáno dne 15.2.2014 z <http://www.mocr.army.cz/ministr-a-ministerstvo/pusobnost-a-cinnosti/pusobnost-a-cinnosti-5131>
- Ministerstvo obrany ČR. *Zákony v působnosti MO*. Získáno dne 4.2.2014 z <http://www.mocr.army.cz/dokumenty-a-legislativa/dokumenty/zakony-a-provadeci-pravni-predpisy-172>
- Ministerstvo obrany. (2000). *Ozbrojené síly České republiky*. Praha: Ministerstvo obrany.
- Nakonečný, M. (2003). *Úvod do psychologie*. Praha: Academia.
- Nakonečný, M. (2009). *Psychologie osobnosti*. Praha: Academia.
- Paulík, K. (2010). *Psychologie lidské odolnosti*. Praha: Grada.
- Pernica, B. (2007). *Profesionalizace ozbrojených sil: trendy, teorie a zkušenosti*. Praha: Ministerstvo obrany ČR.
- Praško, J. et al. (2003). *Stop traumatickým vzpomínkám: jak zvládnout posttraumatickou stresovou poruchu*. Praha: Portál.
- Praško, J., Prašková, H. (2007). *Asertivitou proti stresu*. Praha: Grada.
- Prašková, H., Praško, J. (2000). *Úzkostné a fobické poruchy. Malá psychiatrie pro praktické lékaře*. Praha: Galén.
- Reiterová, E. (2003). *Základy statistiky pro studenty psychologie*. Olomouc: Univerzita Palackého.
- Rheinwaldová, E. (1995). *Dejte sbohem distresu*. Praha: Skarabeus.
- Rotter, J. B. (1966): *Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement*. Psychological Monographs, 80, 609.
- Ruisel, I., Müllner, J. (1990) *Dopen. Průručka*. Bratislava: Psychodiagnostické a didaktické testy.
- Ruiselová, Z., Ficková, E. (Eds.). (1994). *Poznávání a zvládání zátěžových situací I*. Bratislava: Ústav experimentální psychologie SAV.
- Ředitelství výcviku a doktrín – odbor personalistiky. (2004). *Psychologická příprava vojenského profesionála*. Ředitelství výcviku a doktrín – odbor personalistiky: Vyškov.
- Řehulková, O., Blatný, M., Osecká, L. (1995). Adolescents coping styles: A relation to the temperament. *Studia psychologica*, 37, 159-161.
- Saliger, R., Pokorný, V., Pindešová, E., (2008). *Identifikace preferovaných strategií zvládání zátěže a stresu u vybraných skupin respondentů, jako jedno z východisek tvorby Konceptu užitečné změny*. In Hájková, E., Výmolová, R. XXVI. mezinárodní

kolokvium o řízení osvojovacího procesu. Sborník abstraktů a elektronických verzí recenzovaných příspěvků na CD-ROMu. Brno: Univerzita obrany.

Schreiber, V. (1992). *Lidský stres*. Praha: Academia.

Smékal, V. (2002). *Pozvání do psychologie osobnosti: člověk v zrcadle vědomí a jednání*. Brno: Barrister & Principal.

Stuchlíková, I. (2002). *Základy psychologie emocí*. Praha: Portál.

Svoboda, M. (1999). *Psychologická diagnostika dospělých*. Praha: Portál.

Sýkora, H. (2012). *Osobnostní koreláty stresu členů strážní jednotky*. Bakalářská diplomová práce. Univerzita Palackého v Olomouci. Olomouc.

Šolcová, I. (2007). *Některé psychofyziologické souvislosti resilience*. Praha: Psychologický ústav AV ČR.

Štikar, J., Rymeš, M., Riegel, K., Hoskovec, J. (2003). *Psychologie ve světě práce*. Praha: Karolinum.

Švancara, J. (2003). *Emoce, motivace, volní procesy*. Brno: Psychologický ústav FF MU: MSD.

Vágnerová, M. (2004). *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Praha: Portál.

Vašina, B. (1999). *Psychologie zdraví*. Ostrava: Ostravská Univerzita.

Výrost, J., Slaměník, I. (2001). *Aplikovaná sociální psychologie II*. Praha: Portál.

Watson, D., Hubbard, B. (1996). Adaptational style and dispositional structure: Coping in the context of the Five – factor model. *Journal of Personality*, 64, 737 – 774.

Wikipedia. Vzdušné síly AČR. Získáno dne 8.2.2014 z

http://cs.wikipedia.org/wiki/Vzdušné_síly_AČR

Zákon č. 219/1999 Sb., o ozbrojených silách České republiky, v platném znění.

Získáno dne 27.2.2014 z <http://www.mocr.army.cz/dokumenty-a-legislativa/dokumenty/zakony-a-provadeci-pravni-predpisy-172>

Zákon č. 585/2004 Sb., o branné povinnosti a jejím zajišťování (branný zákon), v platném znění. Získáno dne 15.2.2014 z

http://www.mocr.army.cz/images/id_0000_1000/172/585.pdf

Přílohy

1. Zadání DP
2. Abstrakt DP v českém jazyce
3. Abstrakt DP v anglickém jazyce
4. Inventář pracovního stresu Spielberger (IPSS)
5. Výstup dotazníku DOPEN, SUPOS-7-PC, IPSS u 1. souboru
6. Výstup dotazníku DOPEN, SUPOS-7-PC, IPSS u 2. souboru
7. Výchozí matice dat IPSS 1. souboru
8. Výchozí matice dat IPSS 2. souboru

Příloha č. 1

Univerzita Palackého v Olomouci
Filozofická fakulta
Akademický rok: 2012/2013

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

Podklad pro zadání DIPLOMOVÉ práce studenta

PŘEDKLÁDÁ:	ADRESA	OSOBNÍ ČÍSLO
Bc. SÝKORA Hynek	Za mlýnem 387, Mikulčice	F120698

TÉMA ČESKY:

Koreláty stresu příslušníků strážní jednotky AČR

NÁZEV ANGLICKY:

ACR guard unit members stress correlates

VEDOUcí PRÁCE:

Doc. PhDr. Zdeněk Vtípil, CSc. - PCH

ZÁSADY PRO VYPRACOVÁNÍ:

Spec. zaměření: Možnosti uplatnění psychologie v AČR, Profesionální voják, obecné požadavky, Stres, koncepce, osobnost a stres, determinanty zvládnání stresu, Voják strážní služby, kvalifikační požadavky, psychologický profesiogram, činitel stresu u strážní jednotky, Sociálně-psychologické problémy života a práce členů strážní jednotky (včetně výzkumů k motivaci, stresu atd. z vojenského prostředí). Cíle práce: a) Profil stresorů u souboru, b) Profil osobnostních dimenzí souboru, c) Profil složek psychického stavu, d) Koreláty vybraných dimenzí dotazníků, e) Koreláty SSOP, resp. SSKP a sumy SUPOS a dimenzí DOPEN a NEU, f) Koreláty seniority vers. suma SUPOS, dimenze DOPEN, SSOP, SSKP, IPSS, g) Komparace v proměnných: suma a jednotlivé dimenze SUPOS, IPSS, SSOP, SSKP, NEU, jednotlivé dimenze DOPEN z hlediska vzdělání (SŠ+VŠ vers. SOU). Metodika: DOPEN, IPSS, SUPOS. Zkoumaný soubor: Cca 70-75 respondentů. Statistika: Pearsonův korel. koeficient, Studentův T-test. Formální parametry: viz Bendová, K. et al. 2011.

SEZNAM DOPORUČENÉ LITERATURY:

Bendová, K. et al. (2011). Manuál pro psaní diplomových prací na Katedře psychologie FF UP. Olomouc: UP.
Křivohlavý, J. (2012). Psychologie zdraví. Praha: Portál.
Stuchlíková, I. (2012). Základy psychologie emocí. Praha: Portál.
Vágnerová, M. (2012). Psychopatologie pro pomáhající profese. Praha: Portál.
Paulík, K. (2012). Psychologie lidské odolnosti. Praha: Grada.
Výrost, J., Slaměník, I. (2012). Sociální psychologie. Praha: Grada.
Dziaková, O. (2009). Vojenská psychologie. Praha: Triton.
Praško, J. (2009). Úzkostné poruchy. Praha: Portál.
Cejthamr, V., Dědina, J. (2012). Management a organizační chování. Praha: Grada.
A-Report, rezortní materiály. Elektronické zdroje.

Podpis studenta:

Datum:

16.11.2012

Podpis vedoucího práce:

Datum:

16.11.2012

ABSTRAKT DIPLOMOVÉ PRÁCE

Název práce: Koreláty stresu příslušníků strážní jednotky AČR

Autor práce: Bc. Hynek Sýkora

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

Počet stran a znaků: 124 a 183799

Počet příloh: 8

Počet titulů použité literatury: 94

Abstrakt:

Diplomová práce je zaměřena na srovnání vlivu osobnostních charakteristik a psychického stavu na prožívání stresu u příslušníků vybraných strážních jednotek dvou leteckých základen vzdušných sil Armády České Republiky. Teoretická část se zabývá zvláštnostmi práce příslušníků strážních jednotek, problematikou osobnosti, zátěžových situací a zvládnání stresu. Ústředním tématem práce je výkon 24 hodinových směn. V kvantitativním výzkumu praktické části byla zjištěna celková míra stresu, osobnostní charakteristiky a psychický stav příslušníků obou jednotek. Dále byl zkoumán vliv osobnostních charakteristik, celkového psychického stavu a sociodemografických proměnných na celkovou míru prožívaného stresu při výkonu služby. Zjišťován byl i vliv osobnostních charakteristik na celkový psychický stav a vliv věku na osobnostní charakteristiky. Dále byl zjišťován rozdíl mezi osobnostními charakteristikami obou jednotek, rozdíl mezi celkovým psychickým stavem u obou jednotek a rozdíl mezi celkovou mírou prožívaného stresu u obou jednotek. K výzkumu bylo užito dotazníků IPSS, DOPEN a SUPOS-7-PC.

Klíčová slova:

Stres, voják, příslušník strážní roty, psychický stav, osobnost, armáda, seniorita, stresor

ABSTRACT OF THESIS

Title: ACR Guard Unit Members Stress Correlates

Author: Bc. Hynek Sýkora

Supervisor: Doc. PhDr. Zdeněk Vtípil, CSc.

Number of pages and characters: 124 and 183799

Number of appendices: 8

Numer of reference: 94

Abstract:

The thesis is focused on the comparison of the influence of personality characteristics and psychological status of soldiers from selected Air Force bases of the Army of the Czech Republic on their stress experience. The theoretical part deals with the peculiarities of the guard units members work, problems of personality, stressful situations and stress management. An important issue is the performance of 24 - hour shifts. In quantitative research of the practical part, there was found overall level of stress, personality characteristics and mental condition of both units members. Furthermore, the research focused on the influence of personality traits, general mental status and sociodemographic variables on the overall level of the experienced stress during the service. It was investigated the influence of personality traits on overall mental status and influence of age on personality characteristics. It was also investigated difference between the personality traits of both units, the difference between the total mental state of both units, and the difference between the overall level of perceived stress in both units. The research used the IPSS, DOPEN and SUPOS-7-PC questionnaires.

Key words:

Stress, soldier, a guard company member, mental status, personality, military, seniority, stressor

IPSS

INVENTÁŘ PRACOVNÍHO STRESU

(Modifikace pro povolání vojáka)

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

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

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

STRESUJÍCÍ PRACOVNÍ ČINNOSTI NEBO PODMÍNKY		MÍRA STRESU								
		nízká			střední			vysoká		
1.	Přidělení nepříjemných povinností	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2.	Nedostatečné materiální či technické zabezpečení výkonu služby	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3.	Neodpovídající služební příjem	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4.	Nedokonalá organizace výkonu služby	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5.	Nadměrná administrativa vojáků	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6.	Nadměrné trávení času na výcviku	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7.	Nepříznivé pracovní prostředí (hluk, změny teploty, klimatických podmínek atd.)	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8.	Snížené možnosti funkčního postupu	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9.	Neodpovídající způsob jednání ze strany nadřízených	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10.	Nedostatek času tráveného s rodinou	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11.	Neuznávání role vojáka veřejností	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12.	Narušené mezilidské vztahy mezi vojáky	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13.	Odborné chybování nadřízených	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14.	Přetíženost ve službě	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15.	Nedokonalé předpisy pro výkon služby	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16.	Neobjektivní posuzování vykonané práce	1	2	3	4	5	6	7	8	9
17.	Nedostačující počet vojáků ve službě pro odpovídající zvládnutí úkolů	1	2	3	4	5	6	7	8	9
18.	Konflikty se spolupracovníky	1	2	3	4	5	6	7	8	9
19.	Nedostatek času na děláni důležitých rozhodnutí	1	2	3	4	5	6	7	8	9
20.	Nesprávně orientovaný výcvik a vzdělávání vojáků	1	2	3	4	5	6	7	8	9
21.	Nedostatečné sociální a existenční jistoty povolání	1	2	3	4	5	6	7	8	9
22.	Nedostatečná oprávnění vojáků samostatně rozhodovat	1	2	3	4	5	6	7	8	9
23.	Nezájem nadřízených podílet se na řešení problémů	1	2	3	4	5	6	7	8	9
24.	Pocit ohrožení zdraví či života ve výkonu služby	1	2	3	4	5	6	7	8	9
25.	Nejasná perspektiva profesního růstu a služebního zařazení	1	2	3	4	5	6	7	8	9

Pohlaví.....

Věk.....

Pracovní zařazení.....

Vzdělání.....

Délka praxe v Armádě České Republiky.....

Dnešní datum.....

IPSS: Inventář pracovního stresu Spielberger. Modifikace pro povolání vojáka (Z. Vtípil, KP FF UP Olomouc 2002).

Autor původní verze: Spielberger, C.D. University of South Florida. Autoři české verze: H. Knotková, F. Man, Praha 2000,

Příloha č. 5

Subjekt	Věk	Vzdělání	Seniorita	DOPEN				SUPOS-7-PC										IPSS		
				P	E	N	L	PE	A	O	N	U	D	S	Σ	NEU	SOP	SKP	Σ	
1.	38	SOU	8	0	17	2	8	0,364	0,364	0,091	0,091	0,045	0,045	0	22	4	49	83	132	
2.	28	SŠ	8	16	23	12	0	0,21	0,191	0,149	0,128	0,128	0,106	0,085	47	2	45	73	118	
3.	35	SOU	8	3	13	5	9	0,194	0,194	0,129	0,129	0,129	0,129	0,097	31	5	47	79	126	
4.	30	SOU	8	6	22	13	3	0,2	0,2	0,15	0,125	0,125	0,1	0,1	40	0	50	95	145	
5.	28	SOU	8	6	24	4	8	0,308	0,308	0,143	0,086	0,057	0,028	0	35	6	38	65	103	
6.	27	SŠ	8	4	25	2	7	0,17	0,17	0,103	0,138	0,155	0,138	0,121	58	14	64	83	147	
7.	37	SOU	8	2	15	5	4	0,375	0,208	0,083	0,083	0,083	0,167	0	24	3	51	70	121	
8.	47	SOU	8	3	17	6	2	0,25	0,25	0,167	0,111	0,139	0,083	0	36	7	30	34	64	
9.	30	SOU	8	3	21	1	6	0,258	0,194	0,097	0,129	0,097	0,129	0,097	31	4	29	45	74	
10.	25	VŠ	6	2	15	6	5	0,42	0,208	0,042	0,125	0,083	0,125	0	24	3	26	29	55	
11.	32	VŠ	14	7	22	19	0	0,146	0,24	0,22	0,146	0,122	0,171	0,122	41	10	35	33	68	
12.	33	SOU	9	3	20	1	14	0,29	0,194	0,065	0,097	0,097	0,129	0,129	31	5	50	84	134	
13.	36	SOU	8	2	16	2	6	0,381	0,333	0,095	0,048	0,095	0,048	0	21	4	37	76	113	
14.	35	SOU	8	2	17	8	2	0,259	0,148	0,074	0,111	0,148	0,148	0,111	27	5	43	74	117	
15.	32	SŠ	8	3	21	8	1	0,281	0,219	0,063	0,125	0,125	0,094	0,094	32	6	37	69	106	
16.	37	SŠ	15	1	19	3	4	0,455	0,455	0,091	0	0	0	0	11	7	34	42	76	
17.	33	SŠ	8	1	17	8	5	0,219	0,187	0,219	0,187	0,063	0,094	0,031	32	7	48	54	102	
18.	38	SŠ	20	0	11	1	5	0,3	0,267	0,1	0,1	0,067	0,133	0,033	30	6	41	60	101	
19.	38	SŠ	19	0	12	0	8	0,471	0,294	0,118	0	0	0,118	0	17	5	35	61	96	
20.	38	SOU	13	10	14	12	7	0,3	0,273	0,061	0,91	0,061	0,152	0,061	33	10	50	71	121	
21.	29	SOU	7	2	18	0	8	0,237	0,184	0,132	0,105	0,105	0,132	0,105	38	6	49	67	116	
22.	37	SOU	8	3	24	1	7	0,296	0,259	0,148	0,185	0,037	0,074	0	27	0	66	78	144	
23.	37	SOU	8	2	16	3	6	0,167	0,167	0,111	0,139	0,167	0,167	0,083	36	3	51	99	150	
24.	36	SŠ	8	4	19	0	11	0,48	0,286	0,095	0,048	0,048	0,048	0	21	2	51	74	125	
25.	30	SOU	8	3	21	1	8	0,286	0,26	0,077	0,103	0,103	0,103	0,077	39	2	70	90	160	
26.	42	SOU	9	1	4	7	13	0,125	0,125	0,15	0,175	0,175	0,125	0,125	40	8	49	75	124	
27.	28	SŠ	8	1	15	7	14	0,38	0,192	0,115	0,038	0,115	0,154	0	26	1	40	61	101	
28.	34	SOU	9	0	15	1	8	0,179	0,179	0,143	0,143	0,107	0,214	0,038	28	5	53	79	132	
29.	42	SOU	16	2	19	1	4	0,216	0,189	0,135	0,105	0,135	0,105	0,105	49	6	51	83	134	
30.	32	SŠ	5	6	8	25	9	0,122	0,143	0,122	0,143	0,2	0,143	0,122	37	3	48	78	126	
31.	27	SŠ	8	2	20	1	6	0,229	0,2	0,114	0,114	0,144	0,114	0,114	35	4	46	72	118	
32.	29	SOU	10	1	18	1	11	0,429	0,48	0,048	0,048	0	0	0	21	1	40	66	106	
33.	41	SOU	8	0	12	4	6	0,2	0,2	0,114	0,143	0,114	0,114	0,114	35	3	64	66	130	
34.	30	SŠ	10	0	20	5	11	0,418	0,346	0,115	0,077	0,038	0	0	26	0	40	66	106	
35.	45	SOU	7	0	12	4	11	0,444	0,333	0,056	0,056	0	0,056	0,056	18	2	46	60	106	
36.	33	SŠ	15	0	17	3	5	0,421	0,316	0,053	0,211	0	0	0	19	3	35	62	97	
37.	39	SOU	8	0	10	4	14	0,391	0,304	0	0,043	0,13	0,043	0,087	23	4	38	58	96	
38.	33	SOU	15	0	20	5	8	0,308	0,308	0,057	0,086	0,086	0,114	0,028	35	2	48	76	124	
39.	31	SOU	7	5	15	7	8	0,198	0,216	0,109	0,109	0,109	0,127	0,127	55	14	30	44	74	
40.	36	SOU	15	3	7	11	8	0,135	0,162	0,054	0,189	0,243	0,081	0,135	37	5	44	77	121	
41.	30	VŠ	6	1	21	1	11	0,363	0,33	0,067	0,1	0,033	0,067	0,033	30	6	36	59	95	
42.	30	SOU	7	0	14	0	7	0,267	0,2	0,1	0,133	0,067	0,133	0,1	30	4	28	51	79	
43.	36	SOU	17	2	17	1	7	0,296	0,259	0,148	0,148	0,037	0,111	0	27	3	54	73	127	
44.	38	SŠ	6	0	11	8	7	0,318	0,273	0,045	0,045	0,091	0,182	0,045	22	2	41	68	109	
45.	26	SŠ	4	0	15	0	10	0,421	0,263	0	0,158	0,053	0,105	0	19	5	38	39	77	
46.	28	SŠ	8	0	20	0	5	0,29	0,226	0,032	0,129	0,129	0,129	0,065	31	5	50	84	134	
47.	38	SOU	8	3	8	1	8	0,25	0,179	0,143	0,143	0,107	0,179	0	28	5	42	51	93	
48.	35	SŠ	8	2	14	7	3	0,281	0,219	0,094	0,156	0,094	0,156	0	32	4	29	34	63	

49.	40	SOU	8	0	12	5	5	0,286	0,179	0,107	0,107	0,143	0,107	0,071	28	6	39	64	103
50.	30	VŠ	6	0	2	1	12	0,45	0,273	0,091	0,045	0	0,091	0,045	22	6	44	56	100
51.	28	SOU	8	1	16	0	13	0,667	0,333	0	0	0	0	0	12	3	39	67	106
52.	28	SŠ	6	2	3	0	2	0,267	0,167	0,167	0,133	0,1	0,1	0,067	30	7	60	72	132
53.	35	SOU	12	0	15	0	13	0,333	0,333	0,083	0,125	0,125	0	0	24	1	18	23	41
54.	33	SŠ	7	1	20	0	7	0,267	0,267	0,1	0,1	0,1	0,133	0,033	30	2	27	42	69
55.	45	SOU	13	1	17	9	14	0,167	0,1	0,1	0,1	0,167	0,2	0,167	30	11	48	76	124
56.	29	SŠ	6	2	18	2	9	0,2	0,2	0,125	0,1	0,1	0,125	0,15	40	7	32	56	88
57.	29	SŠ	10	0	20	0	11	0,32	0,28	0,04	0,16	0	0,12	0,08	25	1	49	58	107
58.	26	SŠ	6	1	12	9	6	0,216	0,135	0,105	0,105	0,189	0,135	0,105	37	4	31	51	82
59.	25	SOU	5	2	23	3	5	0,308	0,308	0,077	0,115	0,077	0	0,115	26	3	32	46	78
60.	33	SOU	8	1	21	12	6	0,195	0,195	0,146	0,098	0,122	0,122	0,122	41	10	27	45	72
61.	39	SŠ	14	1	15	0	14	0,37	0,259	0,074	0,074	0,074	0,074	0,074	27	7	49	79	128
62.	40	SOU	8	4	8	11	12	0,16	0,16	0,16	0,12	0,16	0,2	0,04	25	3	37	65	102
63.	42	SOU	9	2	14	1	9	0,25	0,226	0,129	0,129	0,097	0,097	0,065	31	4	61	101	162
64.	46	SOU	8	0	6	11	5	0,242	0,182	0,091	0,121	0,182	0,121	0,121	33	8	41	79	120
65.	25	SŠ	5	1	18	2	7	0,25	0,25	0,2	0,05	0,1	0,15	0	20	4	52	78	130
66.	29	SOU	9	2	15	0	14	0,45	0,409	0,091	0	0	0,045	0	22	0	46	44	90
67.	31	VŠ	9	1	20	1	4	0,32	0,226	0,065	0,129	0,097	0,065	0,097	31	3	37	54	91
68.	32	VŠ	7	0	20	1	13	0,391	0,391	0,043	0,043	0	0,087	0,043	23	2	48	82	130
69.	25	VŠ	3	0	14	4	10	0,4	0,28	0,08	0,04	0,04	0,04	0,12	25	4	54	78	132
70.	43	SŠ	8	1	16	9	6	0,242	0,212	0,091	0,121	0,121	0,121	0,091	33	6	29	38	67
71.	29	SOU	9	1	22	2	4	0,28	0,28	0,83	0,139	0,83	0,111	0,028	36	3	30	43	73

Příloha č. 6

Subjekt	Věk	Vzdělání	Seniorita	DOPEN				SUPOS-7-PC										IPSS		
				P	E	N	L	PE	A	O	N	U	D	S	Σ	NEU	SOOP	SSKP	Σ	
1	37	SŠ	8	1	14	8	10	0,179	0,179	0,107	0,25	0,071	0,179	0,038	28	5	34	49	83	
2	35	SŠ	8	2	16	8	2	0,152	0,242	0,121	0,121	0,091	0,152	0,121	33	6	34	44	78	
3	41	SŠ	8	2	14	11	12	0,138	0,138	0,138	0,172	0,172	0,138	0,103	29	6	36	62	98	
4	32	SOU	10	4	18	4	12	0,12	0,16	0,16	0,16	0,12	0,12	0,08	25	3	18	38	56	
5	31	SŠ	10	1	8	2	7	0,19	0,333	0,048	0,143	0,143	0,095	0,048	21	4	40	58	98	
6	28	SŠ	7	2	21	3	7	0,125	0,156	0,156	0,219	0,125	0,125	0,094	32	8	65	95	160	
7	47	SŠ	10	1	20	4	4	0,143	0,179	0,071	0,143	0,179	0,143	0,143	28	6	33	56	89	
8	42	SŠ	11	1	24	1	7	0,158	0,211	0,158	0,211	0,211	0,105	0,053	19	3	38	77	115	
9	38	SŠ	10	3	18	0	11	0,214	0,286	0,357	0,071	0	0,071	0	14	0	20	25	45	
10	38	SOU	8	2	8	0	3	0,053	0,316	0,158	0,211	0,158	0,053	0,053	19	1	28	42	70	
11	43	VŠ	10	2	15	5	8	0,071	0,286	0,071	0,143	0,143	0,143	0,143	14	3	41	89	130	
12	26	SŠ	6	3	22	9	4	0,071	0,214	0,107	0,179	0,214	0,107	0,107	28	7	38	59	97	
13	41	SŠ	9	2	10	0	3	0,2	0,533	0,067	0,067	0,133	0	0	15	1	25	45	70	
14	39	SOU	10	0	21	2	7	0,143	0,143	0,143	0,143	0,143	0,143	0,143	28	5	27	36	63	
15	32	SOU	10	0	20	3	2	0,286	0,357	0	0,071	0,143	0,071	0,071	14	6	26	46	72	
16	28	SŠ	7	6	15	3	11	0,182	0,227	0,091	0,227	0,091	0,091	0,091	22	0	61	91	152	
17	38	SOU	11	0	8	0	11	0,308	0,462	0,154	0,077	0	0	0	13	0	34	46	80	
18	39	SŠ	15	2	22	4	8	0,143	0,143	0,143	0,143	0,179	0,143	0,107	28	9	43	68	111	
19	34	VŠ	14	0	18	0	5	0,273	0,455	0,091	0,091	0	0,091	0	11	1	31	60	91	
20	37	VŠ	19	5	21	2	6	0,294	0,176	0,118	0,235	0	0,176	0	17	3	58	101	159	
21	34	VŠ	10	3	14	3	4	0,133	0,2	0,133	0,133	0,133	0,133	0,133	30	11	52	88	140	
22	36	SOU	11	2	11	14	8	0,121	0,182	0,121	0,121	0,212	0,121	0,121	33	6	41	66	107	
23	27	SŠ	8	2	21	0	10	0,19	0,19	0,143	0,19	0,048	0,095	0,143	21	3	44	50	94	
24	30	VŠ	4	1	19	1	5	0,063	0,125	0,188	0,188	0,25	0,125	0,063	16	3	30	58	88	
25	31	SŠ	11	2	14	5	5	0,208	0,208	0,208	0,125	0,125	0,083	0,042	24	3	37	61	98	
26	39	SŠ	20	2	19	16	2	0,105	0,158	0,105	0,105	0,105	0,132	0,079	38	6	26	21	47	
27	47	SŠ	17	1	14	13	5	0,138	0,172	0,138	0,138	0,138	0,138	0,138	29	5	46	75	121	
28	32	SŠ	12	1	8	11	5	0,156	0,25	0,094	0,125	0,156	0,125	0,094	32	9	34	73	107	
29	27	SOU	6	3	16	11	5	0,18	0,16	0,06	0,2	0,16	0,1	0,14	50	6	55	67	122	
30	31	SŠ	9	1	14	5	3	0,167	0,56	0	0,056	0,167	0,056	0	18	4	42	65	107	
31	42	SOU	9	1	6	7	4	0,167	0,222	0,111	0,139	0,139	0,111	0,111	36	6	47	60	107	
32	38	SŠ	13	2	18	0	14	0,182	0,636	0	0,091	0	0,091	0	11	2	33	70	103	
33	45	SŠ	18	0	19	6	10	0,083	0,083	0,167	0,167	0,167	0,167	0,167	48	14	47	71	118	
34	45	SOU	9	0	8	5	10	0,154	0,192	0,077	0,115	0,154	0,154	0,154	26	4	28	41	69	
35	40	SOU	10	1	20	4	6	0,19	0,19	0,095	0,238	0,143	0,095	0,048	21	1	21	37	58	
36	34	SŠ	11	1	18	0	12	0	0,5	0,083	0,25	0	0,167	0	12	0	26	34	60	
37	32	VOŠ	10	0	19	1	7	0,188	0,375	0,063	0,125	0,063	0,188	0	16	3	41	83	124	
38	40	SOU	18	3	21	10	9	0,048	0,143	0,19	0,238	0,19	0,095	0,095	21	2	31	44	75	
39	38	SŠ	18	0	6	2	13	0,138	0,172	0,138	0,138	0,138	0,138	0,138	29	2	39	74	113	
40	29	SŠ	10	1	19	3	6	0,176	0,235	0,118	0,118	0,118	0,235	0	17	4	46	51	97	
41	35	SŠ	10	1	19	11	5	0,161	0,194	0,129	0,129	0,129	0,161	0,097	31	4	52	86	138	
42	32	SŠ	10	1	19	0	13	0,083	0,167	0,167	0,167	0,083	0,167	0,167	12	2	21	30	51	
43	45	SŠ	8	2	16	11	3	0,138	0,0207	0,067	0,207	0,207	0,034	0,138	29	1	31	41	72	
44	35	SŠ	11	1	18	5	7	0,129	0,129	0,129	0,129	0,161	0,187	0,129	31	10	43	65	108	

Příloha č. 7

Tabulka obsahující seznam čísel od 1 do 1000 v 10 sloupcích a 100 řádcích. Každý řádek obsahuje 10 čísel, přičemž poslední řádek obsahuje čísla od 901 do 1000. Číslo 1000 je vyznačeno červeně.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
61	62	63	64	65	66	67	68	69	70
71	72	73	74	75	76	77	78	79	80
81	82	83	84	85	86	87	88	89	90
91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
101	102	103	104	105	106	107	108	109	110
111	112	113	114	115	116	117	118	119	120
121	122	123	124	125	126	127	128	129	130
131	132	133	134	135	136	137	138	139	140
141	142	143	144	145	146	147	148	149	150
151	152	153	154	155	156	157	158	159	160
161	162	163	164	165	166	167	168	169	170
171	172	173	174	175	176	177	178	179	180
181	182	183	184	185	186	187	188	189	190
191	192	193	194	195	196	197	198	199	200
201	202	203	204	205	206	207	208	209	210
211	212	213	214	215	216	217	218	219	220
221	222	223	224	225	226	227	228	229	230
231	232	233	234	235	236	237	238	239	240
241	242	243	244	245	246	247	248	249	250
251	252	253	254	255	256	257	258	259	260
261	262	263	264	265	266	267	268	269	270
271	272	273	274	275	276	277	278	279	280
281	282	283	284	285	286	287	288	289	290
291	292	293	294	295	296	297	298	299	300
301	302	303	304	305	306	307	308	309	310
311	312	313	314	315	316	317	318	319	320
321	322	323	324	325	326	327	328	329	330
331	332	333	334	335	336	337	338	339	340
341	342	343	344	345	346	347	348	349	350
351	352	353	354	355	356	357	358	359	360
361	362	363	364	365	366	367	368	369	370
371	372	373	374	375	376	377	378	379	380
381	382	383	384	385	386	387	388	389	390
391	392	393	394	395	396	397	398	399	400
401	402	403	404	405	406	407	408	409	410
411	412	413	414	415	416	417	418	419	420
421	422	423	424	425	426	427	428	429	430
431	432	433	434	435	436	437	438	439	440
441	442	443	444	445	446	447	448	449	450
451	452	453	454	455	456	457	458	459	460
461	462	463	464	465	466	467	468	469	470
471	472	473	474	475	476	477	478	479	480
481	482	483	484	485	486	487	488	489	490
491	492	493	494	495	496	497	498	499	500
501	502	503	504	505	506	507	508	509	510
511	512	513	514	515	516	517	518	519	520
521	522	523	524	525	526	527	528	529	530
531	532	533	534	535	536	537	538	539	540
541	542	543	544	545	546	547	548	549	550
551	552	553	554	555	556	557	558	559	560
561	562	563	564	565	566	567	568	569	570
571	572	573	574	575	576	577	578	579	580
581	582	583	584	585	586	587	588	589	590
591	592	593	594	595	596	597	598	599	600
601	602	603	604	605	606	607	608	609	610
611	612	613	614	615	616	617	618	619	620
621	622	623	624	625	626	627	628	629	630
631	632	633	634	635	636	637	638	639	640
641	642	643	644	645	646	647	648	649	650
651	652	653	654	655	656	657	658	659	660
661	662	663	664	665	666	667	668	669	670
671	672	673	674	675	676	677	678	679	680
681	682	683	684	685	686	687	688	689	690
691	692	693	694	695	696	697	698	699	700
701	702	703	704	705	706	707	708	709	710
711	712	713	714	715	716	717	718	719	720
721	722	723	724	725	726	727	728	729	730
731	732	733	734	735	736	737	738	739	740
741	742	743	744	745	746	747	748	749	750
751	752	753	754	755	756	757	758	759	760
761	762	763	764	765	766	767	768	769	770
771	772	773	774	775	776	777	778	779	780
781	782	783	784	785	786	787	788	789	790
791	792	793	794	795	796	797	798	799	800
801	802	803	804	805	806	807	808	809	810
811	812	813	814	815	816	817	818	819	820
821	822	823	824	825	826	827	828	829	830
831	832	833	834	835	836	837	838	839	840
841	842	843	844	845	846	847	848	849	850
851	852	853	854	855	856	857	858	859	860
861	862	863	864	865	866	867	868	869	870
871	872	873	874	875	876	877	878	879	880
881	882	883	884	885	886	887	888	889	890
891	892	893	894	895	896	897	898	899	900
901	902	903	904	905	906	907	908	909	910
911	912	913	914	915	916	917	918	919	920
921	922	923	924	925	926	927	928	929	930
931	932	933	934	935	936	937	938	939	940
941	942	943	944	945	946	947	948	949	950
951	952	953	954	955	956	957	958	959	960
961	962	963	964	965	966	967	968	969	970
971	972	973	974	975	976	977	978	979	980
981	982	983	984	985	986	987	988	989	990
991	992	993	994	995	996	997	998	999	1000

