

Univerzita Palackého v Olomouci
Fakulta tělesné kultury

APLIKOVANÉ POHYBOVÉ AKTIVITY U ODSOUZENÝCH MUŽŮ UMÍSTĚNÝCH
VE VÝKONU TRESTU ODNĚTÍ SVOBODY, VE VĚZNICI S OSTRAHOU, VE
VYSOKÉM STUPNI ZABEZPEČENÍ, V ODDÍLE PRO TRVALE PRACOVNĚ
NEZAŘADITELNÉ ODSOUZENÉ VĚZNICE BŘECLAV

Diplomová práce
(magisterská)

Autor: Bc. Jakub Klimovič, obor Aplikované pohybové aktivity

Vedoucí práce: PhDr. Pavel Horák, Ph.D.

Olomouc 2021

Bibliografická identifikace

Jméno a příjmení autora: Bc. Jakub Klimovič

Název magisterské práce: Aplikované pohybové aktivity u odsouzených mužů umístěných ve výkonu trestu odnětí svobody, ve věznici s ostrahou, ve vysokém stupni zabezpečení, v oddíle pro trvale pracovní nezařaditelné odsouzené Věznice Břeclav

Pracoviště: Katedra aplikovaných pohybových aktivit

Vedoucí diplomové práce: PhDr. Pavel Horák, PhD.

Rok obhajoby diplomové práce: 2021

Abstrakt: Diplomová práce se zabývala pohybovou aktivitou osob ve výkonu trestu odnětí svobody umístěných ve věznici s ostrahou, ve vysokém stupni zabezpečení na specializovaných oddílech pro trvale pracovní nezařaditelné odsouzené. Cílem práce bylo prostřednictvím kvalitativně orientované studie vytvořit, popsat a ověřit realizovatelnost nového intervenčního programu aplikovaných pohybových aktivit ve Věznici Břeclav – objekt Břeclav na vybraném vzorku odsouzených umístěných v oddílech pro trvale pracovní nezařaditelné a zjistit jejich postoj k tomuto programu. Výzkum se opíral o vliv a význam aplikovaných pohybových aktivit na fyzické a duševní zdraví u zdravotně znevýhodněných osob. Teoretická část práce se zabývala problematikou vězeňského prostředí, umístováním osob nemocných a handicapovaných v rámci výkonu trestu odnětí svobody, aktivitami odsouzených osob a teorií aplikovaných pohybových aktivit. Praktická část práce popisovala vznik metodiky intervenčního programu aplikovaných pohybových aktivit, ověření realizovatelnosti programu na vybraném vzorku odsouzených umístěných v oddílech pro trvale pracovní nezařaditelné ve Věznici Břeclav – objekt Břeclav a vyjádření postoje účastníků výzkumu k programu. Hlavními výzkumnými metodami byly zúčastněné pozorování a polostrukturovaný rozhovor. Realizace výzkumu probíhala 16 měsíců a celého výzkumu se zúčastnili 4 odsouzení. Byla vytvořena a popsána metodika intervenčního programu aplikovaných pohybových aktivit. Realizovatelnost programu byla ověřena na 4 účastnících výzkumu. Účastníci vyjádřili svůj kladný postoj k intervenčnímu programu aplikovaných pohybových aktivit.

Klíčová slova: pohybová aktivita, aplikované pohybové aktivity, Vězeňská služba České republiky, odsouzené osoby, programy zacházení vězněných osob

Souhlasím s půjčováním diplomové práce v rámci knihovních služeb.

Bibliographical identification

Author's first name and surname: Bc. Jakub Klimovič

Title of the thesis: Adapted Physical Activities of Inmates Serving a Sentence in a High Security Prison in Specialized Units for Permanently Work Unclassifiable Prisoners in the Prison of Breclav

Department: Department of Adapted Physical Activities

Supervisor: PhDr. Pavel Horák, PhD.

The year of presentation: 2021

Abstract: The diploma thesis deals with physical activities of inmates serving a sentence in a high security prison in specialized units for permanently work unclassifiable prisoners. Applying qualitative research, the paper aimed to develop, present and validate feasibility of a new intervention program of adapted physical activities at the Prison of Breclav – the Breclav facility. The paper also examined the attitude of participants from specialized units for permanently work unclassifiable prisoners towards the program itself. The research was supported by the importance and impact of the applied physical activities on physical and mental health of persons with disabilities. The theoretical part of the paper deals with the issues within the prison environment, with physically challenged or disabled inmates placed within this system, with activities for prisoners and it also covers a theory of applied physical activities. The practical part of the thesis describes the origin of the methodology of the intervention program of adapted physical activities, validation of the feasibility of the program on a selected sample of convicts from specialized units for permanently work unclassifiable prisoners at the Prison of Breclav – the Breclav facility, and their attitude towards the program. The main research methods were participant's observation and semi-structured interview. The research lasted sixteen months and four convicts took part in it. The newly developed and further described methodology of the intervention program of the adapted physical activities was demonstrated on four participants who expressed positive attitude towards the adapted physical activities intervention program.

Keywords: physical activity, adapted physical activities, Prison Service of the Czech Republic, convicted person, programs of treatment of imprisoned persons

I agree the thesis paper to be lent within the library service.

Prohlašuji, že jsem magisterskou práci zpracoval samostatně pod vedením PhDr. Pavla Horáka, Ph.D., uvedl všechny použité literární a odborné zdroje a dodržoval zásady vědecké etiky.

V Břeclavi dne 10. dubna 2021

.....

Děkuji PhDr. Pavlu Horákovi, PhD. za cenné rady, které mi poskytl. Dále chci poděkovat Mgr. Vladanu Havránkovi, řediteli Věznice Břeclav, za umožnění realizace výzkumu. Poděkování patří také mým nejbližším za trpělivost a podporu při psaní mé diplomové práce.

OBSAH

1 ÚVOD	11
TEORETICKÁ ČÁST.....	13
VĚZEŇSTVÍ V ČESKÉ REPUBLICE.....	13
2.1 Vězeňská služba ČR (VS ČR).....	13
2.2 Systém věznic v ČR	14
2.3 Zařazení odsouzeného do VTOS.....	15
2.4 Trest a jeho účel	16
2.5 Penologie.....	18
2.5.1 Penitenciární pedagogika	19
2.5.2 Penitenciární psychologie	19
2.5.3 Penitenciární diagnostika	19
2.6 Psychologické aspekty VTOS.....	20
2.6.1 Osobnost odsouzeného	20
2.6.2 Příklady klasifikace odsouzených	21
2.6.3 Psychické charakteristiky typické pro pachatele trestných činů	21
2.7 Zaměstnanci VS ČR.....	23
2.8 Programy zacházení	28
2.9 Věznice Břeclav	30
2.9.1 Profilace Věznice Břeclav	31
2.9.2 Charakteristika odsouzených z oddílů pro TPN ve Věznici Břeclav	31
2.9.3 Trestná činnost odsouzených zařazovaných do oddílů pro TPN	33
2.9.4 Nástup odsouzených do VTOS do oddílu pro TPN ve Věznici Břeclav.....	33
2.9.5 Režim a ubytování pro odsouzené TPN ve Věznici Břeclav	34
2.9.6 Návštěvy odsouzených TPN ve Věznici Břeclav.....	34
2.9.7 Zdravotnická péče pro odsouzené TPN ve Věznici Břeclav	35
2.9.8 PZ pro odsouzené TPN ve Věznici Břeclav	36
3 POHYBOVÉ AKTIVITY	37
3.1 Vliv pohybové aktivity (PA).....	37
3.2 Sport a PA ve VTOS	38
3.3 Aplikované pohybové aktivity (APA).....	39
3.3.1 Principy APA	40
3.3.2 APA seniorů a aktivní stárnutí	41
PRAKTICKÁ ČÁST.....	42

4 CÍLE VÝZKUMU, VÝZKUMNÉ OTÁZKY	42
5 METODOLOGIE VÝZKUMU	44
5.1 Design výzkumu.....	44
5.2 Kritéria kvality výzkumu	44
5.2.1 Platnost a spolehlivost výzkumu	45
5.2.2 Triangulace.....	46
5.2.3 Etické aspekty výzkumu.....	46
5.3 Metody sběru dat.....	47
5.3.1 Zúčastněné pozorování.....	47
5.3.2 Polostrukturovaný rozhovor.....	48
6 PŘÍPRAVNÁ FÁZE INTERVENČNÍHO PROGRAMU APA	49
6.1 Časový harmonogram výzkumu.....	49
6.2 Specifika prostředí ve vztahu k PA	50
6.3 Příležitosti k PA pro odsouzené z oddílů pro TPN	51
6.4 Podmínky pro PA u odsouzených z oddílů pro TPN	52
6.5 Příprava místnosti 2 pro PZ pro intervenční program APA.....	53
6.6 Výběrový soubor.....	54
6.7 Obsahová náplň intervenčního programu APA.....	61
6.8 Bezpečnost intervenčního programu APA.....	70
6.9 Začlenění intervenčního programu APA do praxe.....	72
7 PRŮBĚH INTERVENČNÍHO PROGRAMU APA.....	74
7.1 Organizační opatření	74
7.2 Písemná příprava na cvičební jednotku intervenčního programu APA	75
7.3 Popis průběhu intervenčního programu APA	76
8 SBĚR DAT.....	79
8.1 Zúčastněné pozorování.....	79
8.1.1 Pozorování prostředí a podmínek věznice	79
8.1.2 Pozorování intervenčního programu APA	80
8.1.3 Záznam z pozorování realizace prvotní interakce.....	81
8.2 Polostrukturovaný rozhovor.....	82
8.2.1 Příprava polostrukturovaného rozhovoru.....	82
8.2.2 Polostrukturovaný rozhovor vlastní konstrukce.....	84
8.2.3 Záznam z realizace polostrukturovaného rozhovoru.....	84
9 ANALÝZA A INTERPRETACE DAT	88

9.1 Analýza zúčastněného pozorování	88
9.1.1 První část analýzy zúčastněného pozorování	88
9.1.2 Druhá část analýzy zúčastněného pozorování	90
9.2 Analýza polostrukturovaného rozhovoru	94
9.2.1 Limitující faktory z pohledu účastníků výzkumu	95
9.2.2 Postoje účastníků k intervenčnímu programu APA	98
9.2.3 Další významné poznatky vztahující se k intervenčnímu programu APA.....	103
10 VÝSLEDKY VÝZKUMU	104
10.1 Výzkumná otázka č. 1	104
10.2 Výzkumná otázka č. 2	106
10.3 Výzkumná otázka č. 3	108
10.4 Výzkumná otázka č. 4	109
10.5 Doplnění k výzkumným otázkám č. 3 a 4	111
11 DISKUZE.....	113
11.1 Diskuze k výzkumné otázce č. 1	115
11.2 Diskuze k výzkumné otázce č. 2	116
11.3 Diskuze k výzkumné otázce č. 3	118
11.4 Diskuze k výzkumné otázce č. 4	119
12 ZÁVĚR.....	122
13 SOUHRN	123
14 SUMMARY	125
15 REFERENČNÍ SEZNAM.....	127
16 PŘÍLOHY	132
16.1 Příloha 1 Informovaný souhlas	132
16.2 Příloha 2 Místnost 2 pro PZ	133
16.3 Příloha 3 Zápisový list do intervenčního programu APA	134
16.4 Příloha 4 Obsahová náplň intervenčního programu APA	135
16.5 Příloha 5 Souhlas lékaře a poučení účastníků k účasti v programu APA	137
16.6 Příloha 6 Poučení účastníků s pravidly při realizaci programu APA.....	138
16.7 Příloha 7 Provozní řád místnosti 2 pro PZ	139
16.8 Příloha 8 Senior Fitness Test.....	140
16.9 Příloha 9 Projekt PZ ve Věznici Břeclav – objekt Břeclav	141
16.10 Příloha 10 Časový rozvrh aktivit PZ účastníků výzkumu.....	142
16.11 Příloha 11 Evidence docházky účastníků do programu APA – ukázka	143

16.12 Příloha 12 Písemná příprava na cvičební jednotku programu APA.....	144
16.13 Příloha 13 Průběžné hodnocení programu APA – ukázka	145
16.14 Příloha 14 Třídní kniha programu APA – ukázka.....	146
16.15 Příloha 15 Časový rozvrh dne Věznice Břeclav – objekt Břeclav	147
16.16 Příloha 16 Záznamy výzkumníka z pozorování – ukázka.....	148
16.17 Příloha 17 Pozorovací záznamový arch výzkumníka.....	149
16.18 Příloha 18 Polostrukturovaný rozhovor vlastní konstrukce	150
16.19 Příloha 19 Tabulka okruhu poznatků z analýzy rozhovorů s účastníky.....	151
16.20 Příloha 20 Souhlasné stanovisko etické komise.....	152

Seznam použitých zkratek

APA	aplikované pohybové aktivity (Adapted Physical Activities)
DK	dolní končetina
DKK	dolní končetiny
HK	horní končetina
HKK	horní končetiny
LTV	léčebná tělesná výchova
NGŘ	Nařízení generálního ředitele Vězeňské služby České republiky
NŘV	Nařízení ředitele věznice
PA	pohybová aktivita
PŘV	Pokyn ředitele věznice
PSVD	prostupná skupina vnitřní diferenciacce
PZ	programy zacházení
SFT	Senior Fitness Test
SARPO	souhrnná analýza rizik a potřeb odsouzených
TPN	oddíl pro trvale pracovně nezařaditelné osoby ve výkonu trestu odnětí svobody
Ú	účastník výzkumu
V	výzkumník
VČ	volný čas
VS ČR	Vězeňská služba České republiky
VTOS	výkon trestu odnětí svobody
ZTV	zdravotní tělesná výchova

1 ÚVOD

V důsledku dlouhodobého uvěznění a nedostatku pohybové aktivity (PA) ve volném čase (VČ) dochází u odsouzených osob ve věznicích ke zvyšování psychické tenze a pravděpodobnosti projevů agresivního chování. Nejčastěji se jedná o projevy verbální a fyzické agresivity, které plynou z nedostatečné prostorové velikosti oddílů a z absence fyzických či relaxačních aktivit. Vlivem dlouhodobého uvěznění a nedostatkem PA ve VČ dochází k úbytku motorických schopností a fyzické kondice. Snižuje se soběstačnost, což zvyšuje organizační a finanční zátěž pro Vězeňskou službu České republiky (VS ČR).

Problematikou vězeňství se v minulosti zabývala spousta diplomových prací. Mnoho z nich se zabývalo programy zacházení (PZ), které jsou základním prostředkem pro resocializaci odsouzených osob. Při hlubším pátrání se bylo možné seznámit s odbornými studii, které se týkaly PA jako jedné z forem PZ. Pro tuto diplomovou práci byly inspirativní studie, provedené zaměstnanci VS ČR. Bednář (2009) se ve své studii zabýval reedukací trvale pracovní nezařaditelných odsouzených (TPN). Cílem jeho studie bylo zjistit možnosti a názory odsouzených umístěných na specializovaných odděleních pro TPN na svoji reedukaci v podmínkách vězeňství. Součástí studie bylo zjistit názor odsouzených na PA na specializovaných oddílech pro TPN. Merunková (2010) se ve své práci zabývala motivací mužů a žen ve výkonu trestu odnětí svobody (VTOS) ke sportu. Z obou studií vyplynul pozitivní vztah odsouzených osob k PA a sportu. Součástí studií byly i odsouzené osoby z Věznice Břeclav. Z hlediska pozice vychovatele, dlouholetého zaměstnance VS ČR a studenta aplikovaných pohybových aktivit (APA), bylo úmyslem výzkumu využít poznatků z obou zmíněných studií a zaměřit se na realizaci PA u odsouzených mužů, umístěných ve VTOS ve věznici s ostrahou, ve vysokém stupni zabezpečení ve specializovaných oddílech pro TPN Věznice Břeclav – objektu Břeclav.

Do oddílů věznic označených jako TPN jsou umísťováni odsouzení na základě rozhodnutí ošetřujícího lékaře věznice (věk, zdravotní stav). Odsouzení umístění v oddílech pro TPN mají specifické potřeby a vyžadují specifické zacházení. Zdravotní stav či věk tyto odsouzené obvykle limituje účastnit se PA nebo mají PA od ošetřujícího lékaře věznice zakázanou.

Ve Věznici Břeclav – objekt Břeclav měli odsouzení umístění v oddílech pro TPN velmi málo příležitostí pro realizaci PA. Organizovaná PA se v těchto oddílech nekonala. PZ byly zaměřeny pouze na činnosti pasivního charakteru. Proto se tento výzkumu zaměřil na zvýšení PA u odsouzených se specifickými potřebami z oddílů TPN ve VČ prostřednictvím realizace organizované PA, která vyžadovala odborný přístup. Žádná z dostupných českých

a zahraničních studií se dosud praktickou realizací PA s odsouzenými umístěnými v oddílech pro TPN nezabývala. Variantou pro práci s odsouzenými z oddílů pro TPN v oblasti PA, bylo využití APA. Válková (2012) ve své publikaci vysvětluje, že APA mají specifické znaky – multidisciplinární přístup se záměrem zvýšit kvalitu života osob z minoritních skupin, adaptaci prostředí a podmínek. Díky těmto poznatkům bylo rozhodnuto využít pro práci s odsouzenými z oddílů pro TPN v oblasti PA teoretických i praktických poznatků odborníků APA.

Dle Ješiny (2013) mohou PA hrát klíčovou roli při společenském začlenění osob se speciálními potřebami či zdravotním postižením, jejich osobnostně – sociálním formování nebo při prevenci zdravotních rizik vztahujících se k nedostatečné realizaci PA. Z hlediska VTOS má u odsouzených osob největší význam osobnostně – sociální formování, prevence zhoršení zdravotního stavu a začlenění osob se specifickými potřebami zpět do společnosti. V souladu s těmito poznatky bylo záměrem výzkumu působit na odsouzené umístěné v oddílech pro TPN prostřednictvím PA, přizpůsobené jejich specifickým potřebám, podmínkám a prostředí ve věznici. Cílem výzkumu bylo vytvořit, popsat a ověřit realizovatelnost intervenčního programu APA pro odsouzené umístěné ve věznici s ostrahou, ve vysokém stupni zabezpečení, v oddílech pro TPN ve Věznici Břeclav – Objekt Břeclav a zároveň zjistit postoj odsouzených k tomuto programu.

Problematika řešená výzkumem v současnosti nemá oporu v jiných obdobných studiích. Diplomová práce by mohla posloužit jako inspirace pro zaměstnance odborného zacházení ve věznicích, kteří v rámci své profese pracují s odsouzenými osobami umístěnými v oddílech pro TPN.

TEORETICKÁ ČÁST

VĚZEŇSTVÍ V ČESKÉ REPUBLICE

2.1 Vězeňská služba ČR (VS ČR)

Vězeňství je důležitou součástí trestní politiky státu. ČR vychází ze svých mezinárodních závazků (demokratický právní stát), respektuje lidská práva a svobodu. Plní svůj úkol ochránit společnost před porušováním právních předpisů. Účel trestu nepodmíněného odnětí svobody se děje nejen izolací odsouzených od společnosti, ale také výrazným úsilím o napravení pachatele trestného činu a poté jeho opětovným začleněním do společnosti osob jednajících v souladu se zákony a vyhláškami (VS ČR, 2020).

Vznik VS ČR

VS ČR byla zřízena zákonem České národní rady č. 555/1992 Sb., a vznikla transformací stávajícího Sboru nápravné výchovy ČR. Vězeňská služba zajišťuje zejména výkon vazby a trestu odnětí svobody v rozsahu stanoveném zákonem č. 555/1992 Sb.

Úkoly VS ČR

Úkoly VS ČR (podle § 2 zákona č. 555/1992 Sb., České národní rady o Vězeňské a justiční strážní ČR):

- Spravuje a střeží vazební věznice a věznice a odpovídá za dodržování zákonem stanovených podmínek výkonu vazby a VTOS.
- Spravuje a střeží ústavy pro výkon zabezpečovací detence.
- Střeží, předvádí a eskortuje osoby ve výkonu vazby, ve výkonu zabezpečovací detence a ve VTOS a eskortuje tyto osoby do výkonu ústavní nebo ochranné výchovy, ústavního ochranného léčení nebo zabezpečovací detence, a to bezprostředně po ukončení výkonu vazby, zabezpečovací detence nebo trestu odnětí svobody.
- Zajišťuje pořádek a bezpečnost v budovách soudů, státních zastupitelství a ministerstva spravedlnosti.

- Vytváří podmínky pro pracovní a jinou účelnou činnost osob ve výkonu vazby, ve výkonu zabezpečovací detence a ve VTOS.
- Provozuje hospodářskou činnost za účelem zaměstnávání osob ve VTOS, popř. osob ve výkonu vazby.
- Vede evidenci osob ve výkonu vazby, ve výkonu zabezpečovací detence a ve VTOS na území ČR.
- Plní úkoly, které pro ni vyplývají z vyhlášených mezinárodních smluv, k jejichž ratifikaci dal Parlament souhlas a jimiž je ČR vázána.
- Zabezpečuje vzdělávání příslušníků a občanských zaměstnanců VS ČR, které provádí Akademie Vězeňské služby, vzdělávání osob ve výkonu vazby a ve VTOS, které provádí Střední odborné učiliště.
- Poskytuje zdravotní služby ve svých zdravotnických zařízeních osobám ve výkonu vazby, osobám ve výkonu zabezpečovací detence a osobám ve VTOS, příslušníkům a občanským zaměstnancům VS ČR.
- Poskytuje nebo zajišťuje odbornou péči osobám s adiktologickou poruchou, které jsou ve výkonu vazby, trestu odnětí svobody nebo zabezpečovací detence.
- V rozsahu stanoveném zvláštním právním předpisem objasňuje a proěřuje vlastními pověřenými orgány trestné činy osob ve výkonu vazby, VTOS svobody a zabezpečovací detence, spolupráci s Generální inspekcí bezpečnostních sborů (GIBS) se podílí na předcházení a odhalování trestné činnosti příslušníků VS ČR.

2.2 Systém věznic v ČR

Vězni jsou rozmístěni v třiceti pěti věznicích po celé ČR, kde se o ně stará velké množství zaměstnanců (více než jedenáct tisíc). Každá věznice má svého ředitele. Generální ředitelství spadá pod Ministerstvo spravedlnosti a zajišťuje centrální správu věznic (Uhlík, 2006).

V současné době VS ČR řídí dvacet pět věznic a deset vazebních věznic. Z věznic jsou dva objekty vedeny i jako Ústav pro výkon zabezpečovací detence (Brno, Opava). Ve všech těchto objektech bylo v roce 2020 umístěno kolem devatenácti tisíc osob. Počet umístěných mužů převažuje nad ženami (kolem tisícovky žen a sedmnáct tisíc mužů). Každý rok je rovněž v českých věznicích umístěno v průměru sto mladistvých osob od patnácti do osmnácti let (VS ČR, 2020).

Typy věznic v ČR

Toto dělení bylo zavedeno zákonem č. 58/2017 Sb., (mění se zákon č. 40/2009 Sb., trestní zákoník, ve znění pozdějších předpisů, zákon č. 169/1999 Sb., o VTOS a o změně některých souvisejících zákonů, ve znění pozdějších předpisů, a další související zákony), který nabyl účinnosti dne 1. října 2017 (původně se věznice dělily na čtyři typy – věznice s dohledem, s dozorem, s ostrahou a se zvýšenou ostrahou). V ČR nyní existují dva typy věznic:

- s ostrahou (systém tří oddělení rozdělených podle stupně zabezpečení)
- se zvýšenou ostrahou

U věznic s ostrahou je stupeň zabezpečení určen na základě vyhodnocení míry vnějších a vnitřních rizik podle VS ČR (2020):

- Vnější riziko vyjadřuje, jak moc je odsouzený nebezpečný pro společnost (s ohledem na trestnou činnost, délkou trestu, formou zavinění, za kterou byl uložen trest, s přihlédnutím k tomu, zda již byl v minulosti trestán).
- Vnitřní riziko vyjadřuje riziko ohrožení bezpečnosti během výkonu trestu s ohledem na individuální charakteristiku odsouzeného (zohledňují se zejména povaha trestné činnosti, nevykonaná ochranná opatření, průběh předchozích výkonů trestu a hrozby útěku) (Poslanecká sněmovna Parlamentu ČR, 2020).

2.3 Zařazení odsouzeného do VTOS

Zařazení do určitého typu věznice určuje soud v rozsudku, kterým rozhoduje ve věci samé o vině a trestu. Soud se může s ohledem na konkrétní okolnosti (závažnost trestného činu, stupeň a povaha narušení odsuzované osoby) odchýlit od zákonných kritérií pro rozřazování odsouzených (Coyle, 2004).

V průběhu VTOS soud rovněž rozhoduje o přeražení odsouzených. Jde o přesun z typu zvýšená ostraha věznice do věznice typu ostraha (na návrh odsouzeného, ředitele věznice, státního zástupce nebo i bez návrhu). V rámci věznice s ostrahou rozhoduje o přeražení osob mezi jednotlivými stupni ředitel věznice.

V ČR jsou zřízeny i zvláštní věznice pro mladistvé. Zde jsou ve VTOS odsouzení ve věku od patnácti do osmnácti let. Výjimkou nejsou ale ani mladí dospělí nad osmnáct let věku, ti v těchto věznicích většinou trest dokončí (málokdy se přesouvají po dosažení plnoletosti do věznice pro dospělé odsouzené).

VS ČR také zřizuje i věznice pro odsouzené ženy. Podle Černíkové (2002) je zacházení se ženami odlišné a specifické. Velkou roli zde hrají faktory jako pohlavní odlišnost, psychika a psychosomatické uspořádání. Ženy mají také jiné emoční nastavení (nízký práh vzrušivosti, vyšší náchylnost k panickým afektům apod.) VS ČR rovněž umožňuje vybraným ženám umístění do oddělení pro matky s dětmi (Kalábová & Kaláb, 2005; Hála, 2005). V těchto odděleních mohou mít odsouzené matky po dobu VTOS u sebe dítě do věku tří let.

2.4 Trest a jeho účel

Jelínek et al. (2010) definuje trest jako: „Prostředek státního donucení, které užívá stát k ochraně zájmů chráněných trestním zákonem, ochraně společnosti před trestnými činy a jejich pachateli. Jedná se o újmu na svobodě, majetkových nebo jiných právech odsouzeného, které může pachateli trestného činu uložit jen soud“ (p. 349). Trest má široké spektrum funkcí. Hlavním a základním smyslem trestu je ochrana společnosti proti porušování podmínek její existence. Trest má následovat po spáchání každého trestného činu. Většinou trest demonstruje autoritu zákona a odvrátit podobné trestné činy hrozící v budoucnu (ochranná funkce trestu). Vždy platí pravidlo úměrnost trestu trestnému činu (Novotný, 1997).

Možnost ukládat tresty je zakotvena v právním řádu ČR. V Ústavě ČR je zakotveno právo každého občana činit, co není zákonem zakázáno (zákaz nucení k takovému jednání, který zákon neukládá). Ústava ČR zakotvuje ochranu soudní moci základním právům a povinnostem. Dále se v Ústavě ČR nachází tvrzení, že soudy poskytují především zákonem stanoveným způsobem ochranu právům a pouze soud může rozhodovat o vině a trestu za trestné činy (Poslanecká sněmovna parlamentu ČR, 2020).

Novotný (1997, p. 196) ve své knize popisuje trest:

Trest je (dle trestního práva) jedním z prostředků státního donucení, jichž používá stát při plnění svých funkcí vedle prostředků politických, ekonomických aj. Úloha trestu záleží v tom, že je prostředkem v rukou státu k ochraně společnosti a občanů před trestnými činy. Pohružkou trestem, ukládáním a výkonem trestu poskytuje stát ochranu základním právním hodnotám.

V Listině základních práv a svobod (1992) v oddílu Základních lidských práv a svobod je stanoveno, že nikdo nesmí být stíhán nebo zbaven svobody jinak než způsobem, který stanoví zákon. Tedy jen zákon stanoví, které jednání je trestným činem a jaký trest (i jaké újmy na právech a majetku) lze za jeho spáchání uložit (Poslanecká sněmovna parlamentu ČR, 2020).

Černíková et al. (2008) ve své knize píše, že nezbytným znakem trestu je způsobení újmy určité osobě. Jde o zásah do lidských práv, jako jsou újma na svobodě, cti, majetku apod. V ČR se trestní právo opírá o prvky a zásady humanismu. Trestní represe by měla být rozumná. Pokud má způsobit újmu, pak pouze jestli to splnění účelu trestu vyžaduje. Újma (v trestu obsažená) by neměla převyšovat potřebu ochrany společnosti.

Všude, kde je to možné, má být použito takových opatření, která nejsou spojena se ztrátou svobody. Podle zákona č. 40/2009 Sb. trestního zákoníku, resp. § 37 trestního zákona O trestních sankcích v obecném ustanovení pro ukládání trestních sankcí, nesmí být výkonem trestu ponížena lidská důstojnost. Trest může zůstat trestem jen v případě, že obsahuje sankci, která působí pachateli újmu ať je jakéhokoli charakteru. Účinným trestem stát naplňuje svoji autoritativní funkci trestání za nezákonné chování občanů (Poslanecká sněmovna parlamentu ČR, 2020).

Pokud trest zabrání odsouzenému v dalším páčání trestné činnosti, nazývá se tato skutečnost „minimálním programem trestu“. Tzn., měl by alespoň donutit pachatele k respektování zákonů, a také zabránit dalším trestným činům (individuálně preventivní funkce). Nepodmíněný trest ovšem není všemocný a nelze zabránit jedinci páchat jiné trestné činy, které lze vykonat ve VTOS – krádež, vydírání, ublížení na zdraví či vzpoura vězňů apod. Jiné tresty zakazují činnost, jež k trestné činnosti poskytla příležitost nebo bylo rozhodnuto soudem o propadnutí věci, která by mohla další trestné činnosti sloužit. (§73 zákona č. 40/2009 Sb.; §101 zákona č. 40/2009 Sb.).

Cílem je u odsouzeného posílit psychické zábrany (výstraha, obava z dalšího trestu, strach z trestu), zastavit ho tak v dalším páčání trestné činnosti a jednoduše v něm vypěstovat myšlenku, že trest je pro něj nevýhodný nebo se nevyplácí (Novotný, 1997; Jelínek et al., 2010). Jestliže se toto vše podaří, stále není vyhráno, a proto je nejspolehlivější převýchova odsouzeného (resocializace).

Resocializace není pouhý návrat z VTOS do společnosti, jde o složitý proces překonávání odcizení (morálního, sociálního apod.). Nejčastěji se využívá rozvoje pozitivních prvků pachatelovy osobnosti (zvyky, návyky, zdravé náklonnosti a zájmy) a mělo by se kombinovat s pracovní, volní, citovou výchovou atd. (kladný vztah k práci, názor na život, odpovědnost, úcta k zákonům).

Účel trestu není ovšem jen působení na pachatele trestného činu (generálně preventivní funkce). Trestem lze zapůsobit i na ostatní členy společnosti – občany kolísavé, které je nutné před pácháním trestu varovat, i občany řádné, kteří si mohou být jisti neodvratným spravedlivým trestem (pocit právní ochrany, autorita zákonů). Jde o použití metody záporného příkladu (Jelínek et al., 2010).

Všeobecně by měl být trest otázkou spravedlnosti čili v mezích zákona. Takový trest, který je jen prostředkem ke společenské přeměně, k řešení politických či ekonomických úkolů, není spravedlivý. Trest je vázán kromě cíle i na další faktory možností nápravy odsouzeného (majetkové, rodinné poměry, zdravotní stav, věk, invalidita apod.). Aby mělo trestání opravdový smysl, musí následovat krátkou dobu po spáchání zločinu, potom ztrácí objektivnost a spojitost se spáchaným činem (Firstová, 2008; Černíková, 2008).

Pro resocializaci odsouzených existují ve VTOS tzv. PZ (Kapitola 2.8), dříve nazývané jako „reedukační programy“. Úkolem VS ČR je tzv. „zacházet“ s odsouzenými, přičemž toto zacházení může mít v ideálním případě reedukační a resocializační výsledky (Firstová, 2008).

Realizace vězeňských trestů a jejich správný chod je zřizován a usměřován následujícími normami a zákony, podle VS ČR (2020):

- Zákon č. 555/1992 Sb., o Vězeňské službě a justiční strážní ČR, v plném znění, tato zákonná norma upravuje organizační členění VS ČR a stanovuje oprávnění a povinnosti příslušníků a občanských zaměstnanců VS ČR.
- Zákon č. 169/1999 Sb., o výkonu trestu odnětí svobody, v plném znění, tímto zákonem jsou upravena práva a povinnosti odsouzených ve VTOS.
- Zákon č. 293/1993 Sb., o výkonu vazby v plném znění a upravuje práva a povinnosti osob ve výkonu vazby.
- Vyhláška Ministerstva spravedlnosti č. 345/1999 Sb., kterou se vydává řád VTOS v plném znění, jedná se o prováděcí předpis k zákonu č. 169/1999 Sb.
- Vyhláška Ministerstva spravedlnosti č. 109/1994 Sb., kterou se vydává řád o výkonu vazby v plném znění a představuje prováděcí předpis k zákonu č. 293/1993 Sb. (Klíma, 2010).

2.5 Penologie

Věda, zabývající se všemi druhy trestů. Zaměřuje se především na problematiku VTOS.

Do jejího oboru se zařazuje zdravotní stav, sociální zázemí i dosažené vzdělání odsouzeného. Penologie hledá také cesty, které by pozitivně mohly ovlivňovat pachatele trestných činů (proces polepšení, náprava a pozitivní změny chování u odsouzeného apod.). V mnoha aspektech se tato věda překrývá s kriminální pedagogikou (Černíková & Makariusová, 1997; Černíková & Sedláček, 2002). Penologie se ale spíše vztahuje k pedagogickým a psychologickým disciplínám (penitenciární pedagogika a penitenciární psychologie).

2.5.1 Penitenciární pedagogika

Je pedagogická věda, která se zabývá zkoumáním, výchovou a vzděláváním osob odsouzených k VTOS všech kategorií (dle věku, pohlaví, charakteru trestné činnosti, délky trestu atd.) (Jůzl & Olejníček, 2004).

Předmětem zkoumání u penitenciární pedagogiky je výchovná funkce VTOS. Dále také zákonitosti procesu penitenciárního působení na všechny kategorie odsouzených ve VTOS (Paukertová, 2007). Obecným cílem je výchova člověka (odsouzeného) v souladu se zásadami obecné pedagogiky, která je omezena délkou trestu odnětí svobody a needukativním prostředím, ve kterém se vězni nachází (Čepelák, 1982).

2.5.2 Penitenciární psychologie

Tato věda je součástí forenzní psychologie. Zabývá se psychologickou problematikou věznění člověka (adaptací, prožíváním, psychologickými aspekty zacházení s vězněnou osobou, aplikací psychologických metod, penitenciární diagnostikou, expertizou pro posouzení možného podmíněného propuštění, interakcí vězeň – personál, psychologickým výběrem personálu apod.) Nedílnou složkou penitenciární psychologie je i minimalizace procesu penitenciárního zacházení (Jůzl & Olejníček, 2004; Paukertová, 2007).

2.5.3 Penitenciární diagnostika

Je vědní disciplína, která se zabývá zacházením s odsouzenými ve VTOS a zjišťuje (měří) duševní vlastnosti, sociální interakci a odchylky v chování ve vězeňských zařízeních. Cílem je komplexní poznání jedince a realizuje se týmovou spoluprací několika odborníků (lékaře, psychologa, sociálního pracovníka a pedagoga). Na jejím základě jsou odsouzenému nabídnuty odpovídající programy (Paukertová, 2007).

2.6 Psychologické aspekty VTOS

VTOS svými důsledky představuje jisté zavrnutí člověka, který se projevoval odmítnutím určitého chování. Následně je takový člověk označován jako kriminálník a jeho vyloučení ze společnosti představuje vážné sociální stigma. Především u prvotrestance představuje výrazný životní zlom. Odsouzený ztrácí v souvislosti s pobytem ve VTOS svou profesní roli (ztráta zaměstnání), rozpadají se jeho rodinné vztahy (manželství, ztráta zázemí) a v neposlední řadě také přichází o své návyky a dovednosti. Tyto negativní důsledky věznění, které mění celý další život odsouzeného od základu, se mohou stát důvodem pro recidivu či další kriminální chování (Čírtková, 1998).

Netík, Netíková & Hájek (1997) ve své publikaci hovoří o trestu a jeho hlavní funkci jako o tzv. ochraně společnosti. Rozlišují tři mechanismy ochrany:

- Izolace od společnosti (ti, kteří nejsou schopni úspěšně absolvovat proces kolektivní socializace a jsou pro společnost nebezpeční).
- Odstrašení (prokázána neúčinnost, zvláště u chronických delikventů, recidivistů, osob s kriminálním životním stylem).
- Regulací chování (změnou chování jedince v žádoucím směru, navození adekvátním zacházením, toto se jeví jako velmi účinný i humánní mechanismus).

Dále autoři Netík, Netíková & Hájek (1997) zmiňují, že je potřeba určité individualizace. Tzn. způsob, který je pro jednoho trestem, může být pro druhého odměnou nebo mu může být lhostejný. Pobyt odsouzeného ve VTOS a jeho izolace v podmínkách odlišujících se od reálného života je velkou překážkou reintegrace do společnosti. Aby jedinec „přežil“ ve VTOS, je důležitá adaptace na život ve věznici (nazývá se prizonizace).

Prizonizace zahrnuje institucionalizaci, což je návyk na organizovaný vězeňský život (ztráta aktivity i iniciativy). Druhou složku tvoří ideologizace, která znamená přijetí norem a pravidel kriminální subkultury. Prizonizace výrazně snižuje šanci na zpětné začlenění odsouzeného do společnosti (Sochůrek, 2007a).

2.6.1 Osobnost odsouzeného

Podle VS ČR (2020) je po přijetí osoby do věznice přidělena subjektu role odsouzeného s právy a povinnostmi vymezenými zákonem o VTOS a příslušným řádem. Odsouzený je

podroben vstupním vyšetřením a je stanovena penitenciární diagnóza. Na ni by mělo navazovat diferencované zacházení. Trest odnětí svobody mění chování jedince, vůči němuž je uplatněn. Směr této změny (od společnosti nebo směrem k ní) závisí především na způsobu výkonu trestu. Prostá izolace, i když doplněná společensky prospěšnou prací, znamená obvykle změnu „od společnosti“, v horším případě „proti společnosti“. Lidé nejsou totožní, a proto nemůže být účinná jediná metodika (výchovy, korekce poruch chování, terapie psychických onemocnění).

2.6.2 Příklady klasifikace odsouzených

Jednotný systém klasifikace odsouzených nebyl v ČR formulován (Netík et al., 1997; Matoušková, 2013). Každý odsouzený během VTOS potřebuje individuální přístup na základě jeho osobnosti, poruch, zkušeností ze sociální interakce apod. Na chování odsouzených se odráží i přístup personálu věznice. V určitých situacích lze najít analogické obecnější vzorce chování a tento předpoklad představuje jedno ze základních východisek klasifikačních snah v psychologii. V minulých letech vznikla spousta výzkumů, které se soustředily na emocionální ladění pachatele, úroveň zformování svědomí, sociální reaktivitu a asertivnost u odsouzených. Ani jedna z uvedených studií ovšem neprokázala existenci specifické struktury osobnosti pachatele určitého typu trestného činu (Madzharov, 2016).

Podle Matouškové (2013) a Netíka et al. (1997) lze obecně diferencovat delikventní populaci schématem osmi typů osob (tzv. Jesnessovo klasifikační schéma):

- socializovaný, přizpůsobivý typ
- nezralý, pasivní typ
- neurotický, úzkostný typ
- nezralý, agresivní typ
- typ podmíněný kulturou
- typ vůdce
- neuroticky se odraťující typ
- neurotický, depresivní typ

2.6.3 Psychické charakteristiky typické pro pachatele trestných činů

Dodnes není známa přesná charakteristika osobnosti (model) typický pro pachatele

trestné činnosti. Vlastnosti jako např. sobeckost, bezohlednost mohou být sice rizikovými faktory asociálního chování, jsou však také za určitých předpokladů dobré pro společenský úspěch.

Mezi kriminálními recidivisty ve VTOS specialista nejčastěji vidí a následně hodnotí tyto projevy:

- Prožívání – až extrémní emoce, sklon k afektu, výbušnosti, emoční nestabilita, citově chladní, lhostejnost utrpení druhé osoby, bez empatie, negativní ladění.
- Způsob uvažování – většinou lidé s nižším intelektem a úrovní vzdělání (i když po roce 1989 ve VTOS i nadměrně inteligentní odsouzení), agresivní a zkratovitě jednání, rigidita myšlení, neschopnost kritického myšlení („superoptimismus“).
- Motivace uspokojování vlastních potřeb – nezdrženlivost a okamžité uspokojování potřeb, dosažení cíle pomocí nepřijatelných a kriminálních prostředků.
- Odlišnost socializace – egocentrismus, pocity privilegovanosti, bez viny, vina na ostatních lidech, nerozvinuté svědomí, nízká sociální citlivost, všechny podněty ohrožující, nepřátelské postoje, potřeba moci jako důkaz vlastní síly.
- Nápadnost v chování – bezohledné, agresivní při dosahování cílů, impulzivní jednání, bez zábran, popř. odblokování zábran pomocí alkoholu.

Další rozlišení pachatele může být podle Netíka et al. (1994) a Čírtkové (1998) následující:

- Pachatel, který se dopustil trestného činu poprvé, čin se neopakuje, cítí se vinen (osobnost nebývá narušena).
- Pachatel, jehož trestná činnost je úměrná psychické poruše, duševní nemoci nebo mentální retardaci.
- Pachatel, který je defektně socializovaný, neovládá své chování a má disociálně nebo emočně nestabilní poruchu osobnosti.
- Pachatel deviantní, odlišný od společnosti, civilizovaný a respektuje normy, které jsou platné v majoritní společnosti.

Na současné úrovni se nepodařilo prokázat existenci typických psychických

charakteristik, které by jedince určovaly k delikvenci. Přesto lze nalézt u delikventní populace analogické a obecnější znaky. Autoři Blažek, Fischer & Škoda (2019) uvádí tyto společné rysy:

- Delikventi dovedou o svém cíli logicky uvažovat, nepřipouští si následky a chybí jim zpětná vazba, uvěznění a trest pro ně nemají dostatečnou informační hodnotu, své jednání opakují (vč. návratu do VTOS), lhostejní v případě recidivy.
- Odsouzení s vyšší mírou reaktivity a impulsivity mají tendence k afektivnímu reagování a extrémním výbuchům, jsou emočně nestabilní (v sociální interakci).
- Velká část delikventů bývá emočně oploštělá, má nižší míru empatie, jejich ladění bývá negativní a nepřátelské, chybí pocit viny, litování sama sebe, vina je na ostatních.
- Lenost přemýšlet, uvažovat, řídí se impulzy a pudy, nemyslí kriticky.
- V oblasti motivace se nemusí odlišovat od běžné populace.
- Bezohlednost a agresivita užitá při dosahování cílů.
- Rys zatvrzelosti.

2.7 Zaměstnanci VS ČR

Zaměstnanci VS ČR (podle zákona č. 555/1992 Sb., o vězeňské službě a justiční stráž ČR) jsou:

- Vězeňská stráž má za úkol střežit, předvádět a eskortovat osoby ve výkonu vazby a ve VTOS. Střeží také vazební věznice, detenční ústavy a při této činnosti zajišťuje stanovený pořádek a kázeň.
- Justiční stráž zajišťuje pořádek a bezpečnost v budovách soudů a státních zastupitelstev a jiných místech činnosti soudů a Ministerstva spravedlnosti ČR a v rozsahu stanovených zákonem zajišťuje bezpečnost výkonu pravomoci těchto objektů.
- Správní služba zabezpečuje činnost organizační, ekonomickou, výchovnou apod. Rozhoduje ve správním řízení podle všeobecně platných právních předpisů.

Příslušníci VS ČR jsou ve služebním poměru a jejich prací je zajišťovat bezpečnost na oddílech. Dále jsou ve VS ČR zaměstnání i občanští zaměstnanci (specialisté, kteří zajišťují

odbornou, výchovnou, psychologickou a sociální práci na jednotlivých oddílech).

Specialisté se starají o odsouzené od jejich nástupu do věznice až do jejich propuštění. Jde o velmi psychicky náročnou práci (nutná fyzická a psychická vyrovnanost) s osobami odsouzenými za různé trestné činy. K výkonu práce specialisty nestačí pouze odpovídající vzdělání, ale je nutná i psychická odolnost, empatie a opravdový zájem pomáhat odsouzeným při pobytu ve vězení (Coyle, 2004).

Psycholog

Jádrem penitenciární diagnózy je diagnóza psychologická. Musí být stanovována vždy pouze odpovídajícím odborníkem (psychologem, absolventem studia jednooborové psychologie na některé z filozofických fakult). Celý diagnostický proces je zaměřen na komplexní poznání osobnosti odsouzeného (dle §8 vyhlášky Ministerstva spravedlnosti č. 345/1999 Sb., podle § 81 zákona č. 169/1999 Sb., o VTOS a o změně některých souvisejících zákonů). Soustředí se na strukturální a dynamické aspekty osobnosti, postoje, hodnotové hierarchie, psychické poruchy a také na kvalitu sociálních vazeb odsouzeného. To vše by mohlo souviset s možnými příčinami jeho kriminálního chování.

Psycholog má tu schopnost, že může odsouzeného nasměrovat (výchovné a terapeutické působení) ke změně chování. Ve věznicích probíhá také skupinová penitenciární psychologická diagnostika. Zabývá se skupinovou strukturou a dynamikou (rozložení rolí ve skupině, sociální pozice odsouzeného apod.). V neposlední řadě se psycholog zajímá i o členy vězeňského personálu, popř. monitoruje uchazeče před a při přijetí do pracovního poměru. Psycholog je rovněž poradcem ředitele věznice.

Poznatky z penitenciární diagnostiky využívá psycholog dále při formulování koncepce celého procesu kolektivní socializace. V rámci PZ s vězněnými osobami psycholog využívá tyto metody:

- Sociálně psychologický výcvik (osvojení dovedností potřebných k hodnotnému interpersonálnímu styku).
- Psychologické poradenství (řešení obecných i konkrétních problémů odsouzených).
- Psychoterapie.
- Psychologická intervence v krizi (intenzivní krátkodobý „terapeutický“ zákrok psychologa v situaci akutní interpersonální, nebo intrapersonální krize).

Speciální pedagog

Tento specialista by měl ovládat znalosti v oblasti pedagogiky, psychologie, sociální práce, vězeňství, právních norem a předpisů. Měl by umět dobře komunikovat s odsouzenými osobami, mít schopnost řešit rychle a efektivně jejich problémy. Musí být schopen provádět pedagogickou diagnostiku, vést stanovenou dokumentaci věznice a aplikovat rozmanité sociálně pedagogické postupy v praxi. Speciální pedagog by měl být zejména empatický, vstřícný, vnímavý, trpělivý, klidný, odolný vůči negativnímu vězeňskému prostředí, vyrovnaný a emocionálně stabilní. Co je ale hlavním předpokladem, musí chtít takto náročnou práci vykonávat a ta ho musí uspokojovat.

Speciální pedagog musí vystupovat korektně, aby měl na odsouzené dobrý vliv a vzbuzoval v nich potřebnou autoritu a důvěru.

Svým jednáním a chováním by měl také upevňovat kázeň a pořádek ve věznici. Je odborný zaměstnanec oddělení výkonu vazby a trestu a realizuje PZ. Řídí činnost vychovatelů a pedagogů volného času ve věznici. Tato pracovní pozice je přímo podřízena vedoucímu oddělení výkonu trestu.

Speciální pedagog zpracovává PZ pro jednotlivé odsouzené ve VTOS (personální, finanční a materiální zajištění). Zpracovává plán jednotlivých aktivit PZ s určením místa, času a stanovením osobní odpovědnosti za jejich realizaci, podílí se na vyhodnocování jejich účinnosti a na jejich aktualizaci. Vede podle svého zaměření některé aktivity PZ z oblasti speciálních výchovných postupů a sleduje kvalitu účasti svěřených odsouzených v PZ, změny v jejich chování, přičemž pozitivní změny podporuje a rozvíjí, průběžně zpracovává hodnocení PZ.

S odsouzenými provádí pedagogické pohovory na základě vlastních zjištění. Dále realizuje svěřenou kázeňskou pravomoc, podílí se na rozhodování o udělení přerušování výkonu trestu, povolování volného pohybu mimo věznici, vyjadřuje se k výběru odsouzených k zařazování do práce, k povolení návštěvy bez zrakové či sluchové kontroly a k přerazování odsouzených do jiného typu věznice a k jejich přemístění apod. Speciální pedagog je ve věznici tou nejdůležitější osobou, která má na starost tvorbu, realizace a vyhodnocování PZ.

Pedagog volného času

Tento zaměstnanec věznice má za úkol usměrňovat a vyplňovat volný čas (VČ) odsouzených ve VTOS. Čas ve věznici je odlišný od toho v běžném životě. Odsouzení jsou

uvěznění, musejí dodržovat vnitřní řád a další pravidla, takže si nemohou dělat vždy to, co by chtěli a jsou vázáni stále stejnou skupinou spoluvězňů a vězeňských zaměstnanců. Nesporným faktem je i to, že odsouzení mají nadbytek VČ (především nepracující ve VTOS). Tento čas naplnit smysluplnou činností je úkolem pedagoga volného času. Pokud by odsouzení nebyli ve svém VČ vedeni, vykonávali by zajisté nežádoucí činnosti, které by mohly mít negativní vliv na jejich osobnost a chování. Účelem výkonu trestu je podporovat činnosti, které budou mít pozitivní následek na změny v chování odsouzeného.

Pedagog volného času je přímo podřízen vedoucímu oddělení, je odborně veden speciálním pedagogem věznice a dále spolupracuje s ostatními specialisty. Podílí se na přípravě a realizaci PZ, organizuje a provádí hromadné volnočasové akce pro odsouzené. Vede osobně nejméně čtyři aktivity v rámci PZ (i o víkendech), sleduje kvalitu účasti v těchto kroužcích. Musí osobně znát a pedagogicky vést svěřené odsouzené, sledovat skupinovou atmosféru a sociální vztahy mezi odsouzenými.

Sociální pracovník

Sociální pracovník poskytuje odsouzeným sociálně právní poradenství, podílí se na programech PZ. Pokud odsouzení potřebují cokoli v sociální oblasti, sociální pracovník je jim plně k dispozici. V rámci sociální práce udržuje sociální pracovník přímé pracovní kontakty s církvemi, charitativními a zájmovými občanskými sdruženími, s městskými úřady, se zaměstnavateli, se soudy, s matrikami, s ubytovnami, advokáty a notáři, úřady práce, Českou správou sociálního zabezpečení a dalšími úřady (Kraus, 2008). Zajišťuje také např. vyřízení dokladů, zaměstnání, bydlení atd. Spolupracuje s institucemi sídlícími nejen v okolí působnosti věznice, ale v případě potřeby i s institucemi v místě bydliště odsouzeného. Navazuje potřebné kontakty s osobami blízkými vězněných osob.

Všechny výše zmíněné aktivity provádí po celou dobu výkonu trestu, nejvíce v době před propuštěním odsouzeného na svobodu. Snaží se, aby měl odsouzený při propuštění v pořádku doklady, zajištěné bydlení i možnost zaměstnání (tzn. aby byl sociálně zabezpečen po propuštění z výkonu trestu a dokázal se adaptovat co nejdříve na život na svobodě). Sociální pracovník má za úkol pomoci odsouzeným poučit se z VTOS, začlenit se zpět do společnosti a dále vést plnohodnotný život. Tento těžký úkol klade na sociální pracovníky vysoké nároky na jejich schopnosti, dovednosti, znalosti, ale i psychické a fyzické zdraví. Každý takový pracovník je v daném okamžiku pro odsouzené jedním z nejbližších a nejdůležitějších lidí (VS ČR, 2020; Kraus, 2008).

Vychovatel

Vychovatel ve VTOS má k odsouzeným ze všech specialistů oddělení výkonu trestu nejbližší. Na rozdíl od ostatních specialistů je mu svěřen jen určitý počet odsouzených, které má na starost. Jde asi o padesát odsouzených na jednom oddělení. Vychovatel je důležitá osoba, na kterou se odsouzení obracejí se všemi svými problémy. Základním úkolem vychovatele je komplexní výchovná, vzdělávací, diagnostická a preventivní činnost zaměřená na celkový rozvoj osobnosti odsouzeného, na jeho resocializaci a převýchovu. Vychovatel je odborně řízen speciálním pedagogem a je podřízen vedoucímu oddělení. Musí osobně znát jemu svěřené odsouzené (např. sociální vztahy, atmosféra v přidělené skupině). Vede kartotéku odsouzených, kam se zaznamenává celý průběh výkonu trestu. Měl by znát odlišnou povahu a národu odsouzených (poznat sklony k útěku, sebepoškozování, objekty možného napadení nebo možné pachatele násilného jednání) a věnovat jim zvýšenou pozornost. Vychovatel se podílí na hromadně organizovaných akcích, dbá na kázeň a pořádek v ubytovacích prostorech odsouzených. Vede odsouzené k samoobslužné činnosti, upevňování každodenních návyků, podílí se ve spolupráci s ostatními specialisty na tvorbě PZ a vede minimálně dvě aktivity PZ.

Vychovatel má na starost početní a jmenný přehled odsouzených, rozhoduje o jejich ubytování, kontroluje korespondenci, zajišťuje odsouzeným telefonické hovory, zabezpečuje realizaci návštěv, vycházek, provádění nákupů. Zprostředkovává vyřizování stížností a žádostí. Organizuje shromáždění odsouzených za účelem projednávání otázek souvisejících s výkonem trestu a životem ve věznici vůbec (VS ČR, 2020).

Vychovatel terapeut

Důležitou osobou ve věznici je také vychovatel terapeut. Při resocializaci odsouzených jsou jeho hlavním úkolem různé formy individuální i skupinové terapie (zařazeny mezi speciální výchovné postupy v rámci PZ). Tento specialista je podřízený vedoucímu oddělení a je metodicky veden psychologem věznice. Má podíl na tvorbě PZ. Je potřeba zmínit, že posláním vychovatele terapeuta není komplexní léčba odsouzeného ve VTOS, ale spíše vedení odsouzeného k odreagování, uvolnění a relaxaci. Odsouzený pak může odpykávat trest smysluplně a pozitivně rozvíjet svoji osobnost (využije po propuštění z věznice). Vychovatel terapeut používá různé terapeutické metody podle povahy odsouzených (pracovní terapie, arteterapie, pohybová terapie, psychoterapie, dramatická výchova, muzikoterapie, sociální výcvik, terapeutické pohovory individuální i skupinové, trénink zvládnutí agresivity a stresu

apod.). Nejčastěji se využívá pracovní terapie, která může mít kromě pozitivního vlivu i ekonomický užitek pro věznic a další subjekty. Pracovní terapie je metoda, která se nejvíce uplatňuje u hospitalizace v léčebnách, nemocnicích a na psychiatrických odděleních, ale lze se s ní setkat také v rámci volnočasových aktivit různých dalších zařízení. Pracovní terapie (resp. ergoterapie) rozvíjí dovednosti (motorické, sociální, kognitivní, percepční) a zvyšuje tak sebedůvěru. Dalším pozitivem ergoterapie je odpoutání pozornosti od problému, relaxace, lepší poznání vlastního já i celkové obohacení života o nové dovednosti (VS ČR, 2020).

Duchovní

Duchovní se v českých věznicích objevuje od devadesátých let, ale dodnes nemají ve věznicích takový prostor jako ostatní specialisté. Bývají zaměstnaní na částečný úvazek a setkávají se s odsouzenými ve skupině nebo individuálně (podle náboženské tematiky např.). Základem setkávání duchovních s odsouzenými je pastorační práce, kterou se duchovní snaží směřovat odsouzené k vlastní zodpovědnosti za spáchanou trestnou činnost, k náhledu na své životní hodnoty, na vinu, kterou se provinili. Snaží se jim v souladu s vírou nalézt nové životní hodnoty a cestu k lepšímu prožití své existence na tomto světě.

Duchovní pomáhá i ostatním zaměstnancům věznice, neboť se velmi často dokáže přiblížit i k vězněným osobám závažné trestné činnosti a vězněným osobám s dlouhodobými tresty. VS ČR je povinna respektovat různá náboženství odsouzených a také umožňovat některé náležitosti s tím související (Jůzl & Olejníček, 2004).

2.8 Programy zacházení

PZ (dříve resocializační programy), jsou nedílnou součástí VTOS. Dřívější označení bylo změněno kvůli těžké dosažitelnosti resocializace odsouzeného ve VTOS. Předpokladem kvalitních PZ je velmi pečlivá a důsledná příprava (Biedermanová & Petra, 2011).

Po příchodu nového odsouzeného do VTOS následuje zpracování komplexní zprávy o odsouzeném (nachází se ve vězeňském informačním systému, VIS). Tuto zprávu tvoří kromě lékaře i psycholog, sociální pracovník, pedagog a vychovatel. Obsahuje údaje nutné k vypracování plánu o zacházení s odsouzeným ve VTOS (trestný čin, popř. předcházející trestné činy, uložený trest, délka trestu, soudem uložená léčba ambulantní nebo ústavní, anamnéza odsouzeného, rizika a potřeby pro bezproblémový návrat do společnosti). Rizika a potřeby jsou vyhodnocovány programem VS ČR, který nese název Souhrnná analýza rizik

a potřeb odsouzených osob (SARPO) (VS ČR, 2020). Díky této analýze, která minimalizuje rizika selhání, může personál věznice stanovit PZ odsouzené osobě. Odborníci z kmenové věznice poté odsouzenému mohou nabídnout aktivity, ze kterých si dotyčný vybere takové, které mu vyhovují. Pokud se jedná o odsouzeného s trestem kratším jednoho a půl roku (i odsouzený v horším zdravotním stavu), je mu stanoven tzv. „minimální PZ“. Programy se vyhodnocují vychovateli a pedagogem v určitém časovém období, které se liší podle typu věznice a stupně zabezpečení věznice. Během VTOS se mohou PZ měnit, podle aktuálních potřeb odsouzeného.

VS ČR při vytváření PZ a volby zacházení s odsouzenými velmi často rozlišuje pachatele nedbalostních trestných činů a pachatele úmyslných trestných činů různé povahy (od majetkových deliktů, sexuálních deliktů, násilných deliktů až po trestný čin vraždy).

Pachatelé nedbalostních trestných činů se liší mírou asociality. Netík et al. (1997) rozlišuje pachatele pod vlivem intoxikace, pachatele s nedostatečnou nebo nadměrnou motivací a pachatele trestných činů podmíněných situačně. Autor také dodává, že u těchto pachatelů má trest odnětí svobody více nežádoucích účinků. Proto by se komunikace s odsouzeným měla omezit na krizovou intervenci, práci s vinou a poradenství zaměřené na eliminaci vedlejších důsledků trestu (ztráta zaměstnání, bydliště, vztahů, rodiny apod.).

Asociální psychopaté jsou charakterističtí těžkou poruchou osobnosti, která se projevuje zejména v sociální oblasti již od mládí. Obecně se považují za nenapravitelné s nulovým úspěchem jejich korektivní socializace. Zaměstnanci věznic se i přesto snaží ve VTOS působit i na pachatele recidivisty s těmito psychickými poruchami. Netík et al. (1997) doporučuje specialistům ve VTOS vřelý a chápající přístup s kritickým, realistickým a důsledným pohledem. „Pravidla hry“ musí být pevná a srozumitelná, dodává autor. Většinou se u recidivistů objevuje rigidita myšlení i chování, egocentrická orientace osobnosti, bezprostřední uspokojování potřeb a agrese.

Oblasti PZ zahrnují:

- Pracovní aktivity – pro zapojení odsouzeného z VTOS do společnosti se musí dotyčný naučit pracovním povinnostem a návykům (řád a smysl života), pracovní zařazení je během VTOS pro odsouzeného velmi důležitá, z finanční odměny za práci je možné platit pohledávky odsouzeného, výkon trestu a výživné na děti. Vězeň má ze zákona povinnost vykonávat práci pro věznici, práce u soukromých subjektů je na úrovni dobrovolnosti. Za práci má vězeň nárok na pracovní odměnu.

Součástí PZ jsou také práce brigádnické práce, za které finanční odměna nenáleží.

- Vzdělávací aktivity – propuštěný vězeň z VTOS potřebuje nejen dobré sociální zázemí, ale také zajištění zaměstnání (oboje výrazně snižuje recidivu), během VTOS je kladen velký důraz na zvyšování kvalifikace a vzdělávání odsouzených. VS ČR organizuje tři druhy vzdělávacích aktivit. Vzdělávání, které probíhá ve školském vzdělávacím středisku (základní škola, učební obory odborné, všeobecně vzdělávací a jiné kurzy). Vzdělávání, které realizují pracovníci oddělení výkonu trestu v rámci plnění PZ (jazykové, kurzy občanské nauky, kurz základů obsluhy PC). Vzdělávání, které probíhá prostřednictvím korespondenčních kurzů a v síti základních, středních, vyšších odborných či vysokých škol ČR.
- Speciálně výchovné aktivity – individuální a skupinové činnosti s terapeutickými prvky, vedené odbornými zaměstnanci oddělení výkonu trestu, zařazují se sem odsouzení, s rizikem či poruchou (potřeba zohlednit ve VTOS), využívají se poznatky z různých oborů (psychologie, patopsychologie, pedagogiky, speciální pedagogiky atd.), mohou být prostředkem k dosažení motivace odsouzeného pro změnu vlastní osobnosti nebo zlepšení podmínek při následné resocializaci (např. činnosti jako trénink sociálních dovedností, trénink zvládnání agresivity, atd.), nabídka těchto aktivit se v jednotlivých věznicích liší podle prostorových a personálních možností věznice.
- Volnočasové aktivity – vedou a dohlíží na ně vychovatelé a pedagogové volného času, zájmové kroužky (jazykové, kroužek zeměpisu, kroužek akvaristiky, šachový, hudební, kroužek právního minima, apod.), odsouzený si může půjčovat knihy z knižního fondu vězeňské knihovny, má právo objednat si na svůj náklad knihy, denní tisk a časopisy (i zahraniční dostupné v ČR, kromě tématu výbušnin, střeliva, výroby a použití těchto a návykových látek), odsouzenému je umožněno ve svém volném čase využívat sportovní materiál, případně společenské hry.

2.9 Věznice Břeclav

Historie breclavské věznice sahá až do devatenáctého století, kdy byla součástí budovy Okresního soudu. Byla postavena v novorenesančním stylu pro potřeby soudu, který byl v Břeclavi založen v roce 1850. Po reformě státní správy v roce 1848 vznikly nové správní a soudní orgány a pod pravomoc Okresního soudu patřily obce Nová a Stará Břeclav, Židovská obec Břeclav a Podivín a vsi Lanžhot, Kostice, Tvrdonice, Mikulčice, Týnec, Moravský

Žižkov, Ladná, Velké Bílovice a Hrušky. Tehdejší okresní věznice byla určena zejména pro krátkodobé tresty odsouzených z výše jmenovaných oblastí.

Věznice poté v roce 1953 ukončila činnost. V roce 1959 byla budova věznice předána Okresnímu národnímu výboru a později zde až do roku 1989 sídlil vojenský útvar pohraniční stráže. Okresní soud budovu věznice v roce 1990 nechal částečně zrekonstruovat pro svoji potřebu, od roku 1993 se započalo se stavbou nové věznice, která trvala až do roku 1995. Od tohoto okamžiku byl zahájen provoz Vazební věznice Břeclav jako objektu Vazební věznice Brno (Věznice Břeclav, 2020).

Na začátku roku 1997 pak byla díky rozhodnutí ministra spravedlnosti ČR zřízena samostatná Vazební věznice Břeclav, která se v roce 2006 stala věznicí pro odsouzené muže zařazené do VTOS s dohledem a ve věznici s ostrahou. V listopadu roku 2012 se Věznice Břeclav rozrostla o objekt Poštorná (Věznice Břeclav, 2020).

2.9.1 Profilace Věznice Břeclav

Věznice Břeclav je věznicí ostrahovou. Vykonávají zde trest odnětí svobody odsouzení muži, kteří jsou zařazení do vězení s ostrahou s nízkým, středním i vysokým stupněm zabezpečení. Oddíl s ostrahou s nízkým stupněm zabezpečení se nachází v objektu Břeclav i Poštorná) a má kapacitu celkově sto dvacet dva míst. Oddíl s ostrahou se středním stupněm zabezpečení, které se nachází v objektu Poštorná, má kapacitu sto pět míst. Oddíl s ostrahou s vysokým stupněm zabezpečení je v objektu Břeclav a celková kapacita činí šedesát osm míst.

Ve všech výše zmíněných typech oddělení výkonu trestu jsou zřízeny speciální oddíly pro TPN. Oddíl specializovaný pro výkon trestu odsouzených TPN s nízkým stupněm zabezpečení je v objektu Břeclav a má kapacitu jedenáct míst. Tento oddíl je bezbariérový (nájezd pro invalidní vozík, vstupní dveře do ložnice odsouzených přizpůsobeny vozíku, bezbariérové sociální zařízení). V objektu Poštorná je specializovaný oddíl pro výkon trestu odsouzených TPN se středním stupněm zabezpečení má kapacitu dvacet devět míst. Oddíl specializovaný pro výkon trestu odsouzených TPN s vysokým stupněm zabezpečení má kapacitu dvacet míst a nachází se v objektu Břeclav.

2.9.2 Charakteristika odsouzených z oddílů pro TPN ve Věznici Břeclav

Výzkum se zabýval odsouzenými zařazovanými do specializovaných oddílů pro TPN. Charakteristika odsouzených zařazovaných do oddílů pro TPN je pro všechny věznice jednotná.

Za TPN se považují odsouzení (Bajcura & Zange, 2019):

- Odsouzení starší 65 let (pokud sami nepožádají o zařazení do práce).
- Odsouzení, jež byli uznáni plně invalidní.
- Odsouzení, jejichž zdravotní stav (onemocnění) neumožňuje trvalé pracovní zařazení.

Odsouzení ve VTOS jsou do oddílu pro TPN zařazováni dle kritérií, která stanovuje § 69 zákona č. 169/1999 Sb., uplatňují se následující zásady:

- Jsou-li ve specializovaném oddílu umístěni odsouzení zařazení do různých základních typů věznice, musí být ubytováni odděleně podle základních typů věznice a stupňů zabezpečení věznice s ostrahou tak, aby méně narušení odsouzení vykonávali trest odděleně od více narušených.
- Do cel a ložnic se odsouzení umísťují s přihlédnutím k jejich zdravotnímu stavu na základě doporučení ošetřujícího lékaře, přičemž nekuřáci musí být na vlastní žádost vždy ubytováni odděleně od kuřáků.
- Na návrh ošetřujícího lékaře nebo na vlastní žádost a se souhlasem tohoto lékaře mohou vykonávat vhodnou pracovní terapii uvnitř věznice, výjimečně i mimo věznici.
- Prověrka početního stavu se provádí přímo v celách a ložnicích.
- Podle indikace lékaře se poskytuje nebo zajišťuje léčebně rehabilitační péče.
- Věznice nabízí odsouzeným účast na vhodných kulturně výchovných a zájmových aktivitách.

Odsouzení, kteří si s odpykávají trest v oddílu pro TPN mají stejná práva a povinnosti jako ostatní vězni. Rozdíl je však v přístupu a péči o tyto jedince (Bajcura & Zange, 2019). Zaměstnanci věznice potřebují při jednání s těmito osobami notnou dávku trpělivosti a individuálního přístupu. Handicapovaní odsouzení se dostávají do věznice různou cestou. Jako lidé, kteří jsou celoživotní recidivisté a jiný život neznají nebo se jedná o jedince, u nichž se projevilo zkratkovité jednání. To může souviset se změnou osobnosti a poté spáchání trestného činu. (Hoferková & Raszková, 2015). Pokud se jedná o starobní důchodce, jsou většinou odsouzeni za majetkový trestný čin nebo trestný čin proti životu a zdraví.

U invalidních důchodců to bývá totéž, většinou ale páchají závažné trestné činy proti životu a zdraví. Tito lidé nemusí být bez domova, naopak mnoho odsouzených nastupuje do výkonu trestu z plnohodnotného života se svou rodinou. Starý nebo nemocný člověk, vytržený z funkční rodiny, se hůře přizpůsobuje vězeňským pravidlům a trvá delší dobu, než pochopí a přijme to, co se po něm vyžaduje (Bajcura & Zange, 2019).

2.9.3 Trestná činnost odsouzených zařazovaných do oddílů pro TPN

Skupina handicapovaných odsouzených se může navenek jevit jako méně nebezpečná. Tito lidé ale mají ve své osobnosti skryté deviantní, často sexuální nebo antisociální sklony (Schlanger, 2017). Paradoxem je, že společnost se jimi nechává zmást, mohou být tudíž stejně nebo dokonce ještě více nebezpeční, než se na první pohled zdá (Slowík, 2016). Bajcura a Zange (2019) provedli v roce 2018 studii a zajímali se o to, kolik procent trestných činů u handicapovaných osob využívá fyzického násilí či krádeží apod. Z výzkumu vyplývá, že asi 65 % trestných činů handicapovaných odsouzených je bez přímého fyzického násilí. Z toho 25 % procent tvoří krádeže, další trestné činy bez souvislosti s násilím nebo jiným člověkem tvoří 19 % a dalších 19 % jsou podvody a hospodářské trestné činy. Zbylých 45 % kriminální činnosti je pácháno s fyzickým násilím. Logicky si totiž lze jen těžko představit člověka s handicapem, který by mohl ohrožovat společnost.

Toto procento odsouzených se již dostává po soudním rozhodnutí do VTOS se zvýšenou ostrahou či ostrahou s vysokým stupněm zabezpečení (násilná trestná činnost bez zjištěných úmyslů, loupeže, sexuální násilí, vraždy úmyslné, pokusy o vraždu nebo zabití, omezování osobní svobody, trestná činnost s použitím střelné zbraně a trestná činnost v organizované skupině). Většina trestných činů handicapovaných osob ovšem z výzkumu z roku 2018 nesouvisí s násilím (jinak tomu bylo např. v roce 2005) (Bajcura & Zange, 2019).

Lze říci, že skupina handicapovaných odsouzených má ve Věznici Břeclav poměrně stabilní zastoupení. Bez ohledu na trestnou činnost je potřeba s nimi ve VTOS zacházet na profesionální úrovni, poskytovat jim kvalitní zdravotní péči, dodržovat odlišné postupy a respektovat potřeby každého jedince.

2.9.4 Nástup odsouzených do VTOS do oddílu pro TPN ve Věznici Břeclav

Nástup do VTOS je podmíněn § 81 zákona č. 169/1999Sb., o VTOS a jeho upravenou vyhláškou č. 345/1999 Sb., o přijímání, umístování, přemístování a propouštění odsouzených.

Dle této vyhlášky odsouzené přijímá v příslušné věznici odborná komise ve složení vedoucí oddělení výkonu trestu, psycholog, speciální pedagog, sociální pracovník, vychovatel, popřípadě další zaměstnanci věznice (odborní zaměstnanci). Po přijetí do věznice se nově přijatí odsouzení ubytují odděleně od ostatních odsouzených, a to v nástupním oddělení věznice.

Délka pobytu v nástupním oddělení se určuje individuálně a zpravidla nepřevyší dva týdny (podle § 8 vyhlášky Ministerstva spravedlnosti č. 345/1999 Sb.). Věznice Břeclav má problémy s nedostatkem prostoru, proto pro období nástupu nového vězně, vyčlenila tzv. „nástupní ložnice“. Během pobytu v nástupním oddělení v nástupní ložnici, zpracují odborní zaměstnanci o odsouzeném komplexní zprávu a navrhnou jeho PZ (Kapitola 2.8). Odsouzený se také seznámí s pravidly výkonu trestu s vnitřním řádem Věznice Břeclav a s prostředím věznice (VS ČR, 2020).

2.9.5 Režim a ubytování pro odsouzené TPN ve Věznici Břeclav

Podle § 17 vyhlášky MS o 345/1999 Sb., je každému novému odsouzenému vybráno ubytování v ložnici s dalšími odsouzenými. Kapacita ložnic se liší podle stavebních úprav, od tří osob až po osm osob v ložnici. V jednom oddíle s vysokým stupněm střežení je celový režim. Přímě v cele mají odsouzení umístěno WC a umyvadlo s pitnou vodou. Jinak je vždy koupelna a toaleta v přilehlých prostorách v jednotlivých oddílech.

Každý odsouzený má v cele vlastní lůžko a uzamykatelnou skříňku k uložení osobních věcí. V ubytovací místnosti jsou stolky a židle podle počtu odsouzených. Při umístění odsouzených do jednotlivých ložnic a cel se snaží zaměstnanci Věznice Břeclav přihlížet k tomu, aby nedocházelo ke střetům společného soužití určitých skupin osob.

Dále má nový odsouzený ihned po příjezdu do věznice právo na použití telefonu ke kontaktu s osobou blízkou v době vymezené vnitřním řádem Věznice Břeclav. K tomu lze využít telefon přímo na chodbě jednotlivých oddílů. Všechny telefonáty odsouzeného se evidují a podléhají kontrole. Jen ne ty, které jsou vedeny s obhájcem nebo advokátem (zastupuje odsouzeného) a se státními orgány ČR nebo s konzulárními úřady a diplomatickými misemi. Žádost o telefonní hovor podává odsouzený tzv. „kmenovému vychovateli“, ke kterému byl při příjezdu do věznice přidělen.

2.9.6 Návštěvy odsouzených TPN ve Věznici Břeclav

Návštěvy jsou dovoleny v denní době ve dnech pracovního volna nebo pracovního klidu.

Odsouzený má právo přijímat návštěvy blízkých osob v rozsahu tří hodin během jednoho kalendářního měsíce. Z naléhavých rodinných nebo osobních důvodů mohou být návštěvy povoleny častěji i mimo původně určený čas. Před návštěvou jsou odsouzený i návštěvníci poučeni o pravidlech chování při návštěvě. Návštěva se musí prokázat platným průkazem totožnosti. Odsouzený je před návštěvou a po ní podroben osobní prohlídce, kterou vždy provádí osoba stejného pohlaví. Návštěvy probíhají ve Věznici Břeclav v návštěvní místnosti, která pojme maximálně třicet dva osob (VS ČR, 2020).

2.9.7 Zdravotnická péče pro odsouzené TPN ve Věznici Břeclav

VS ČR je ze zákona povinna poskytovat zdravotní služby ve svých zdravotnických zařízeních osobám ve výkonu vazby, osobám ve výkonu zabezpečovací detence, osobám ve VTOS, a také příslušníkům a občanským zaměstnancům VS ČR. VS ČR poskytuje zdravotnické služby v rozsahu daném platným oprávněním, které jí udělilo v roce 2013 Ministerstvo spravedlnosti.

Každá z věznic disponuje zdravotním střediskem, které zajišťuje ambulantní zdravotní péči. V některých věznicích je také poskytována lůžková péče (Vazební věznice Praha Pankrác a Vazební věznice a ústavu pro výkon zabezpečovací detence Brno). Každé zdravotnické zařízení poskytuje péči prostřednictvím praktického lékaře a stomatologa (ve většině věznic), v ženských věznicích také gynekologa. Další odborné zdravotní služby jsou poskytovány v souladu s potřebami VS ČR a přihlédnutím k dostupnosti mimovězeňských poskytovatelů zdravotních služeb a také s ohledem k současným možnostem personálně zabezpečit jednotlivé zdravotnické odbornosti v rozsahu vyžadované platnou zdravotnickou legislativou (VS ČR, 2020).

Zdravotní stav odsouzených ve Věznici Břeclav zajišťuje a kontroluje jeden praktický lékař, jeden psychiatr a šest zdravotních sester pro oba objekty (Břeclav i Poštorná). Praktický lékař a zdravotní sestry jsou stálými zaměstnanci věznice. Psychiatr dochází do obou objektů jednou za tři týdny. Jednou v měsíci pečuje o vězněné osoby kardiolog a kožní lékař (rovněž externí pracovníci).

Každodenní péči o vězněné osoby v rámci oddílu pro TPN zajišťuje v obou objektech věznice pět vychovatelů. Každý vychovatel má v péči maximálně dvacet osob. Dále se na péči podílí specialisté věznice: psycholog, pět pedagogů, dva pedagogové volného času, dva sociální pracovníci. Všichni tito specialisté se starají jak o osoby pracovně nezařaditelné, tak o ostatní vězněné muže.

Starobní důchodci a invalidní důchodci přijatí do výkonu trestu, trpí často civilizačními chorobami (kardiovaskulární onemocnění, cukrovka, vysoký krevní tlak apod.). Z toho vyplývá, že potřebují být více pod dohledem vězeňského lékaře (např. pravidelné užívání léků). Návštěvy odborných lékařů (kardiolog, internista, diabetolog) jim zařizuje zdravotní středisko Věznice Břeclavi v civilních zdravotnických zařízeních mimo věznici. Dle potřeby jsou eskortováni příslušníky VS ČR ke konkrétnímu odbornému lékaři. Při eskortě odsouzeného do nemocnice dochází ze zákona k dalším omezením při určení donucovacích prostředků. I přes vysoký věk, nebo vážné onemocnění, mohou být při přesunu použity donucovací prostředky (např. hmaty a chvaty sebeobrany, pouta, poutací popruhy, předváděcí řetízky, expanzní zbraně a hrozba střelnou zbraní). Na lékařské ošetření mají odsouzení nárok ze zákona a jsou rovněž ze zákona povinni podrobit se výše uvedeným donucovacím prostředkům bez ohledu na věk a zdravotní stav. Prioritou je ve VTOS vždy bezpečnost.

Dle VS ČR (2020) je cílem umožnění handicapovaným odsouzeným VTOS v prostředí, které nebude dále zhoršovat jejich zdravotní stav. Dále je potřeba vést odsouzené k pozitivní změně hodnotové orientace, ke smysluplnému trávení volného času a podpora těch postojů, které odsouzenému mohou pomoci vést řádný život po propuštění na svobodu. Důležitá je také minimalizace možnosti zneužívání fyzicky i psychicky slabších odsouzených. PZ se přizpůsobují potřebám jednotlivých odsouzených, jsou odsouzeným průběžně ve stanovených termínech vyhodnocovány. Podle potřeby (z důvodu posílení pozitivních změn chování) jsou také aktualizovány.

2.9.8 PZ pro odsouzené TPN ve Věznici Břeclav

Odsouzení zařazení do oddílů pro TPN ve VTOS si na začátku pobytu mohou vybrat vhodný PZ. Tomu se během VTOS budou věnovat. Ve Věznici Břeclav je nabídka těchto aktivit velká. Jde o individuální nebo skupinovou aktivitu. Programem zacházení je např. čtenářský, fotografický, počítačový, zeměpisný, výtvarný kroužek apod. Tyto aktivity mají na starost pověřeni zaměstnanci či specialisté věznice. Výběr vhodného kroužku závisí na zdravotním stavu odsouzených. Jak mladým vězňům, tak i starobním důchodcům se zaměstnanci věznice (od vychovatele po lékaře) snaží usnadnit výkon trestu a zároveň jim pomoci stát se plnohodnotným občanem při výstupu z VTOS.

3 POHYBOVÉ AKTIVITY

3.1 Vliv pohybové aktivity (PA)

Pohyb umožňuje člověku žít a existovat v jakémkoli věkovém období. V mládí je množství a funkce pohybu větší a přirozenější. Čím jsou lidé starší, tím více je pohyb ovlivněn sociálním prostředím (podporován, usměrňován nebo tlumen). PA má nezastupitelný význam ve vývoji jedince (Bursová, 2005). Pohyb je potřebný pro zdravý růst a vývoj. PA ovlivňuje centrální nervovou soustavu a zprostředkovaně má tedy pozitivní vliv na psychiku, intelekt, citlivost, sebedůvěru a vůli člověka. PA má pozitivní vliv také na lidský metabolismus, tj. snižování hladiny celkového i tzv. LDL cholesterolu, hladiny tuků (zdroj energie). Pravidelný pohyb způsobí naopak zvyšování tzv. HDL cholesterolu, který zabraňuje kornatění cév (ateroskleróze) a také zvyšování tolerance inzulínových receptorů (snížení hladiny cukru v krvi). U diabetiků může tento fakt výrazně ovlivnit dávkování inzulínu (Vondruška & Barták, 1999; Ginn, 2012).

Není novinkou, že pravidelné cvičení zlepšuje také funkci kardiovaskulárního systému. Díky svalové kontrakci se lépe navrácí krev z krevního oběhu, svaly působí jako pomocná pumpa a zmenšuje se tak riziko např. infarktu myokardu. Tělo zvyklé na každodenní fyzickou aktivitu je připraveno mnohem více na stresovou i fyzickou zátěž, svaly lépe regenerují (Vondruška & Barták, 1999). Podle Dostálové (2011) to musí být ale PA vhodně provedená a přiměřená, jinak by vyvolala v organismu negativní reakci. Dále lze díky PA dosáhnout zpomalení procesu stárnutí, zlepšení hlubokého břišního dýchání, snížení klidové tepové frekvence a normalizace krevního tlaku, zlepšení paměti, zlepšení nálady, vyplavení hormonu štěstí a v neposlední řadě také zvýšení sebevědomí atp. Zjednodušeně lze říci podle výroku Vondrušky a Bartáka (1999): „Pohyb nepřidává životu léta, ale dává létům život“ (p. 9).

K PA by se mělo přistupovat jako k zábavě a zpestření všedního dne, není cílem si tělo ničit případně si PA brát jako povinnost. Základem je radost z pohybu, vnitřní postoje prováděnou činnost výrazně ovlivňují. Negativní pocit z PA produkuje stres a cvičení poté nemá pro člověka žádný přínos. Je všeobecně známo, že lidstvo využívá PA od pradávna. Již v Číně, Indii i starověkém Řecku a Římě (kung-fu, kalokagathia) se dbalo na PA jako na nutnost harmonického rozvoje psychických i tělesných vlastností člověka.

PA mají společenský, motivační, volnočasový význam a rehabilitační či rekondiční funkci. V ČR jsou vzdělávání odborníci pro tělesnou výchovu jak osob zdravých, tak se zdravotním postižením a existují mnohaleté zkušenosti s metodologií tělesné výchovy

pro handicapované a seniory.

PA prováděna v každém věkovém období musí pochopitelně respektovat didaktické zákonitosti s ohledem na individuální zvláštnosti každého jedince. PA můžeme rozdělit do několika skupin:

- Léčebná tělesná výchova (LTV) – pod lékařským nebo zdravotnickým dohledem (skupiny, jednotlivci) v různých zdravotních nebo rekondičních zařízeních, cvičení relaxační, kondiční, dechové, s pomocí přístrojů apod.
- Zdravotní tělesná výchova (ZTV) – pro osoby se zdravotním postižením nebo se zdravotním omezením, pod profesionálním cvičitelem, skupinové, rekondiční a turistické akce, vznik sdružení a skupin (astmatici, kardiaci, senioři, lidé s bolestmi zad, s Parkinsonovou chorobou apod.) .
- Habituační PA – celá škála PA běžného života (i rekreační).
- Rekreační sport – podle zájmů (cyklistika, plavání, kolektivní sporty apod.).

3.2 Sport a PA ve VTOS

Život ve vězeňském zařízení se od toho běžného společenského mírně odlišuje. Dnešní doba ohrožuje populaci hypokinezi (nedostatkem PA) a na ní navazující riziko kardiovaskulárních a ostatních civilizačních chorob a je tomu tak i v prostředí věznic u odsouzených ve VTOS. Zde může být situace ještě o to složitější, že se jedná o vymezený prostor pro tyto osoby. PA má velký význam pro odsouzené ve VTOS zejména z hlediska vytvoření a zachování fyzické a psychické zdatnosti, zlepšení koncentrace, zvýšení odolnosti, snížení stresové zátěže atd. (Woods, Breslin & Hassan, 2017). Vede i ke změně životního stylu a posilování vztahu odsouzeného k sobě samému. Motivace v PA hraje zásadní roli v dalším životě po propuštění odsouzeného ze VTOS (Meek, 2018).

V PZ se kromě pracovních, vzdělávacích, speciálně výchovných aktivit apod. uplatňují také zájmové aktivity, do kterých je zařazen sport. Sportovní (pohybové) aktivity neodmyslitelně patří k VČ aktivitám ve VTOS. Věznic pro PA vymezuje svoje prostory. Většinou se jedná o venkovní vycházkové dvory nebo vnitřní místnosti. Jak je všeobecně známo, PA působí pozitivně na odsouzené osoby a jejich zdraví (duševní tak fyzické), je také základem psychohygieny.

3.3 Aplikované pohybové aktivity (APA)

Dle Válkové (2012) se APA dají definovat několika způsoby, definice se v Evropě a USA postupně vytváří a upřesňuje od osmdesátých let minulého století. Válková (1996, p. 2) APA popisuje takto:

APA je multidisciplinární strukturovaný systém veškerých kontextů pohybových (i sportovních) aktivit osob se specifickými potřebami (v prostředí separovaném, paralelním, či integrovaném, realizovaný v souladu se zájmy, schopnostmi či limity daných osob). V případech, kdy individuální limity jsou v podstatě neměnné a osobu vlastně přizpůsobit nelze, je potřeba změnit prostředí (environmentální přístup). I když APA vychází z pojetí kategoriálního (respekt k obecným principům kontraindikací, pochopení základních principů PA dané kategorie), v konkrétních vztazích ke konkrétnímu jedinci je nutné modifikovat, adaptovat vnější vlivy prostředí a následně je aplikovat, a to z dále vymezených hledisek. Těmi jsou komunikace, metody, obsah činnosti (programu), pravidla, podmínky (přístupu, prostředí, pomůcek).

Zjednodušeně můžeme APA chápat jako obor, který se snaží o zkvalitnění (způsobu) života osob se speciálními potřebami. Dále se APA snaží tyto osoby se zdravotním postižením, znevýhodněním i dlouhodobou nemocí apod., integrovat do společnosti pomocí činnosti pohybového charakteru.

Spektrum APA tvoří z velké části také ZTV (tyto dva obory ale nejsou totožné). Rozdíl je v tom, že ZTV má za úkol aktivitu čistě preventivní, rehabilitační.

Podstata APA (Válková, 2010) je založena na osobní zkušenosti a přístupech k životu, pohybu apod. Každý jedinec je odlišný (od např. věku až po vzhled či zdravotní stav). Zde se uplatňuje pojem „jinakost“. APA pracuje i s výrazem „začlenění“ (individuální přístup, program přizpůsobený jednotlivcům) (p. 39). Základem je pohyb běžného života a denních aktivit (sebeobsluha, hygiena apod.). Postupuje se od aktivit během dne, přes pohyb s asistencí či s kompenzační pomůckou až k pohybu toku myšlenek apod. APA pracuje také s principem modifikací, což lze chápat jako aktivity spojené s úpravami např. prostředí sportu či společenského styku (obsah, pravidla, podmínky, metody práce, komunikace atd.). Cílem celého programu APA je výsledná nezávislost jedince a vláda nad svým životem (využít maximálně svůj potenciál a zvládnout pohybové a životní kompetence).

„Empowerment“ nebo také víra (resp. posílení důvěry) ve vlastní schopnosti má v oblasti APA nezastupitelnou roli (Ješina, Kudláček, et al., 2011). Je zajímavé, že některé osoby s vrozeným zdravotním postižením mívají nižší sebevědomí než jedinci, kteří mají handicap získaný během života. Jde o to, jak jedince přijímá okolí (dětství, dospívání). Každé negativní hodnocení se může do osobnosti se zdravotním postižením nenávratně promítnout. Proto by osoby se speciálními potřebami měli být co nejvíce stimulovány jak psychicky, tak fyzicky. PA jsou obohacující pro kvalitu života a zdraví člověka se speciálními potřebami. Pro posílení důvěry ve vlastní schopnosti jsou velmi zásadní dvě myšlenky. Aktivní přístup, který zkvalitňuje dovednosti v sociálním prostředí a enviromentální stimuly pro podporu zdravého životního stylu (Ješina & Hamřík, 2011).

3.3.1 Principy APA

Pochopení podstaty APA je založeno na vnitřním přijetí její filozofie, na postojích každého jedince a na osobní zkušenosti. Principy, která s pochopením podstaty APA souvisejí, jsou kontaktní teorie, vnímání „jinakosti“, kategoriální – nekategoriální pojetí, mobilita jako filozofická kategorie, principy modifikací a princip nezávislého života (Válková, 2001). Pro potřeby této studie bylo využito především z principů kontaktní teorie, principu modifikací a teorie nezávislého života.

Kontaktní teorie

Základem je praxe nebo také využití některých zásad v praxi. Důležité jsou mezilidské vztahy. Náhodně vzniklé a nečekané kontakty v lidech mohou zanechat kladné nebo záporné emoce, člověk si je zapamatuje a mohou jej ovlivnit. Přesto je potřeba do procesu zahrnout také cíl, směr, plánovaný postup, trénink či hodnocení. Velmi podstatné jsou společenské akce, kde se setkávají a poznávají určité skupiny populace, a využití PA (tanec apod.).

Princip modifikací

Tento princip spočívá v úpravě nebo přizpůsobení prostředí i podmínek pro PA. V některých případech je nutné upravit, popř. přizpůsobit komunikaci při společenském styku. K úpravám nebo přizpůsobení dochází také velmi často u obsahu programu PA. Využívá se speciálních pomůcek či načiní. Jedinci se přizpůsobuje metodika práce (Válková, 2012).

Teorie nezávislého života

Hlavním slovem je samostatnost a nezávislost v životě. Znamená to zvládnutí a přijetí své situace a aktivní přístup k životu. Smyslem je vytvářet podmínky technické i legislativní, aby jedinec byl schopný nést zodpovědnost za svůj vlastní život. Nepomáhá se tam, kde to není třeba nebo kdy jedinec pomoc odmítne. Válková (2012, p. 35) přímo píše: „Hledat šanci – dostat šanci – naplnit a využít šanci.“

3.3.2 APA seniorů a aktivní stárnutí

Trendem je stárnutí populace a tento proces je nezastavitelný a nevyhnutelný. Tento jev se promítá i do vězeňského prostředí. Existují pojmy biologické a sociální stárnutí. Biologické se týká hlavně zdraví jedince a nelze ho přesně určit, jelikož proces degenerace organismu a stárnutí se prolínají. U biologického stárnutí je také důležité subjektivní vnímání věku. Sociální stárnutí se týká znevýhodňování, pokles životní úrovně, odchod do starobního důchodu apod. (Wittmannová, 2020). Ve VTOS odsouzení stárnou subjektivně i objektivně rychleji. Vězni seniori (bráni ve VS ČR již od 50 let věku) více trpí zdravotními problémy (duševní, chronická a mnoho dalších). Jejich zdravotní stav je odrazem dřívějšího životního stylu a sociálních podmínek (Vidovičová & Wija, 2020).

Lze ale stárnout aktivně, a tudíž stárnutí lehce zastavit díky PA (Biddle & Fox, 1989). Pozitivní přínos PA je v této studii již popsán (Kapitola 3.1). U starších osob má pravidelná PA nezastupitelnou roli, jednak se zlepšuje celková kondice jedince, jednak se příznivě promítá do psychické roviny seniorů (kromě PA je to i komunikace s vrstevníky, sociální kontakt a kooperace).

PRAKTICKÁ ČÁST

4 CÍLE VÝZKUMU, VÝZKUMNÉ OTÁZKY

Cíle výzkumu:

Vytvořit a popsat intervenční program APA pro vybrané odsouzené muže umístěné ve VTOS, ve věznici s ostrahou, ve vysokém stupni zabezpečení, v oddílech pro TPN, ve Věznici Břeclav.

Ověřit realizovatelnost intervenčního programu APA u vybraných odsouzených mužů umístěných ve VTOS ve věznici s ostrahou, ve vysokém stupni zabezpečení, v oddílech pro TPN, ve Věznici Břeclav.

Zjistit postoj vybraných odsouzených mužů umístěných ve VTOS ve věznici s ostrahou, ve vysokém stupni zabezpečení, v oddílech pro TPN, ve Věznici Břeclav k intervenčnímu programu APA.

Výzkumné otázky:

1. Jakou podobu bude mít metodika intervenčního programu APA?
2. Jaké faktory (realizační bariéry) limitují intervenční program APA?
3. Jaký názor mají vybraní odsouzení muži umístění ve VTOS ve věznici s ostrahou, ve vysokém stupni zabezpečení, v oddílech pro TPN ve Věznici Břeclav – objekt Břeclav na intervenční program APA z hlediska osobní zkušenosti?
4. Jak vnímají vybraní odsouzení muži umístění ve VTOS ve věznici s ostrahou, ve vysokém stupni zabezpečení, v oddílech pro TPN ve Věznici Břeclav – objekt Břeclav intervenční program APA z hlediska osobních pocitů libosti a nelibosti?

5 METODOLOGIE VÝZKUMU

5.1 Design výzkumu

Z dostupné odborné literatury vyplývá, že téma zvoleného výzkumu dosud nebylo dostatečně popsáno. Výzkum probíhal ve specifickém prostředí, za specifických podmínek a se specifickými účastníky. Na základě těchto poznatků byl vhodným výzkumným postupem pro naplnění cíle výzkumu zvolen kvalitativní přístup. Kvalitativní přístup umožnil flexibilitu postupu při realizaci výzkumu, který probíhal za přímé dlouhodobé účasti výzkumníka v terénu. Výhodou tohoto typu výzkumu byl jeho cirkulární charakter. Jednotlivé fáze se vzájemně prolínaly a výzkumník se mohl v průběhu postupu výzkumu vracet zpět. Záměrem výzkumníka bylo holistické pojetí výzkumu neboli vytvoření celistvého obrazu zkoumaného intervenčního programu APA a zjištění, jak účastníci program vnímali.

Výzkum probíhal v přirozeném prostředí pro účastníky výzkumu a délka praktické části výzkumu byla stanovena na šestnáct měsíců. Prostředí, ve kterém se výzkum uskutečnil bylo předem definováno. Účastníci výzkumu byli vybráni na základě přesně stanovených kritérií. Počet účastníků byl omezen na osm osob. Pro sběr dat bylo využito veškerých dostupných a ve výzkumu uplatnitelných metod. Centrem zájmu výzkumu byli lidé. Švaříček & Šedřová (2007) uvedli, že kvalitativní přístup umožňuje získat komplexní obraz jevů založených na hlubokých datech a specifickém vztahu výzkumníka a účastníků výzkumu. Cílem výzkumníka je porozumění situaci tak, jak jí rozumějí sami aktéři.

Studie hledala odpovědi na otázky, které měly bezprostřední význam pro praxi. Hendl (2005) vysvětluje, že v případové studii, lze různě uplatnit prvky jak etnografického nebo bibliografického výzkumu, tak soubor metod kvalitativního nebo kvantitativního charakteru. Proto byla jako design výzkumu vybrána případová studie. Využití malého vzorku případů (účastníků) umožnilo vytvořit, popsat, ověřit realizovatelnost a zjistit postoj účastníků k intervenčnímu programu APA. Přímé zúčastněné otevřené pozorování a polostrukturovaný rozhovor vlastní konstrukce vedly k zodpovězení k výzkumných otázek.

5.2 Kritéria kvality výzkumu

Pro zajištění kvality výzkumu bylo využito poznatků Flicka (1995) a Lincolnové & Guby (1985), kde byla popsána kritéria kvality, která nejlépe odpovídala realizovanému výzkumu. Již v průběhu plánování a samotné realizaci výzkumu se výzkumník snažil o zajištění kvality

sběru dat a jejich uchování. Ke splnění tohoto záměru sloužil dostatečně dlouhodobý pobyt v terénu, vedení terénního deníku a bezpečné uchování dat prostřednictvím zaheslovaných datových souborů. Na základě teoretické připravenosti byl jasným způsobem formulován cíl, výzkumné otázky a metody, kterými se cíle dosahovalo. Za kvalitu výzkumu odpovídal výzkumník, který se na studii podílel sám.

5.2.1 Platnost a spolehlivost výzkumu

V praktické části výzkumu bylo snahou dosáhnout co největší platnosti a spolehlivosti výzkumu pomocí kritérií vycházejících z konceptu Lincolnové & Guby (1985). Výše jmenovaní autoři se zabývali kritérii důvěryhodnosti, přenositelnosti, spolehlivosti a potvrditelnosti.

Důvěryhodnost studie byla založena na dlouhodobé účasti výzkumníka v terénu a jasně strukturovaným výběrem účastníků výzkumu. Zúčastněným pozorováním bylo nashromážděno dostatečné množství poznatků, které byly uchovávány prostřednictvím terénního deníku. Ve výzkumné zprávě bylo detailně popsáno, jakým způsobem byla data pořízena a na základě jakého postupu bylo dosaženo závěrů. Pro zvýšení důvěryhodnosti a autenticity bylo ve zprávě použito několika přímých citací z polostrukturovaného rozhovoru a ze zápisů z terénního deníku.

Dalším důležitým kritériem výzkumu, byla jeho přenositelnost či aplikovatelnost v praxi. Výzkumník se snažil toto kritérium naplnit detailním popisem procesu výzkumu neboli jak metodika intervenčního programu APA v praxi vznikala a fungovala. Ve výzkumné zprávě bylo zdokumentováno, na jakém principu byl vybrán výzkumný přístup a z jakého důvodu byly vybrány užití metody. V průběhu realizace výzkumu byly objeveny i limity studie, které byly ve výzkumné zprávě popsány.

Spolehlivost výzkumu spočívala v následujících postupech při jeho realizaci. Výzkumník se snažil využít pouze data, která získal z metod sběru dat. Velký důraz kladl na to, aby se v průběhu zkoumání oprostil od domýšlení a doplňování údajů (především v oblasti přímého zúčastněného pozorování). Ke sběru dat bylo užito mimo jiné polostrukturovaného rozhovoru. Na tento rozhovor se výzkumník dostatečně připravoval. Otázky koncipoval srozumitelně, aby je účastníci výzkumu pochopili. Polostrukturovaný rozhovor svými vlastnostmi zajistil, že byly všem účastníkům položeny stejné otázky (pro výzkum stěžejní). Záznam z rozhovoru s účastníky byl limitován prostředím (věznice), byl proto pořizován písemnou formou. Výzkumník se snažil o co nejdetailnější přepis včetně vlastních poznatků

z pozorování při samotném rozhovoru. Dle Hendla (2005) nemá případová studie čistě specifické analytické procedury. Švaříček & Šed'ová (2007, p. 109) dále dodávají: „Absence uceleného a uznávaného přístupu k datům vzešlým ze studia případů v praxi znamená, že téměř každá studie představuje do jisté míry originální analytický a interpretativní přístup.“ Analýza dat se na základě této skutečnosti ve výzkumu opírala o otevřené kódování a kategorizaci dat dle Strausse & Corbinové (1990). Kódování i kategorizace probíhalo v průběhu výzkumu a snahou bylo, aby při kódování byla zachována konzistence, jak uvádí Richardsonová (2005).

5.2.2 Triangulace

Techniky, která zajišťovala kontrolu a zvýšení kvality výzkumu a bylo ji užito nejen při samotném procesu realizace studie, ale i při jejím vyhodnocování, byla triangulace. Hendl (2005) popisuje pojmem triangulace jako kombinování různých metod, výzkumníků, skupin či jednotlivců, různých časových úseků a teoretických perspektiv, které se dají uplatnit u zkoumaných jevů. Pro výzkum byla užita technika datové triangulace dle Denzina (2001). Ta spočívala v porovnání získaných dat z různých zdrojů. Přímé pozorování, které probíhalo v průběhu výzkumu bylo doplněno plánovaným polostrukturovaným rozhovorem s účastníky výzkumu. Hendl (2007) takovou triangulaci nazývá explicitní. Smyslem datové triangulace bylo zhodnotit zkoumanou problematiku z více úhlů pohledu a omezit tím zkreslení dat při užití jediné metody jediným výzkumníkem.

5.2.3 Etické aspekty výzkumu

Otázkami etiky výzkumu se výzkumník zabýval od počáteční přípravné fáze. K etickým aspektům se přistupovalo jako k neoddelitelné a významné součásti tohoto výzkumu. Při realizaci výzkumu se vycházelo z etického kodexu České asociace pedagogického výzkumu. Výzkum byl před svým zahájením písemnou formou schválen nejvyšším představitelem instituce – ředitelem věznice. Výzkumník realizoval výzkum se vším respektem vůči účastníkům výzkumu s ohledem na to, aby jim nezpůsobil fyzickou či psychickou újmu, včetně zachování všech jejich práv daných zákonem. Všem účastníkům výzkumu byl před vstupem do výzkumu vysvětlen smysl, průběh i cíl výzkumu. Byli poučeni, že z výzkumu mohou kdykoliv odstoupit a na konci výzkumu se s výsledky seznámit. Někteří odborníci si kladou otázku, zda mají s výsledky výzkumu seznámit účastníky a stavějí se k tomu z mnoha důvodů skepticky. Tento výzkum v souladu s jeho cílem umožňoval seznámit účastníky

s výsledky. Účastníci stvrdili účast ve výzkumu prokazatelným podpisem informovaného souhlasu (Příloha 1). Výzkumník po celou dobu výzkumu zachovával anonymitu účastníků výzkumu (označení účastníků Ú1–Ú4), tak aby nemohlo dojít k jejich identifikaci. Data, která byla v průběhu výzkumu pořízena, byla uchována na zahaslovaném médiu a přístup k nim měl pouze výzkumník. Tato opatření nazývají ve svém díle Švaříček & Šed'ová (2007, p. 45) „důvěrnost“. Při sestavování výzkumné zprávy dbal výzkumník na zachování všech autorských práv. O schválení realizace výzkumu byla oslovena etická komise Fakulty tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci (Příloha 20).

5.3 Metody sběru dat

Ve výzkumu byly zvoleny dvě metody sběru dat, zúčastněné pozorování a polostrukturovaný rozhovor. Z hlediska cílů výzkumu a výzkumných otázek se obě metody vzájemně doplňovaly. Důležité informace pro výzkumníka byly získány prostřednictvím postojů účastníků k výzkumu, ale i na základě zúčastněného pozorování, které detailně zachytilo celý průběh intervenčního programu APA. Typické pro kvalitativní studie je flexibilita metod a časová náročnost. Obě metody vyžadovaly dostatečně dlouhou dobu na přípravu, vlastní realizaci a záznam z realizace.

5.3.1 Zúčastněné pozorování

Metoda pozorování byla zvolena z několika důvodů. Prvním důvodem byla možnost přímé účasti výzkumníka v terénu na základě kladného stanoviska ředitele věznice. Výzkumník byl v přímé interakci s účastníky výzkumu. Smyslem přímého pozorování bylo zachytit chování a jednání účastníků a pochopit jejich souvislosti. Dalším důvodem byl detailní popis prostředí a situace, ve kterých se výzkum odehrával. Účastníci výzkumu byli o pozorování výzkumníkem dopředu informováni. Výzkumník při přípravě pozorování dospěl k závěru, že kvalita výzkumu nebude tímto ohrožena a chování účastníků nebude zkresleno.

Ve výzkumu šlo o dlouhodobý pobyt výzkumníka v terénu, v jehož průběhu se stával přímým aktérem aktivit a především pozorovatelem. Dlouhodobý pobyt výzkumníka v terénu umožnil sledovat probíhající jevy přímo v přirozeném prostředí účastníků. Na základě profesních zkušeností bylo záměrem výzkumníka kritickým pohledem sledovat skutečné dění bez subjektivně zabarvených předpokladů. Data z pozorování byla dále využita k doplnění a komparaci informací získaných z rozhovorů s účastníky výzkumu.

5.3.2 Polostrukturovaný rozhovor

Důvodem využití této metody bylo zjistit, jaký postoj zaujali účastníci k intervenčnímu programu a co si o něm mysleli. Pro získání důležitých informací byl jako nejvhodnější typ této metody zvolen polostrukturovaný rozhovor. Využití ohniskové skupiny, nebo též skupinového rozhovoru, jichž bylo u některých pedagogických výzkumů, které v minulosti charakterizovaly různé typy intervenčních programů, nebylo ze specifických důvodů možné. Prostředí, ve kterém se účastníci výzkumu nacházeli, bylo anonymní. Nemohlo být připodobněno např. ke školní třídě nebo k některé jiné sociální skupině. Částečná struktura rozhovoru byla vytvořena výzkumníkem. Byly formulovány základní otázky rozhovoru, které se dále rozvíjely dle jeho průběhu a odpovědí účastníků. Výzkum se tedy opíral o polostrukturovaný rozhovor vlastní konstrukce.

6 PŘÍPRAVNÁ FÁZE INTERVENČNÍHO PROGRAMU APA

Součástí praktické části výzkumu byla přípravná fáze intervenčního programu APA. Před zahájením přípravné fáze byla podána písemná žádost řediteli věznice o schválení realizace výzkumu. Podrobná a pečlivá přípravná fáze byla nezbytným předpokladem pro úspěšnou přímou intervenční práci výzkumníka s účastníky výzkumu. Pro usnadnění orientace ve výzkumu si výzkumník stanovil časový harmonogram, dle kterého výzkum rámcově postupoval. Součástí přípravné fáze byla kreativní činnost výzkumníka, kterou se formovala metodika intervenčního programu APA.

6.1 Časový harmonogram výzkumu

S ohledem na předpokládanou časovou náročnost, byl výzkum rozdělen do tří částí (etap). Jednotlivé části se vzájemně prolínaly. Harmonogram byl obecnou oporou pro výzkumníka a sloužil k orientaci ve výzkumu. V průběhu výzkumu docházelo k dílčím termínovým i organizačním úpravám. Závěrečná část výzkumu (analýza, interpretace dat a sepsání závěrečné zprávy) byla s ohledem na povahu výzkumu prodloužena do roku 2021.

1. Etapa (listopad 2018–únor 2019)

V tomto období probíhalo studium odborné literatury, databází a zdrojů se záměrem získat dostatečný vhled do problematiky. Byla stanovena východiska pro teoretickou část výzkumné zprávy. Proběhlo schválení programu ve věznici a terénní šetření. Proběhla prvotní analýza prostředí a podmínek. Byla vybrána a dovybavena místnost 2 pro PZ, vhodná k realizaci výzkumu.

2. Etapa (prosinec 2018–leden 2019)

V prosinci 2018 započala příprava pro realizaci. Byl vybrán výzkumný soubor. S písemným souhlasem vybraných účastníků se stal intervenční program APA součástí jejich PZ. Ve spolupráci s fyzioterapeutem a ošetřujícím lékařem věznice byla vytvořena obsahová náplň programu. Ve spolupráci s ostatním personálem věznice byla zabezpečena pravidelná docházka vybraných účastníků do programu. V lednu 2019 byl intervenční program APA zahájen a probíhal do prosince 2019 včetně.

3. Etapa (leden 2019–březen 2021)

Souběžně s realizací praktické fáze výzkumu (sběr dat) probíhala analýza získaných dat. Rozbor a objasňování získaných dat probíhal paralelně s praktickou částí. V únoru 2020 započala tvorba závěrečné zprávy.

6.2 Specifika prostředí ve vztahu k PA

Odsouzení muži ve Věznici Břeclav měli specifické možnosti, jak realizovat PA. Tyto možnosti vycházely z režimu ve věznici a byly značně omezeny. Vyplývaly ze zákona o VTOS č. 169/1999 Sb., který stanovil práva a povinnosti odsouzených, vyhlášky 345/1999 Sb., kterou se vydal řád o VTOS, nařízeních generálního ředitele VS ČR a nařízeních ředitele věznice (NŘV), která byla v dalších závazných dokumentech věznice specifikována. Těmito dokumenty bylo nařízení ředitele věznice, které definovalo zásady vnitřní bezpečnosti, pokyn ředitele věznice, kterým se stanovila některá režimová opatření a vnitřní řád věznice. Jednalo se o propracovaný systém bezpečnostních opatření, která usměrňovala režim ve věznici a byla při práci s vězňenými osobami nezbytná. Tyto závazné dokumenty, kterými byli kromě odsouzených povinni se řídit i zaměstnanci věznice. Mj. vymezovaly co, kde, kdy a za jakých podmínek mohli odsouzení v rámci PA absolvovat.

Byl zde specifikován rozsah a způsob pohybu odsouzených po věznici. Výzkumem sledovaná skupina odsouzených zařazených ve vysokém stupni zabezpečení ve specializovaných oddílech pro TPN se po věznici mohla pohybovat pouze za doprovodu dozorce, strážného nebo pověřeného občanského zaměstnance věznice. Skupina nesměla přesáhnout počet 10 osob. Při odchodu a příchodu do oddílu se musela vězňená osoba podrobit osobní prohlídce, popř. důkladné osobní prohlídce. Důkladná osobní prohlídka se prováděla ve speciálních prostorech pouze v případě důvodného podezření, že se vězňená osoba snažila pomocí nepovolených předmětů mařit účel VTOS. Osobní i důkladnou osobní prohlídku prováděl dozorce. Dále byl jasně specifikován časový interval, kdy se mohli odsouzení v jednotlivých prostorech věznice za doprovodu dozorce, či pověřeného zaměstnance pohybovat. Tento interval vyplýval z režimových opatření, která vycházela z organizačního chodu věznice a z vnitřního řádu pro odsouzené. Ve vnitřním řádu pro odsouzené byla mimo jiné stanovena doba pro realizaci PZ, doba osobního volna a vycházek. Rozsah a způsob pohybu odsouzených ve vymezených prostorech pro realizaci PZ, osobního volna a vycházek mohl být zaměstnancem věznice v odůvodněných případech přerušen a omezen. V době pravidelných

početních prověrek stavů všech odsouzených věznic se museli odsouzení nacházet ve svých oddílech i ložnicích.

Režimová opatření taktéž upravovala, jaké PA, popř. hry se v konkrétních vymezených prostorech mohly realizovat. Odsouzení muži zařazení do ostrahy, do vysokého stupně zabezpečení do oddílů pro TPN, byli z hlediska těchto aktivit i z hlediska povoleného pohybu i prostoru výrazně omezeni. Spoustu aktivit neměli tedy možnost realizovat ani v rámci PZ. Veškerá jejich organizovaná aktivita přímo souvisela s pedagogickou činností zaměstnanců odborného zacházení, kterými jsou vychovatelé, speciální pedagogové, sociální pracovníci, psychologové a pedagogové VČ.

6.3 Příležitosti k PA pro odsouzené z oddílů pro TPN

Výzkum se prostřednictvím terénního šetření zaměřil na množství a příležitosti pro PA u odsouzených mužů ve Věznici Břeclav – objekt Břeclav, umístěných ve VTOS ve věznici s ostrahou, ve vysokém stupni zabezpečení. Nacházely se zde oddíly se standardním zacházením s bezdrogovou zónou, kde byli umístěni odsouzení pracující a specializované oddíly pro odsouzené TPN. Předmětem výzkumu byli odsouzení muži TPN. PA odsouzených ve věznici souvisí s tzv. PZ. Na základě vyhlášky 345/1999 Sb., která upravuje řád o VTOS, stanovil speciální pedagog věznice každému odsouzenému PZ. Ve Věznici Břeclav – objekt Břeclav se nacházela místnost pro kondiční cvičení. V těchto prostorách se realizovala zájmová aktivita tzv. kondiční cvičení. Jednalo se o neorganizovaný typ PA. Odsouzení měli možnost chodit 1x až 2x týdně do aktivity kondiční cvičení určené pro všechny odsouzené věznic na základě stanovení PZ. Frekvence návštěv byla dána dle zařazení odsouzeného do dostupné skupiny vnitřní diferenciac (PSVD), kterou upravoval vnitřní řád věznice. Jednalo se o motivační systém pro odsouzené. Aktivitu mohli navštěvovat v jednom termínu maximálně 4 odsouzení. Rozpis termínů spravoval pověřený zaměstnanec odborného zacházení – vychovatel. Do posilovny byl odsouzený zařazen pouze s písemným povolením ošetřujícího lékaře po vstupní zdravotní prohlídce při nástupu do věznice. Většina odsouzených ze specializovaných oddílů věznice pro TPN nebyla od lékaře věznice ke kondičnímu cvičení uschopněna. Další neorganizované PA se mohli odsouzení TPN zúčastnit v rámci PZ tzv. relaxační aktivity. Jednalo se o zájmovou aktivitu a spočívala ve vycházkách na vycházkové dvory věznice. Vycházky měli možnost odsouzení absolvovat každý den v časovém intervalu jedna hodina a realizovali se ve stísněných uzavřených prostorech

vnitřních vycházkových dvorů. Čas realizace vycházek byl stanoven dle časového rozvrhu dne, který byl součástí vnitřního řádu věznice. Vždy se však jednalo o odpolední hodiny.

Šetření přineslo zjištění, že ve dvou oddílech pro TPN ve Věznici Břeclav – objekt Břeclav neprobíhaly žádné organizované PA. Z šetření dále vyplynulo, že odsouzení ve specializovaných oddílech pro TPN měli možnost neorganizovaných PA. V obou oddílech pro TPN měli odsouzení možnost využít jízdu na rotopedu a společných vycházek jednu hodinu denně na vnitřních vycházkových dvorech věznice. Zlomek odsouzených měl od lékaře povolenou návštěvu místnosti pro kondiční cvičení. Dle informací z osobních karet odsouzených umístěných ve vysokém stupni zabezpečení v oddílech pro TPN mělo od ošetřujícího lékaře povolenou návštěvu místnosti pro kondiční cvičení 8 odsouzených. Z evidenčního listu docházky do této aktivity kmenového vychovatele odsouzených bylo zjištěno, že pravidelně se této aktivitě účastnilo 5 odsouzených a pouze 1x týdně. Z těchto faktů výzkumník vyvodil závěr, že ve specializovaných oddílech pro TPN probíhalo během týdne pouze nepatrné množství PA.

6.4 Podmínky pro PA u odsouzených z oddílů pro TPN

Ve Věznici Břeclav – objekt Břeclav jsou vymezeny prostory pro PA odsouzených dle Pokynu ředitele věznice č. 2, kterým se stanovila některá režimová opatření a vnitřním řádem věznice. Dle vyhlášky 345/1999 Sb., kterou se vydává řád o VTOS § 20 bylo umožněno odsouzeným absolvovat vycházky na místech tomu určených. Ve Věznici Břeclav – objekt Břeclav to byly vnitřní vycházkové dvory. Jednalo se o jeden větší a dva menší prostory ohraničené čtyřmetrovou zdí a zastřešené plektivem. Na velkém dvoře o rozměru 58 m² se obvykle hrál ping – pong a probíhaly zde procházky a posilování s vlastní vahou. Na malých dvorech o rozměrech 19,5 m² se cvičilo na hrazdě, popř. se zde daly provozovat krátké procházky. Dále byly ve věznici vymezené místnosti pro realizaci PZ s odsouzenými. Objekt Břeclav měl pro PA vhodné celkem 2 místnosti. Obě se nacházely v suterénních prostorech věznice. Místnost 1 pro kondiční cvičení pro odsouzené o rozměru 24 m² a místnost 2, která byla určena pro PZ bez konkrétní specifikace o rozměru 17 m². V místnosti pro kondiční cvičení probíhala neorganizovaná PA odsouzených pro všechny oddíly věznice dle rozpisu pracovníků odborného zacházení ve vězenství – vychovatelů. Byla vybavena posilovacími stroji, lavicemi a činkami. V místnosti 2, která neměla konkrétní specifikaci, probíhala terapeutická setkání pracovníků odborného zacházení ve vězenství – sociální pracovníce a psychologa. Místnost byla vybavena starým kobercem včetně okolních stěn, lavičkou, stolem, dřevěným regálem. Ze sportovního náradí se zde nacházely žebřiny. Ze sportovních pomůcek

se zde byl k dispozici velký gymnastický míč, stará balanční podložka, 4 karimatky, balanční podložka s pevnou základnou a činka (4 kg). K terapeutickým programům zde sloužil CD přehrávač.

Pozornost výzkumníka se zaměřila na bezbariérovost společných prostor pro odsouzené z oddílů pro TPN. Oddíly pro TPN vycházely z dispozic, možností a potřeb osob na vozíku nebo osob s handicapem v oblasti pohybových schopností. Místnosti 2 pro PZ ve věznici a cesta k nim nebyla bezbariérová. Odsouzení z oddílů pro TPN vysokého stupně zabezpečení byli umístěni v prvním, resp. druhém nadzemním podlaží. V případě pohybu po věznici byli nuceni sejít jedno nebo dvě patra. V případě návštěvy místnosti pro kondiční cvičení a místnosti 2 pro PZ nespecifikované museli sejít schody do suterénních prostor. Pro odsouzené s handicapem pohybových schopností se jednalo o zásadní překážku pro účast na PA.

Na základě posouzení prostor pro realizaci PA odsouzených umístěných ve vysokém stupni střežení v oddílech pro TPN ve věznici došel výzkumník k závěrům, že vycházkové prostory bylo možné využít k PA, ale s malým potenciálem. Dvory nejsou zastřešeny. V zimním a deštivém počasí se zde PA dala realizovat velmi zřídka. Byly to velmi malé a stísněné prostory. Organizovaná činnost zde proto neprobíhala. Místnost 1 pro kondiční cvičení mohli využívat odsouzení 1x – 2x týdně dle zařazení do PSVD a pouze po schválení ošetřujícím lékařem věznice. V místnosti 2 PZ zaměřený na PA neprobíhal. Nacházel se zde však potenciál pro její využití k organizované PA. Odsouzení z oddílů pro TPN s pohybovým handicapem byli omezeni absencí bezbariérových přístupů do prostorů pro PZ.

6.5 Příprava místnosti 2 pro PZ pro intervenční program APA

Mapováním prostor pro realizaci PA ve věznici (úvodní terénní šetření), bylo zjištěno, že místnost pro PZ nazvaná 2, nabízela potenciál pro PA. Výzkumník vybral tyto prostory pro realizaci intervenčního programu APA. Jak bylo uvedeno (Kapitola 6.4), na podlaze místnosti a částečně na stěnách byl starý koberec. Na jedné stěně místnosti byly žebřiny a ze sportovního náčiní bylo možno využít velký gymnastický míč, balanční plochu a karimatky. V místnosti byl nepořádek, dlouho se zde neuklízelo. Bylo nutné tuto místnost dovybavit cvičebními pomůckami a zajistit úklid. Za pomoci vybraných odsouzených (uklízeči věznice), byl vyčištěn koberec a utřen prach v místnosti (Příloha 2).

Na základě faktu, že věznice jsou pravidelným příjemcem účelově určených dotací na nákup vybavení do PZ pro specializovaná oddělení (do specializovaných oddělení se řadí i oddíly pro TPN), byl výzkumníkem vznesen požadavek k zaměstnanci odborného zacházení

ve věznici – speciálnímu pedagogovi. Ten měl ve Věznici Břeclav v gesci nákup vybavení do PZ. Jelikož načasování výzkumu spadalo do termínů realizace těchto nákupů, bylo žádosti výzkumníka vyhověno. Prostřednictvím speciálního pedagoga bylo objednáno a zakoupeno pro intervenční program APA nové sportovní náčiní. Náčiní bylo vybráno na základě rozhodnutí výzkumníka. Kritérii pro výběr byly sportovní kompetence výzkumníka a finanční možnosti věznice. Z dotace poskytované věznici na nákup vybavení do PZ pro specializovaná oddělení bylo možné využít pouze část celkového objemu prostředků. S ohledem na některé faktory (velikost místnosti, finanční možnosti věznice a znalost využití cvičebních pomůcek výzkumníkem), byl zakoupen materiál, který byl dostatečný k sestavení odpovídající obsahové náplně intervenčního programu APA. Jednalo se o 3 ks balančních podložek s pevnou plastovou základnou, 4 ks velkých gymnastických míčů, 12 ks posilovacích gum na cvičení, 3 ks balančních podložek, 3 ks medicinbalů (3 kg), 1 ks medicinbalu (5 kg), 1ks kettlebellu, 6 ks overballů, 6 ks jednoručních činek (1,5 kg). S ohledem na velikost místnosti a možnosti věznice pomohlo toto vybavení k sestavení odpovídající obsahové náplně intervenčního programu APA.

Na základě dovybavení prostor a zajištění jejich funkčnosti pro program APA bylo nutné, aby pro tuto místnost byl vytvořen provozní řád. Ten ve spolupráci s výzkumníkem vyhotovil technik pro požární ochranu a bezpečnost práce věznice. Schválen byl vedoucím výkonu vazby a trestu a ředitelem věznice. Místnost 2 pro PZ svým vybavením získala větší perspektivu i pro ostatní odborné zaměstnance, kteří se rozhodli ji ve větší míře využívat. Vedení věznice ji nazvala místnost pro kompenzační a relaxační aktivity, aby se vymezila vůči místnosti pro kondiční cvičení. V průběhu výzkumu byla místnost dále dovybavována dle možností věznice.

6.6 Výběrový soubor

Základním předpokladem výběru bylo zařazení účastníků se odsouzených osob do VTOS do věznice s ostrahou, s vysokým stupněm zabezpečení. Jedná se o druhý nejvyšší stupeň střežení odsouzených osob, což významným a důležitým způsobem pro výzkum, omezovalo jejich VČ aktivity a volný pohyb v rámci věznice. Další podmínkou bylo umístění odsouzené osoby v rámci vnitřního členění věznice do specializovaného oddílu pro TPN. Do těchto oddílů se umisťují osoby s plnou invaliditou, zdravotním stavem, který neumožňuje pracovní zařazení nebo starobní důchodci. Minimální věk pro zařazení osob do tohoto oddílu věznice je 18 let. Horní věková hranice není omezena. Ve Věznici Břeclav – objektu Břeclav

se nacházely dva oddíly TPN. Jeden oddíl byl částečně bezbariérový. Naplnění kapacity obou oddílů v době počátku výzkumu byla dohromady 47 osob. Věk z hlediska výzkumu nebyl sledovaným parametrem.

Dalším důležitým kritériem byla dobrovolnost účasti ve výzkumu. Odsouzení muži se mohli dobrovolně, z vlastní iniciativy přihlásit formou zápisového listu (Příloha 3), který byl umístěn na jejich oddílové nástěnce. Zápisový list obsahoval základní informace o výzkumu. Nepřímo bylo osloveno 47 osob. Přihlašovat se mohly odsouzené osoby po dobu jednoho týdne. Do výzkumu se dobrovolně přihlásilo 12 osob. Na základě tohoto zjištění byla provedena podrobnější selekce. Kritérií bylo stanoveno několik. Nejdůležitějšími kritérii bylo realizovatelnost výzkumu z hlediska dlouhodobého pozorování a naplněnost cvičebních prostor. Aby bylo zajištěno dlouhodobé pozorování, bylo nutné přihlédnout k délce trestu odsouzené osoby, která se přihlásila do výzkumu. Ve věznicích s ostrahou s vysokým stupněm zabezpečení vykonávají VTOS osoby s dlouhými tresty. Byl zde tedy předpoklad pro splnění kritéria dlouhodobé účasti odsouzených osob ve výzkumu. Z přihlášených osob měli 3 odsouzení kratší konec trestu, než byl plán výzkumu a museli být tedy ze seznamu vyřazeni.

Kritérium naplněnosti cvičebních prostor se odvíjelo od rozměrů vybrané místnosti pro realizaci výzkumu. Obsah výzkumu mohl být ve vybrané místnosti realizován při obsazenosti místnosti maximálně čtyřmi cvičícími osobami a jednou vedoucí osobou. V metodice výzkumu bylo tedy stanoveno, že výzkumník je schopen realizovat obsah výzkumu se dvěma výzkumnými skupinami týdně. Výzkumu se tak mohlo zúčastnit nejvýše 8 odsouzených osob.

Následnou užší selekci účastníků stanovila vstupní lékařská prohlídka lékařem VS ČR Věznice Břeclav. Výzkumník v souladu s metodikou výzkumu (před vstupní lékařskou prohlídkou) informoval lékaře o obsahu výzkumu. Na základě těchto informací a individuálního posouzení z hlediska zdravotního omezení, oslabení, handicapu, medikace a možných kontraindikací, schválil účast ve výzkumu 6 odsouzeným osobám. Tři osoby byly na základě lékařského posouzení z důvodu nepříznivého zdravotního stavu vyřazeny.

Posledním kritériem pro výběr vězňených osob byl dosavadní průběh VTOS z hlediska chování a naplňování účelu výkonu trestu. Posuzovalo se zařazení odsouzené osoby do vnitřní PSVD. Pro program byla stanovena I. a II. PSVD (Kapitola 6.3). Všechny přihlášené osoby toto kritérium splňovaly. Dále bylo důležité, zda odsouzená osoba nebyla vytipována a zařazena do jmenného seznamu věznice dle NGRŽ VS ČR 2/2019 (dříve NGRŽ 2/2012). Na tento seznam jsou umisťovány osoby, které z hlediska svých mentálních nebo fyzických dispozic, trestní minulosti, příp. profesí, mohly být zvýhodněny, nebo ohroženy, anebo by mohly být

potenciálními pachateli fyzického násilí. Z tohoto nařízení, které vězněné osoby zařazuje do několika skupin, byla vybrána skupina „možný pachatel násilí“. Metodicky bylo stanoveno, že z hlediska bezpečnosti, byly odsouzené osoby patřící do této skupiny, z výzkumu vyřazeny. Žádné odsouzené osoby, které se do výzkumu dobrovolně přihlásily, nebyly do skupiny „možný pachatel násilí“ zařazeny.

Odsouzené osoby před vstupem do výzkumu musely projít specifickým, jasně strukturovaným výběrovým procesem. Samotný výběr účastníků byl pro výzkumníka náročný organizačně i časově. Konzultace náplně programu a vstupní prohlídka účastníků ošetřujícím lékařem věznice byla z hlediska úspěšné realizace výzkumu zásadní. Výběrový soubor, po splnění všech klíčových kritérií, tvořilo 6 účastníků. Z nich mohl výzkum kdokoli, kdykoli opustit (Příloha 1). Do výběru jako kritérium nebylo uvedeno podmíněné propuštění, protože nelze předem odhadnout, zda vězněná osoba bude soudem v průběhu výzkumu propuštěna či nikoli. Možnost žádat soud o podmíněné propuštění v průběhu výzkumu mohly 3 účastníci se odsouzené osoby.

V průběhu intervenčního programu APA odstoupili z výzkumu 2 účastníci. Nejednalo se o vlastní žádost. Důvodem byly nepředvídatelné okolnosti. Jeden odsouzený byl na základě rozhodnutí Věznice Břeclav přeřazen z vysokého stupně do středního stupně střežení. Byl přemístěn do jiného objektu věznice a nemohl se tak dále programu účastnit. Druhý odsouzený byl nucen odstoupit z programu na základě zjištění závažného onemocnění (hospitalizace a operační zákrok). Kompletní intervenční program APA absolvovali 4 odsouzení (účastníci), kteří dále vystupují v závěrečné zprávě.

Charakteristika účastníků výzkumu

Účastníky výzkumu byli odsouzení muži, kteří se nacházeli v době výzkumu ve VTOS ve Věznice Břeclav – objektu Břeclav, ve věznici s ostrahou, ve vysokém stupni zabezpečení, v oddílu pro TPN. Výzkumný soubor tvořily 4 osoby ve věkovém rozmezí 44 až 71 let. Vybraní odsouzení vykonávali trest odnětí svobody za protiprávní činy násilné povahy, za protiprávní činy se sexuálním kontextem i za protiprávní činy s drogovým kontextem. K charakteristice zúčastněných vězněných osob byla zvolena kazuistika, která popisovala oblasti osobnosti významné pro výzkum i z hlediska VS ČR. Podklady pro kazuistiku byly získány z VISu a z rozhovoru s účastníky. V kazuistice stejně jako v celé závěrečné zprávě z výzkumu účastníci vystupovali pod čísly, aby byla zajištěna jejich anonymita.

Při realizaci výzkumu docházelo k pravidelnému přímému kontaktu výzkumníka a účastníků výzkumu. Kontakt probíhal formou aktivní intervenční práce a komunikace. Znalost osobnosti a trestné činnosti i minulosti odsouzené osoby byla nezbytná. Vždy bylo důležité brát v potaz bezpečnost výzkumníka i účastnících se osob.

Účastník 1 (Ú1)

Ú1 muž, 44 let, kuřák, nacházel se ve VTOS. Byl zařazen do věznice s ostrahou vysokým stupněm zabezpečení do oddělení pro TPN. V minulosti již byl odsouzen za protiprávní činnost. Poprvé byl odsouzen za protiprávní činnost ve věku 18 let. Při nástupu do aktuálního věznění dosáhl 40 let věku. V minulosti byl souzen za protiprávní čin násilné povahy (ubližení na zdraví). Za protiprávní činnost se sexuálním kontextem nebyl v minulosti odsouzen. V minulosti byl odsouzen za protiprávní čin s drogovým kontextem (ohrožení pod vlivem návykové látky). Aktuální a ostatní trestná činnost, za níž vykonával v době výzkumu trest odnětí svobody obsahovala prvek násilí. Za spouštěcí mechanismus pro páchání trestné činnosti se považoval alkohol. Bydlení odsouzeného před VTOS odpovídalo běžnému standardu, nebylo ničím limitováno. Před nástupem do VTOS bydlel odsouzený s manželkou. Odsouzený nebyl doposud oficiálně zaměstnán. Odsouzený uvedl, že mu byl přiznán III. stupeň invalidity a od roku 2013 pobíral plný invalidní důchod. Měl pravidelný a legální příjem k pokrytí základních životních potřeb. Od roku 2019 byl i s manželkou v insolventi. Z tohoto důvodu měl omezeno zacházení s finančními prostředky. Odsouzený žil ve společné domácnosti s manželkou a měl 1 dítě. Dítě se nacházelo v pěstounské péči. Manželka byla opatrovnící odsouzeného. Ve VTOS udržoval kontakt s rodinou. Základní vzdělání nedokončil. Střední vzdělání zakončil získáním výučního listu. Odsouzený vyrostl v neúplné rodině. Rodiče se rozvedli v době jeho puberty. V chování odsouzeného v dětství nebyly identifikovány žádné sociálně patologické vzorce chování. VČ v dětství trávil neorganizovaně. Provozoval sportovní aktivity – plavání a další běžné sporty. V dospělosti se z koníčků věnoval četbě, ping pongu, televizi. V rámci hodnocení agresivních projevů v chování odsouzeného byly zjištěny velmi malé projevy brachiální agrese. Ostatní druhy agresivního chování se u odsouzeného neprojevují. Odsouzený netrpěl žádnou duševní poruchou. Užíval však pravidelně léčiva v souvislosti s duševními potížemi způsobenými závislostmi. Odsouzený při rozhovoru uvedl, že v průběhu VTOS se cítí „represivně“, což dle něj znamenalo odloučeně od rodiny, na kterou byl velmi fixován. V rámci vztahů v oddílu pro TPN se stranil kolektivu ostatních odsouzených. Vztahy ve sdílené ložnici považoval za dobré, dle jeho slov se snažil vyjít s každým. V průběhu

VTOS bral také spoustu sedativ, která mu umožňovala lépe se vyrovnat s podmínkami VTOS. Odsouzený uvedl, že v průběhu VTOS měl pouze jeden slovní konflikt s jiným odsouzeným. Denní režim ve Věznici Břeclav hodnotil pozitivně. Na noc užíval velké množství léčebných prostředků a preferoval by delší dobu spánku. Pozitivně hodnotil přehlednost denního režimu vyobrazeném na nástěnce na oddíle, díky kterému se během dne dobře orientoval. S nabídkou PZ pro odsouzené ve Věznici Břeclav byl spokojen. Přesvědčení vycházelo ze zkušeností z přecházejících věznic. Vyzdvihoval přístup personálu k odsouzeným. Názor na PA ve VČ měl pozitivní. Dle jeho slov byla pro něj PA důležitá, poněvadž trpí neurologickými bolestmi. PA mu pomáhala. V průběhu VTOS pro aktivní trávení VČ využíval jízdu na rotopedu, procházky po chodbě a zapojení se do úklidové činnosti v oddíle. Vztah ke sportu měl především v mládí, kdy navštěvoval plaveckou školu. V současné době pouze pasivně sledoval sport v televizi. Odsouzený se dle jeho tvrzení cítil zodpovědný za trestný čin, za který je aktuálně ve VTOS.

Účastník 2 (Ú2)

Ú2 muž, 69 let, kuřák, nacházel se ve VTOS. Byl zařazen do věznice s ostrahou vysokým stupněm zabezpečení do oddělení pro TPN. Doposud byl 2x ve VTOS nepodmíněně. Při nástupu do aktuálního věznění dosáhl 68 let věku. Za posledních 5 let nebyl odsouzený vězněn. V minulosti nebyl odsouzen za protiprávní činnost násilné povahy, ani se sexuální nebo drogovým kontextem. V současné době odsouzený vykonává VTOS za protiprávní činnost – pohlavní zneužití, zneužití dětí k výrobě pornografie, svádění k pohlavnímu styku, výroba a jiné nakládání s dětskou pornografií a ohrožování výchovy dítěte. Aktuální trestná činnost odsouzeného obsahovala sexuální kontext. Odsouzený neměl diagnostikovanou žádnou psychickou poruchu. Bydlení odpovídalo běžnému standardu, nebylo ničím limitováno. Bydlení se nevyskytovalo v rizikovém prostředí. Odsouzený uvedl, že mu nebyl přiznán žádný ze stupňů invalidity. Odsouzený byl od roku 2014 ve starobním důchodu. Měl pravidelný a dostatečný legální příjem k pokrytí základních životních potřeb. Aktuálně byl bez dluhů a závazků. Dokázal s finančními prostředky řádně hospodařit. Odsouzený byl ženatý a měl 3 děti. Žil s rodinou ve společné domácnosti. S rodinou udržoval telefonický, korespondenční a návštěvní kontakt. Fungující sociální zázemí jej podporovalo. Odsouzený dokončil řádně základní vzdělání. Střední vzdělání zakončil získáním výučního listu. Odsouzený vyrostl v neúplné rodině s matkou a 4 sourozenci. V chování odsouzeného v dětství nebyly identifikovány žádné sociálně patologické vzorce chování. Netrpěl žádnou formou závislosti.

VČ v dětství trávil neorganizovanou formou. Rád sportoval, především měl v oblibě lehkou atletiku. V dospělosti trávil VČ organizovanou formou. Věnoval se silniční cyklistice na závodní úrovni. V místě svého bydliště založil cyklistický oddíl. V průběhu uvěznění pociťuje nedostatek PA. Odsouzený v rozhovoru dle jeho slov cítil částečnou zodpovědnost za trestný čin, za který je aktuálně ve výkonu trestu. Domníval se, že uvěznění je delší, než by bylo nezbytně nutné. V průběhu VTOS dle jeho mínění neměl fyzický ani verbální konflikt. Denní režim ve věznici hodnotil spíše negativně, představoval by si delší spánek a změnu termínů výdeje stravy. Nabídka PZ ve věznici byla dle jeho názoru nedostatečná. Vztah k PA měl kladný, uvedl, že to byla jeho náplň životního stylu. Byl celoživotním aktivním sportovcem. V cyklistice dosáhl významných úspěchů. VČ ve věznici se snažil trávit jízdami na rotopedu, četbou a hraním na počítači.

Účastník 3 (Ú3)

Ú3 muž, 60 let, nekuřák, nacházel se ve VTOS. Byl zařazen do věznice s ostrahou vysokým stupněm zabezpečení do oddělení pro TPN. V minulosti dosud nebyl odsouzen za protiprávní činnost. Doposud nebyl ve VTOS nepodmíněně. Při nástupu do aktuálního věznění dosáhl 60 let věku. Za protiprávní činnost násilné povahy, drogovým ani sexuálním kontextem nebyl v minulosti odsouzen. Aktuální a ostatní trestná činnost neobsahovala prvek násilí. K nepodmíněnému trestu mu byl dále uložen zákaz výkonu činnosti. Bydlení odpovídalo běžnému standardu, nebylo ničím limitováno. Bydlení se nevyskytovalo v rizikovém prostředí. Před nástupem do VTOS bydlel odsouzený s manželkou. Odsouzený pracoval jako jednatel vlastní firmy. Odsouzený uvedl, že mu byl přiznán III. stupeň invalidity a pobíral plný invalidní důchod od roku 2008. Měl pravidelný a dostatečný legální příjem k pokrytí základních životních potřeb. Aktuálně měl významné dluhy a závazky. S finančními prostředky dokázal řádně hospodařit. Odsouzený byl ženatý od roku 2009. Měl 5 dětí, z toho 1 nezletilé dítě s vyživovací povinností. Odsouzený měl fungující sociální zázemí, které ho podporovalo. Základní vzdělání dokončil bez problémů. Střední vzdělání zakončil maturitní zkouškou na gymnáziu. Vysokoškolské studium dokončil s titulem inženýr. Odsouzený pocházel z úplné rodiny. Dětství bylo možné charakterizovat jako bezproblémové. VČ v dětství trávil organizovaně i neorganizovaně. Navštěvoval běžné zájmové kroužky a provozoval sportovní aktivity. V dospělosti se z koníčků věnoval chovu psů, zahrádce a rodině. Odsouzený byl v péči psychiatra z důvodu duševních obtíží. Na tyto obtíže užíval léčiva. V rozhovoru odsouzený uvedl, že se ve VTOS ve Věznici Břeclav cítil dobře. Vycházel z předchozích zkušeností. Denní

režim ve věznicí hodnotil pozitivně. Tento názor vycházel z přístupu personálu věznic k jeho osobě. Po dobu VTOS neměl dle jeho tvrzení fyzický ani verbální konflikt. Na základě svých možností, vzdělání a zkušeností měl vztahy s ostatními odsouzenými na oddíle dobré. Vztah k PA měl celoživotně pozitivní. Pocházel z vesnice, kde byla PA součástí života. Příkladem mu byla manželka. Sportu se věnoval od malička, především hokeji a fotbalu. Před VTOS se věnoval běžeckému lyžování a venčení psů. VČ ve věznicí trávil četbou, sledováním televize a vycházkami. PZ ve věznicí hodnotil jako nedostatečné, dle jeho tvrzení se odvíjely od nabídky a kvality personálu. Odsouzený cítil zodpovědnost za trestný čin, za který byl aktuálně ve výkonu trestu.

Účastník 4 (Ú4)

Ú4 muž, 71 let, kuřák, nacházel se ve VTOS. Byl zařazen do věznic s ostrahou vysokým stupněm zabezpečení do oddělení pro TPN. V minulosti již byl odsouzen za protiprávní činnost. Doposud byl 3x ve VTOS nepodmíněně. Poprvé byl odsouzen ve věku 18 let. Při nástupu do aktuálního věznění dosáhl 68 let věku. Posledních 5 let nebyl odsouzený vězněn. V minulosti bylo možné nalézt více protiprávních činů násilné povahy (např. ublížení na zdraví, násilí proti skupině obyvatel a proti jednotlivci, útok na veřejného činitele, ublížení na zdraví). Za protiprávní činnost se sexuálním kontextem nebyl v minulosti odsouzen. Za protiprávní činnost s drogovým kontextem nebyl v minulosti odsouzen. Aktuální a ostatní trestná činnost obsahovala prvek násilí. K nepodmíněnému trestu mu bylo dále uloženo ochranné léčení protialkoholní – ambulantní formou. Za spouštěcí mechanismus pro páchaní trestné činnosti byl považován alkohol. Bydlení odpovídalo běžnému standardu, nebylo ničím limitováno. Bydlení se nevyskytovalo v rizikovém prostředí. Před nástupem do VTOS bydlel odsouzený sám. Odsouzený nebyl doposud oficiálně zaměstnán. Odsouzený uvedl, že mu nebyl přiznán žádný ze stupňů invalidity, ale pobíral starobní důchod od roku 2005. Měl pravidelný a dostatečný legální příjem k pokrytí základních životních potřeb. Aktuálně byl bez dluhů a závazků. Dokázal s finančními prostředky řádně hospodařit. Odsouzený byl rozvedený od roku 1998. Byl bezdětný. Odsouzený byl aktuálně bez kontaktů se svým sociálním zázemím (dlouhodobě, také vinou trestné činnosti). Základní vzdělání dokončil s častými kázeňskými prohřešky – záškoláctví, nedisciplinovanost, nevhodné chování. Střední vzdělání zakončil získáním výučního listu. Odsouzený byl sirotek, ve třech letech byl osvojen. Adoptivní rodiče pracovali v dělnických profesích, již nežijí. VČ v dětství trávil organizovaně i neorganizovaně. Navštěvoval zájmové kroužky a provozoval sportovní aktivity – nejvíce fotbal. V dospělosti

se z koníčků věnoval šachům a filatelii. V rámci hodnocení agresivních projevů v chování odsouzeného byly zjištěny velmi časté projevy brachiální agrese. Ostatní druhy agresivního chování se projevovaly také velmi často. Odsouzený trpěl smíšenou poruchou osobnosti z důvodu nadměrného požívání alkoholu. V rozhovoru odsouzený uvedl, že ve Věznici Břeclav se cítil dle možností a spíše hůře. Jeho pocity ovlivňovaly především přicházející negativní zprávy. Odsouzený cítil malou odpovědnost za trestný čin, za který byl aktuálně ve výkonu trestu. Soužití s ostatními odsouzenými z oddílu bylo dle jeho slov bezproblémové. Denní režim ve Věznici Břeclav hodnotí negativně. Den se snaží prospat, poněvadž možnosti rozptýlení jsou nedostatečné. Vztah k PA má odsouzený kladný. Sport závodně neprovozoval, ale uvádí, že aktivně sportoval. Zmínil jízdu na kolečkových bruslích. VČ ve věznici trávil především četbou, sledováním televize a spánkem. Jedenkrát týdně měl umožněno chodit do místnosti pro kondiční cvičení. PZ ve věznici hodnotil jako nedostatečné. Chyběly mu především vzdělávací a PA.

6.7 Obsahová náplň intervenčního programu APA

V souladu s principy APA byla vytvořena obsahová náplň intervenčního programu. Obsahovou náplň tvořil zásobník cvičení, který respektoval specifické potřeby účastníků a byl přizpůsoben prostředí a podmínkám Věznice Břeclav. Nezdravotnický personál VS ČR neměl přístup do zdravotní dokumentace odsouzených. Při tvorbě obsahové náplně nebylo možné vycházet ze zdravotní dokumentace účastníků. Jednalo se o limitující, ale charakteristické podmínky pro prostředí věznice, ve kterém se výzkum odehrával. Z tohoto důvodu byl výzkumník nucen přizpůsobit postup tvorby zásobníku cvičení programu APA limitujícím podmínkám. Jelikož nebylo možné pracovat s údaji o zdravotním stavu účastníků, byl zvolen náhradní postup. Výzkumník nejprve vytvořil zásobník cvičení programu APA. Ten se skládal z cvičení, která bylo možné realizovat v prostorech a podmínkách místnosti pro PZ. Cviky byly podrobně konzultovány s fyzioterapeutem, aby se předešlo nežádoucím účinkům a zhoršení zdravotního stavu účastníků. Program proto zahrnoval pouze taková cvičení, která byla šetrná k organismu účastníka výzkumu a zaměřovala se zejména na prevenci správného držení těla, protažení rizikových svalových skupin, zlepšení kondice a dechového stereotypu účastníka. Byla zvolena tak, aby je mohli provádět všichni vybraní účastníci výzkumu. Ke každé PA byly vypsány i kontraindikace cvičení.

Následně byla výzkumníkem obsahová náplň osobně konzultována s ošetřujícím lékařem VS ČR Věznice Břeclav. Jednotlivá cvičení mu byla ústně popsána a názorně předvedena.

Na základě této konzultace rozhodl ošetřující lékař, že vybraní účastníci intervenčního programu jsou schopni pohybovou náplň absolvovat. Lektorem (vedoucím) APA, které byly předmětem interakce s účastníky, byl výzkumník a vedl jejich činnost. Vybraná cvičení pro obsahovou náplň programu APA se výzkumník velmi precizně naučil realizovat, aby popis jednotlivých cviků a názorná ukázka byla pro účastníky programu co nejkvalitnější. Součástí přípravy bylo také studium, rozpoznání a umění opravit případné chyby a nedokonalosti při cvičení účastníků. Příprava výzkumníka probíhala ve spolupráci s fyzioterapeutem.

Popis zásobníku cvičení intervenčního programu APA

Dechová cvičení

S přibývajícím věkem se mění typy dýchání. Zatímco v dětství převažuje břišní dýchání, v dospělosti je výraznější dýchání hrudní. Ve stáří potom převažuje opět břišní typ dýchání, což je způsobeno jednak ochabnutím břišních svalů, jednak zvýrazněním hrudní kyfózy. Tím se horní žebra přiblíží k sobě a jejich pohyb se omezí (Ošťádal, Burianová & Zdařilová, 2008).

Efektivitu práce dýchacích svalů (zejména bránice) může ovlivnit mnoho faktorů. Jedním z nich je poloha těla. Poloha ve stoji či v sedě poněkud aktivuje břišní svaly, a proto se nádech (inspirace) děje proti mírnému odporu. Zároveň musí zvedající se hrudník překonávat hmotnost paží a útroh. I přesto je vertikální poloha pro dýchání nejvýhodnější. Umožňuje totiž volný pohyb hrudníku do všech směrů. V horizontále je tento odpor menší, zároveň se však vleže nasouvají břišní orgány na bránici, což také ztěžuje její funkci. Nácvič břišního lokalizovaného dýchání se nejlépe nacvičuje právě v poloze na zádech. Přes tento fakt se výzkum vzhledem k organizační náročnosti zaměřil na dechové cvičení pouze v poloze v sedě. Muselo se ovšem dbát na správné nastavení segmentů těla. Při uvolněném sedu je totiž břišní stěna ochablá a hrudník je spolu s bránicí stlačen dolů (Véle, 1997; Kolář et al., 2009). Tento typ výzkumu pracoval se statickým typem dýchání (v pozici v sedě). Důraz byl kladen na přirozený rytmus, frekvenci, hloubku a správný stereotyp dýchání.

- Cvik (Příloha 4, Foto 1) - nácvič bráničního dýchání

Účastník seděl na lavici či velkém míči tak, že měl dolní končetiny v rozpětí šířky pánve a v kolenních i kyčelních kloubech svíral pravý úhel. Páteř byla napřímená s vyplněným mezilopatkovým prostorem. Pánev byla mírně podsazená a hlava byla v prodloužení páteře.

Ramena se nesměla zvedat k uším. Účastník si položil obě dlaně pod pupík a nadechoval se nosem nejprve do břicha, poté do hrudníku. Bránice tlačila vnitřní orgány směrem dolů k pánevnímu dnu a tím je masírovala a také vytvářela větší prostor pro rozvinutí plic. Po nádechu následoval plynulý výdech (měl by být delší než nádech). Lepší variantou bylo vydechování nosem po celou dobu cvičení a občas vystřídáno výdechem ústy. Při cvičení docházelo jen k mírnému pohybu horní části hrudníku.

- Cvik (Příloha 4, Foto 1) - nácvik plynulého nádechu a výdechu

Účastník dodržoval stejné podmínky držení těla jako u předchozího cviku. Nadechoval se opět pomalu a plynule nosem. Dlaně měl položeny pod pupíkem. Následoval rychlejší (nárazovější) výdech přes mírný odpor úst. Účastník vydechoval ústy přes hlásku „S“ nebo „Š“ v rychlejším tempu do úplného výdechu. Tímto odporovým cvičením postupně posiloval výdechové svaly, navyšoval kapacitu plic i zrychloval pohyb krve v oběhovém systému. Účastník nesměl zdržovat dech. Bylo důležité sledovat, zda nedocházelo k motání hlavy nebo ztráty rovnováhy.

- Cvik (Příloha 4, Foto 1) - nácvik správné dechové vlny

Účastník opět seděl na lavici nebo velkém míči s dodržením správného nastavení těla (Cvik 1.a) a s dlaněmi v oblasti pod pupíkem. Dechová vlna měla začínat vždy v oblasti břicha. Při nádechu nosem se jako první zvedala břišní dutina, poté měl nádech postupovat do oblasti spodních žebor nahoru k horním žeborům až do podklíčkové oblasti. Účastník mohl na 2 až 3 s po nádechu zdržet dech a poté vydechoval plynule nosem či ústy. Výdech začínal opět klesáním břišní dutiny, následovalo stahování spodních a poté horních žebor směrem dolů k pánvi. Chyba nastala, když účastník břicho úmyslně vtahoval dovnitř. Cvik se trénoval 5 až 10 minut, aby si cvičící uvědomil plynulé pohyby břicha a hrudníku. Cvik byl vhodný k celkové relaxaci, zařazoval se na závěr programu.

Posilovací guma (délka 90 cm)

Tato pomůcka je vhodná pro všestrannou PA. Díky minimálním rozměrům ji lze začlenit do různých aktivit. Využívá se pro prevenci vadného držení těla, zvýšení mobility kloubů, posílení konkrétních svalů či svalových skupin (Pavlů, 2014). Cvičení s touto pomůckou je

vhodné pro začátečníky i pro pokročilé pro její varianty provedení. Vyrábí se v různých stupních odporu, v tomto výzkumu byly použity gummy pro postupné zvyšování efektu – guma pro lehkou, střední a silnou zátěž.

- Cvik (Příloha 4, Foto 2)

Účastník stál (seděl na lavici nebo velkém míči) s rozkročenými dolními končetinami (DKK) na šířku pánve. Pánev byla mírně podsazená, ramena byla nastavená do široka a mezilopatkový prostor byl vyplněný. Účastník udržoval aktivně nitrobřišní tlak, aby nedocházelo k povolení svalů břišního lisu. Hlava byla držena zpříma, s mírným zasunutím brady a uvolněným obličejovým svalstvem. Posilovací gummy fixoval v dlaních obou horních končetin (HKK) s mírně pokrčenými lokty. Guma byla mezi HKK natažená střední silou. Účastník s nádechem do oblasti spodního břicha zvedal pomalu HKK nahoru do úrovně nad temeno hlavy a gummy se snažil roztáhnout do stran tak, aby byly lokty ještě v mírném pokrčení (nikoli do plné extenze v loketních kloubech). Následoval postupný pomalý výdech s HKK stahujícími k úrovni nosu účastníka s neměnným napětím posilovací gummy. Cvičení se opakovalo dle pokynu výzkumníka 5 až 10x ve 3 sériích, přičemž účastník musel dodržovat výše zmíněné nastavení těla. Tento druh cvičení je vhodný pro vadné držení těla, posílení mezi lopatkových svalů, protažení prsních svalů, aktivaci svalů břišního lisu i nácviku správné dechové vlny. Cvik by neměly provádět osoby s poruchou rovnováhy nebo pouze s asistencí druhé osoby (Pavlů, 2004).

- Cvik (Příloha 4, Foto 3)

Zde účastník dodržoval stejné zásady nastavení těla jako v prvním cviku. Posilovací gummy fixoval v dlaních obou HKK s mírně pokrčenými lokty. Guma byla mezi HKK natažená střední silou. S nádechem účastník roztahoval gummy od sebe na úrovni hrudníku (v oblasti hrudní kosti) do plného natažení v loketních kloubech, s výdechem navracel HKK k sobě zpět. Nepovoloval však úplně, minimální napětí v posilovací gummy muselo zůstat. Cvik se opakoval 5 až 10x ve 3 sériích nebo pouze do té doby, dokud účastník zvládl udržet výše zmíněné tělesné nastavení. Tento druh cvičení je vhodný pro vadné držení těla, posílení mezi lopatkových svalů, protažení prsních svalů, aktivaci svalů břišního lisu i nácviku správné dechové vlny. Cvik by neměly provádět osoby s poruchou rovnováhy nebo pouze s asistencí druhé osoby. Důležité bylo také hlídat postavení pánve a hlavy.

- Cvik (Příloha 4, Foto 4)

Účastník udržoval pozici těla stejně jako u předchozího cviku. Posilovací guma byla mezi HKK natažená střední silou. Účastník s nádechem do oblasti spodního břicha zvedal pomalu HKK nahoru do úrovně nad temeno hlavy a gumu se snažil roztáhnout do stran tak, aby lokty byly ještě v mírném pokrčení (nikoli do plné extenze v loketních kloubech). Následoval postupný pomalý výdech s HKK stahujícími dozadu směrem za hlavu k úrovni zátylku či k úrovni uší. Rukama natahoval gumu od sebe na vzdálenost větší, než je šířka ramen. Cvičení se opakovalo 5 až 10x ve třech sériích, přičemž proband musel dodržovat výše zmíněné nastavení těla. Výzkumník kontroloval pozici hlavy, nesmělo dojít k předklonu hlavy. Tento druh cvičení byl vhodný pro vadné držení těla, posílení mezi lopatkových svalů, protažení prsních svalů, aktivaci svalů břišního lisu i nácviku správné dechové vlny. Cvik nesměly provádět osoby s poruchou rovnováhy nebo pouze s asistencí druhé osoby.

- Cvik (Příloha 4, Foto 5)

Účastník seděl na lavici (míči) s DKK rozkročenými na šířku pánve, kolenní i kyčelní klouby svíraly pravý úhel. Pánev byla mírně podsazená, ramena byla nastavená do široka a mezilopatkový prostor byl vyplněný. Účastník udržoval aktivně nitrobřišní tlak, aby nedocházelo k povolení svalů břišního lisu. Jedna HK držela posilovací gumu směrem dolů v upažení plně natažená v lokti. Druhá HK postupně s nádechem vyťahovala šikmo nahoru (diagonálně) napnutou gumu nad úroveň hlavy, končila v pozici pravého úhlu v lokti. Cvik se opakoval na obě strany. Provedl se 3 až 5x, dokud byl účastník schopný po celou dobu cvičení udržovat správné nastavení ve všech segmentech těla. Tento druh cvičení byl vhodný pro vadné držení těla, posílení mezi lopatkových svalů, protažení prsních svalů, správné nastavení krční páteře, aktivaci svalů břišního lisu i nácviku správné dechové vlny.

Overball (malý míč)

Jedná se o malý měkký míč, který mívá standardně v průměru od 20 do 30 cm. Má neklouzavý povrch, je omyvatelný a lehce přenositelný. Snese zatížení až kolem 100 kg. Využívá se zejména ve zdravotní tělesné výchově, rehabilitaci či fitness. Díky jeho rozměrům nachází uplatnění při posilovacím, protahovacím, balančním, dechovém, relaxačním cvičení nebo ho lze použít např. jako podkládací pomůcku při sezení na židli apod. V této diplomové

práci byl overball (30 cm) využit jako pomůcka při posilovacích a balančních cvičeních.

- Cvik (Příloha 4, Foto 6)

Účastník seděl na lavici (velkém míči) s rozkročenými DKK na šířku pánve. Pánev byla mírně podsazená, ramena byla nastavená do široka a mezilopatkový prostor byl vyplněný. Účastník udržoval aktivně nitrobřišní tlak, aby nedocházelo k povolení svalů břišního lisu. Hlava byla držena zpříma, s mírným zasunutím brady a uvolněným obličejovým svalstvem. Overball byl umístěn mezi oběma HKK na úrovni před hrudníkem (na spojnicí prsních bradavek). S výdechem účastník vyvinul tlak do míčr oběma HKK proti sobě. S nádechem povolil napětí a overball stále držel mezi rukama. Při tomto cvičení účastník nesměl zdržovat dech, plynule dýchal. Cvik se opakoval 5 až 10x s kontrolou ostatních segmentů těla. Cvik byl vhodný pro posílení HKK, prsních svalů i nácvik správného držení těla.

- Cvik (Příloha 4, Foto 7)

Účastník seděl na lavici (velkém míči) s DKK rozkročenými na šířku pánve. Kolenní i kyčelní klouby svíraly pravý úhel. Pánev byla mírně podsazená, ramena byla nastavená do široka a mezilopatkový prostor byl opět vyplněný. HKK byly položeny volně na stehnech DKK. Proband udržoval aktivně nitrobřišní tlak, aby nedocházelo k povolení svalů břišního lisu. Účastník měl overball mezi koleny a opět s výdechem tlačil obě DKK proti sobě. S nádechem povoloval tlak do míče, míč přitom nesměl upadnout. Opakování bylo shodné s předchozím cvikem. Důležitá byla kontrola nastavení ostatních segmentů těla.

- Cvik (Příloha 4, Foto 8)

Tento cvik byl ztíženou variantou předchozího cviku. Pozice i nastavení těla bylo stejné, provedení cviku bylo pozměněno. S výdechem účastník tlačil oběma koleny k sobě, přičemž jednu dolní končetinu (DK) ještě navíc natahoval do plné extenze v koleni. S nádechem DK povoloval na zem. Cvik se opakoval i na druhou DK. Zde bylo nutné si dávat pozor, aby u účastníka nedocházelo k prohnutí v oblasti bederní páteře, poklesu či pádu míče na zem. Opakování 10 až 15x v 1 až 3 sériích. Pokud seděl účastník na velkém míči, bylo nutné kontrolovat stabilitu těla a předcházet možnému pádu. Cvik je vhodný pro posílení stehenních svalů, zlepšení stability pánve a rovnováhy.

Cviky u žebřin (kondiční a balanční cvičení)

- Cvik (Příloha 4, Foto 9)

Účastník stál čelem k žebřinám a pokud neměl jistotu rovnováhy, mohl se přidržovat rukama. Udržoval správné nastavení těla. Účastník se díval před sebe s bradou mírně zasunutou, mezilopatkový prostor byl vyplněný. Dýchání bylo plynulé a pánev byla mírně podsazená. Účastník s výdechem prováděl výpad do strany s pokrčením kolene maximálně do 90°. Stojné chodidlo bylo celé položené na zemi, směřovalo k žebřinám. Následovala malá výdrž

ve výpadu a návrat zpátky do stoje. Cvičení se opakovalo na obě DK, po 5 výpadech na každou stranu ve 3 sériích. Cviky byly vhodné pro stabilitu pánve, posílení svalů DKK i celkový trénink kondice a rovnováhy.

- Cvik (Příloha 4, Foto 10)

Účastník stál čelem k žebřinám, pokud neměl jistotu ve stoji, mohl se mírně přidržovat jednou HKK. Nastavení těla udržoval stejné jako při předchozím cviku. S výdechem zvedal koleno před sebe nahoru do úrovně kyčle. Pokrčení v kolenním kloubu bylo maximálně 90°. Účastník střídal nohy rytmicky podle vlastní kondice. Cvičení se opakovalo 5x na každou DK ve 3 sériích a dbalo se na udržení správné postury těla. Cvik byl vhodný pro trénování stability těla, nácvik rovnováhy a zlepšení kondice.

- Cvik (Příloha 4, Foto 11)

Dalším cvikem bylo protažení Achillovy šlachy a lýtku. Tento cvik měl první část, kdy se účastník postavil čelem k žebřinám a srovnal dle předchozích instrukcí páteř. Nejprve účastník zanožil protahovanou DK s chodidlem položeným celou plochou na zemi. Špička chodidla směřovala dopředu. Koleno protahované DK šlo do plného protažení (extenze) a pánev se posunovala mírně vpřed, dokud účastník nepocítil mírný tah v lýtku. Cvik nesměl být bolestivý. Pro zvýšení efektu mohl účastník pokrčit koleno stojné nohy. V pozici tahu musel vydržet asi 30 s a pak povolit napětí. Cvičení se opakovalo 3x s lehkou výdrží na každé DK. Při cviku se muselo dbát na plnou extenzi protahované DK, účastník nesměl zdržovat dech a vytáčet nohu stojné končetiny ven. Účastník si také musel dávat pozor na celkové nastavení

těla na udržení mírně podsazené pánve. Cvik byl vhodný pro zkrácené lýtkové svaly a bránil přetížení těchto svalů.

Cvičení na velkém míči

Sezení nebo cvičení na velkém (gymnastickém) míči zlepšuje svalovou sílu i celkovou motoriku těla a lze na něm natrénovat správné sezení (Dobeš & Dobešová, 2000). Vyrábí se v několika velikostech, v tomto výzkumu byla použita velikost 55 a 65 cm (podle výšky účastníků výzkumu).

- Cvik (Příloha 4, Foto 12)

Účastník seděl na míči s DKK rozkročenýma na šířku pánve. Chodidla byla nasměrována rovně dopředu a dotýkala se celou plochou země. Účastník si dal HKK v bok, páteř byla napřímená a pánev mírně podsazená. Hlavu držel vzpřímeně a mezilopatkový prostor byl vyplněný. V tomto postavení účastník rytmicky pohyboval pánví vpřed a vzad. Pokud účastník neměl jistotu při sedu na míči, mohl se přidržovat žebřin nebo madla či ho jistil výzkumník. Cvik šlo ztížit v oblasti opory DKK, kdy se pozice DKK dostávala do pozice snožmo. Účastník pohyboval pouze pánví, nikoli celým tělem.

- Cvik (Příloha 4, Foto 13)

Další cvik byl obdobný jako ten předchozí. Účastník v základním postavení pohyboval rytmicky pánví doprava a doleva. Nastavení těla i rizika cvičení byla uvedena v přechodím odstavci.

- Cvik (Příloha 4, Foto 14)

Účastník opět udržoval nastavení těla jako u výše popsaného cviku. S HKK v bok účastník prováděl kroužení pánve střídavě vlevo a vpravo. Současně s pohybem pánve se pohyboval také velký míč (Dobeš & Dobešová, 1999).

Balanční podložka s pevnou plastovou základnou

Podložka je určena k posilování i tréninku rovnováhy, stability a koordinace těla. Při upuštění vzduchu je trénink náročnější, čím je plošina více nafouklá, je cvičení jednodušší. Díky této plošině lze trénovat hluboký stabilizační systém těla. Plošina unese až 150 kg váhy. Je vyrobena z odolného materiálu a její pevnou základnu tvoří tvrzený plast. Je lehce omyvatelná. V této studii byla použita velikost kolem 60 cm.

- Cvik (Příloha 4, Foto 15)

Účastník stál na balanční plošině naboso čelem k žebřinám. Při nestabilitě se mohl mírně přidržovat žebřin. Účastník udržoval aktivně nitrobřišní tlak, aby nedocházelo k povolání svalů břišního lisu. Hlava byla držena zpříma, s mírným zasunutím brady a uvolněným obličejovým svalstvem. Pánev byla mírně podsazená, ramena byla nastavená do široka a mezilopatkový prostor byl vyplněný. Účastník pomalu přenášel váhu z jedné DK na druhou. Stojná DK byla v plné extenzi a odlehčená, DK byla v mírném pokrčení kolenního kloubu, neodlepovala se od podložky. Jednalo se zde o nácvik kondice a rovnováhy. Účastník se měl soustředit na frekvenci dechu a svalovou sílu v DKK. Proto se cvik prováděl 10x na obě DK ve 3 až 5 sériích, podle výkonu jednotlivce.

- Cvik (Příloha 4, Foto 16, 17)

Tento cvik byl obdobný jako předchozí. Po dodržení všech zásad a nastavení těla účastník přenášel na mírně pokrčených DKK váhu střídavě na špičky a na paty. Při tomto cviku se nesměl předklánět ani zaklánět či vychylovat na stranu. Cvik se prováděl pomalu, účastník nesměl spěchat, frekvence a opakování byly stejné jako při předchozím typu tréninku.

- Cvik (Příloha 4, Foto 18)

Účastník opět udržoval stejné nastavení těla jako u výše popsaného cviku. S nádechem zvedl jednu DK nahoru a pokrčil koleno do 90° (jako „čáp“) a zkoušel udržet rovnováhu. Následovala výdrž ve stoji na jedné DK asi 20 s. Stojná DK byla plně extendovaná a účastník plynule dýchal. S výdechem pomalu pokládal DK na plošinu a následně je střídal. Cvik se opakoval ve stejné frekvenci a sériích jako předchozí dva cviky.

6.8 Bezpečnost intervenčního programu APA

S realizací intervenčního programu APA úzce souvisela bezpečnost. V rámci přípravy programu bylo nutné se zabývat dvěma druhy bezpečnosti. Jde o bezpečnost při cvičení s účastníky (prevence zranění a úrazu) a tzv. „dynamickou bezpečnost“. Jedná se o specifický pojem pro prostředí, ve kterém se výzkum odehrával. Zjednodušeně lze tento termín vyložit tak, že věznice přijala nezbytná opatření, aby zajistila bezpečnost nejen zaměstnancům, ale i odsouzeným osobám, zabránila a předcházela mimořádným událostem (útěk odsouzené osoby, napadení zaměstnance VS ČR apod.). Dynamická bezpečnost byla realizována kromě mechanických nebo elektronických zabezpečovacích prvků, také zodpovědným a předpisovým chováním zaměstnanců (resp. výzkumníka).

Bezpečnost účastníků z hlediska možného úrazu či zranění byla zajištěna z několika hledisek. Nejprve byli všichni účastníci uschopněni k zapojení se do programu APA ošetřujícím praktickým lékařem VS ČR Věznice Břeclav. Lékařské potvrzení bylo vystaveno na formuláři, ve kterém byli účastníci souběžně seznámeni s provozním řádem místnosti 2 pro PZ, s režimem a zásadami, které bylo třeba dodržovat (Příloha 5). Následně byla výzkumníkem řešena odpovídající obsahová náplň programu s ohledem na zdravotní stav účastníků. Přístup ke zdravotní dokumentaci účastníků výzkumník ze zákona nemá. Jako alternativa byla zvolena diskuse a sestavení cvičební náplně programu s fyzioterapeutem. Vybraná obsahová náplň programu byla následně představena lékaři věznice, který posoudil vhodnost náplně pro přihlášené účastníky. S oběma odborníky byly řešeny případné kontraindikace a nevhodné typy cviků s ohledem ke zdravotnímu omezení účastníků a medikaci, kterou užívali. Hledisko intenzity zátěže a schopnosti účastníků bylo před zahájením programu řešeno Senior Fitness Testem (SFT). Obsahová náplň testu byla u vybraných účastníků opět konzultována s lékařem věznice (Kapitola 6.8).

Dalším důležitým krokem z hlediska bezpečnosti při aktivitách bylo seznámení účastníků s pravidly chování při realizaci intervenčního programu APA. V pravidlech bylo srozumitelně specifikováno, že kondiční, protahovací a uvolňovací cvičení provádí účastník na vlastní nebezpečí. Pravidla také poukazovala na vlastní odpovědnost za případné nedodržení bezpečnostních předpisů, pokynů výzkumníka a za jejich vědomé porušování. Intervenčního programu v místnosti 2 pro PZ se musely účastnit nejméně 2 osoby, jednotlivcům byl vstup zakázán a probíhal pod přímým dohledem výzkumníka (Příloha 6). Veškerá poučení stvrdili účastníci prokazatelně svými podpisy.

Bezpečné užívání místnosti 2 pro PZ upravoval provozní řád, který byl vyvěšen při vstupu do místnosti (Příloha 7). Vedle provozního řádu byl vyvěšen soupis náradí, cvičebních pomůcek a dalšího vybavení místnosti tak, aby mohla (při příchodu či odchodu) vždy proběhnout kontrola, zda něco nechybí a předešlo se ke zneužití těchto věcí odsouzenými osobami. Proti nebezpečí pádu byl v místnosti nainstalován koberec a při realizaci intervenčního programu se ke zvýšení prevence zranění využívaly gymnastické podložky. Dopomoc a záchranu zajišťoval výzkumník. Účastníci při nejistotě v rovnováze měli možnost využít náradí – žebřiny, kterých se při cvičení mohli přidržovat. Pro zvýšení bezpečnosti nechal výzkumník v místnosti na zeď instalovat kovové madlo. Účastníci jej využívali při realizaci některých cvičení ke kompenzaci problémů s rovnováhou. I přes nedostatečné rozměry místnosti, bylo zařízení a cvičební pomůcky situovány tak, aby pro jednotlivá cvičení byl dostatek prostoru a v místnosti se nenacházely ostré hrany. Cvičební pomůcky, které se nevyužívaly, byly vždy uloženy v regálech.

Důležitou součástí bezpečnosti při realizaci obsahové náplně bylo osobní uvědomění účastníků. Účastníci byli výzkumníkem před každou intervenční jednotkou informováni, že se v průběhu realizace cvičební jednotky musí mimo jiné soustředit i na své pocity, týkající se zdravotního stavu. V případě, že by se účastníkovi udělalo nevolno, měl problém s rovnováhou, nebo nezvládal tempo cvičení, mohl této PA kdykoliv zanechat a odpočinout si. Především však musel o svém stavu neprodleně informovat výzkumníka.

Dynamická bezpečnost věznice byla zajištěna zásadami vnitřní bezpečnosti, některými režimovými opatřeními a vnitřním řádem věznice (Kapitola 6.2). Účastníci byli před přesunem z oddělení do místnosti 2 pro PZ i po návratu zpět podrobeni dozorcem osobní prohlídce. Účel osobních prohlídek spočíval v zamezení vynášení, vnášení nebo přenášení nepovolených předmětů z nebo do oddílu, kde byli účastníci programu ubytováni. V místnosti 2 pro PZ se nacházelo hlásné zařízení, tzv. „hláska“, která zajišťovala pro výzkumníka oboustranné spojení s operačním střediskem věznice. V případě mimořádného nebezpečí zajišťoval okamžitou pomoc výzkumníkovi tísňový hlásič. Tato zařízení se mohla využít v případě jakéhokoliv nebezpečí. Svoji nezastupitelnou úlohu hrála orientace výzkumníka v mimořádných situacích, znalost prostředí, postupů a schopnost těmto událostem předcházet.

V případě úrazu nebo zranění účastníka bylo nutné napsat úřední záznam výzkumníka včetně tzv. „Záznamu o úraze“ na předepsaném tiskopise VS ČR. Po dobu výzkumu k žádnému zranění ani úrazu účastníků intervenčního programu APA nedošlo.

Senior Fitness Test

Před započítím intervenčního programu APA proběhlo u účastníků skupinové vstupní testování kondice, koordinace a flexibility. Smyslem testování bylo zjistit výchozí fyzický stav účastníků, kteří do programu vstupují. Pro testování byl jako optimální varianta zvolen SFT (Příloha 8), který byl minimálně upraven pro specifické podmínky ve Věznici Břeclav – objekt Břeclav (Machačová, Bunc, Vaňková, Holmerová & Veleta, 2007). Aktuální zdravotní stav, včetně případných kontraindikací účastníků, a náplň SFT byly konzultovány s praktickým lékařem Věznice Břeclav. Výsledky účastníků v jednotlivých testech baterie byly zaznamenány do terénního deníku (pouze orientační pro výzkumníka). Pro dokreslení aktuálního fyzického stavu účastníků byly porovnány s normami pro americkou populaci (Rikli & Jones, 2001). Dle orientačních výsledků v jednotlivých testech se účastníci pohybovali v pásmu průměru. Jednotlivé naměřené rozdíly hodnot mezi účastníky byly v tomto testu minimální. SFT se uskutečnil bez organizačních i jiných komplikací v místnosti 2 pro PZ, která byla připravena pro realizaci intervenčního programu APA. Testování probíhalo v uzavřeném, dostatečně větraném, vytápěném prostoru. Výzkumník k testování využil standardní stopky, konferenční židli, metu, žebřiny, činku o hmotnosti 3 kg, svinovací metr, zápisový arch a psací potřeby. Účastníci Ú1, Ú2, Ú3 byli k testování oblečeni v civilním sportovním oděvu, Ú4 byl testován v ústavním oděvu. Testování proběhlo na boso na koberci.

Účastníci dlouhodobě neprovozovali pravidelnou PA, bylo tedy nutné před zahájením testování provést přípravu organismu na lehkou fyzickou zátěž. Využity byly protahovací cviky, které byly součástí obsahové náplně intervenčního programu APA a schváleny ošetřujícím lékařem věznice. Rozcvičení proběhlo pod vedením výzkumníka a trvalo 10 minut. Před samotným zahájením testování byly ze strany výzkumníka jednotlivé testy baterie nejprve popsány slovně a následovala názorná ukázka. Před samotným měřením měli účastníci možnost si test vyzkoušet. Žádné doplňující otázky účastníci k testům neměli. Testování proběhlo bez komplikací a všechny testy baterie byly zvládnuty.

6.9 Začlenění intervenčního programu APA do praxe

Aby mohl být intervenční program APA oficiální součástí aktivit PZ ve věznici, bylo nutné dodržet náležitosti vycházející z vyhlášky Ministerstva spravedlnosti č. 345/1999 Sb., kterou se vydává řád VTOS § 36 zákona a metodickým listem ředitele odboru výkonu vazby a trestu Generálního ředitelství VS ČR č. 18/2004. Již stanovený PZ na základě komplexní zprávy SARPO u účastníků výzkumu o intervenční program APA aktualizoval zaměstnanec odborného zacházení – speciální pedagog věznice. Pro doplnění programu do PZ účastníků

bylo nutné mít vypracován stručný projekt programu aktivity v rámci PZ, který schválil ředitel věznice (Příloha 9). Projekt obsahoval informace o cíli, obsahu aktivity, frekvenci, době setkání s účastníky a o místě, kde se aktivita konala. Na základě schválení byl intervenční program APA zanesen do týdenního plánu aktivit na oddílech TPN, který na každý týden tvoří speciální pedagog věznice (Příloha 10). Termíny programu byly stanoveny na středu 9:00 až 11:00 hodin a 17:00 až 19:00 hodin. Časový harmonogram se odvíjel od služeb výzkumníka ve věznici.

V rámci PZ se jednalo o tzv. „zájmovou aktivitu“. Ta byla zaměřena na smysluplné trávení VČ odsouzených osob ve věznici prostřednictvím PA. Realizace aktivity v rámci PZ musela mít své administrativní náležitosti. U zájmových aktivit nebylo ve věznici povinností některé administrativní náležitosti evidovat, jako např. u tzv. „vzdělávacích aktivit“, které patřily z pohledu věznice k nejdůležitějším prostředkům rozvoje odsouzených osob. Výzkumník si určil, že u intervenčního programu APA povede administrativu nad rámec svých pracovních povinností. Administrativa vztahující se k PZ se realizovala elektronicky (terénní deník) a byla významným zdrojem informací pro výzkum. Jedním z povinných administrativních úkonů bylo vedení tabulky tzv. „evidence docházky účastníků aktivity PZ“ (Příloha 11). Zde byla v elektronické formě zapisována docházka všech účastníků v průběhu programu. Účastníci zde byli vedeni pod čísly. Další typickou součástí administrativy PZ byl tematický plán programu. Tento plán nebylo nutné detailněji rozpracovat, protože obsahová náplň programu byla jasně stanovena dopředu a podrobně popsána (Kapitola 6.7). Na každé pohybové setkání s účastníky byla vypracována stručná „písemná příprava“ (Příloha 12). Tato příprava svou strukturou vycházela z písemné přípravy užívané ve školství. Výzkumník pro potřeby výzkumu zvolil detailní přípravu na každou jednotku intervenčního programu APA (Kapitola 7.2), přestože v rámci povinné administrativy u zájmových PZ ve vězeňství nebylo nutné na každé setkání s účastníky písemnou přípravu vytvářet. Po skončení každého pohybového setkání s účastníky se zaevidovalo tzv. „průběžné hodnocení aktivity“ (Příloha 13). Jednalo se o stručný popis obsahové náplně programu (docházka, míra zapojení účastníků v PZ a hodnocení). Posledním administrativním úkonem byla tzv. „třídní kniha“ (Příloha 14), kde se evidovalo datum a čas uskutečněné PA, kde PA probíhala, kdo se jí účastnil (ve výzkumu pouze číselně) a obsahová náplň PA. V třídní knize se také evidovalo, kdy a proč se aktivita nekonala a z jakého důvodu. Administrativní povinnost vztahující se k realizaci zájmového PZ ve věznici se stala součástí sběru dat pro výzkum. Tato data se stala součástí analýzy a interpretace poznatků z výzkumu.

7 PRŮBĚH INTERVENČNÍHO PROGRAMU APA

Jádro výzkumu tvořil intervenční program APA pro účastníky z oddílu pro TPN. Praktické realizaci tohoto programu předcházela důkladná přípravná fáze. Jednotlivé kroky přípravné fáze byly popsány v předešlých kapitolách. Díky kvalitní přípravě se podařilo realizovat první cvičební jednotku programu dle stanoveného záměru. Na základě první úspěšné aplikace získali účastníci k programu i k výzkumníkovi nezbytnou důvěru pro průběh celého výzkumu. Z hlediska podmínek ve věznici byli účastníci rozděleni do dvou po sobě jdoucích cvičebních skupin A a B (Kapitola 6.6).

7.1 Organizační opatření

Obsahová část intervenčního programu APA se skládala ze cvičebních jednotek, které probíhaly každý týden. Výzkumník absolvoval každý týden dvě po sobě jdoucí intervenční jednotky se skupinou A a B. Jedna intervenční cvičební jednotka trvala 50 minut. Přesuny cvičebních skupin (s výzkumníkem z oddílů do místnosti 2 pro PZ a zpět) byly odhadnuty na 10 minut. Jedna intervenční jednotka se cvičební skupinou, která zahrnovala realizaci obsahové náplně a přesuny v rámci věznice byla stanovena na 60 minut. Bylo nutné precizně vytyčit termíny realizace programu. Výzkumník při tomto plánování vycházel z poznatků o režimu ve věznici. Nejdůležitější byla znalost vnitřního řádu Věznice Břeclav – objekt Břeclav, jehož součástí byl časový rozvrh dne (Příloha 15). Prostor pro realizaci PZ měli účastníci dle časového rozvrhu dne mezi 8:00 – 11:00 dopoledne, 12:00 – 16:00 odpoledne a mezi 17:00 – 19:00 večer. Mimo tyto časy probíhal např. výdej stravy, léků, úklid, početní prověrky stavů apod. Součástí režimu ve věznici byly další procesy, které sloužily k naplňování práv odsouzených. Ty probíhaly v konkrétní dny pracovního týdne. Jednalo se např. o právo odsouzených na nákup ve vězeňské kantýně, nebo výměnu prádla. Těmto právům se přizpůsobovala i činnost zaměstnanců věznice, kteří tato práva pomáhali naplňovat. Ve dnech, kdy tyto aktivity pro odsouzené probíhaly, nebyl prostor pro realizaci intervenčního programu APA. Z tohoto důvodu byly termíny stanoveny na každou středu od 9:00 do 10:00 skupina A, od 10:00 do 11:00 skupina B. V případě, že výzkumník měl službu ve věznici v odpoledních hodinách, byly termíny stanoveny od 17:00 do 18:00 skupina A, od 18:00 do 19:00 skupina B. V tyto časové intervaly byl předpoklad bezproblémové realizace intervenčního programu APA.

Následovala informativní schůzka s účastníky v oddílech pro TPN na kulturních místnostech. Výzkumník s účastníky diskutoval o časech plánovaných začátků intervenčního programu APA. Rozhodující pro výzkumníka bylo, aby termíny programu byly komfortní především pro účastníky. Většina odsouzených osob má své oblíbené denní rituály, např. káva s cigaretou, úklid ložnice, sledování oblíbeného pořadu, aj. Nenadálý zásah do těchto rituálů nesou velmi nelibě, poněvadž jsou pro ně z hlediska psychického rozpoložení důležité, popř. by mohli mít ve vybrané časy plánovanu jinou aktivitu PZ. Výzkumníkem vybrané termíny byly účastníky odsouhlaseny, i když některým do jejich rituálů zasahovaly. Účastníci, kterých se to týkalo, uvedli, že větší význam pro ně měl nový program. Dostatečná informovanost s předstihem jim umožnila si své rituály upravit. Výzkumník na schůzce účastníky informoval, že na program dle svých dispozic mohli mít sportovní převlečení a obuv (v oddíle mají účastníci povinnost chodit v ústavním oblečení). S sebou si také mohli vzít láhev s pitím a ručník (jiné předměty nebylo povoleno přenášet). Také jim bylo nastíněno, jak bude program po obsahové stránce vypadat.

Poněvadž výzkumník nebyl mimo program v přímém kontaktu s účastníky, byla nedílnou součástí přípravného procesu nezbytná spolupráce s dalšími zaměstnanci, aby byly naplněny zásady vnitřní bezpečnosti dle nařízení ředitele věznice. Výzkumník za účelem realizace programu nejčastěji spolupracoval s příslušníkem věznice – dozorcem příslušných oddílů, ve kterých se účastníci nacházeli. K naplnění výzkumníkem vytyčených časových termínů realizace programu byla zapotřebí komunikace s dozorcem, aby si ve svém plánu práce vyhradil prostor pro zabezpečení odchodu z a příchodu účastníků zpět do oddílů. Dozorce měl ve svém plánu práce v průběhu své služby spoustu povinností a bylo nutné časově jeho povinnosti s odchodem účastníků na intervenční program. Účastníci se před odchodem a po příchodu do oddílů vždy podrobili osobní prohlídce prováděné dozorcem. Ta sloužila k tomu, aby nedocházelo k vynášení a přenášení nepovolených předmětů z oddílu nebo do oddílu a nedocházelo tak z řad účastníků k maření účelu VTOS. Průběh přesunu výzkumníka s účastníky z oddílu do místnosti 2 pro PZ a zpět do oddílu byl na základě povinného hlášení operačnímu středisku věznice monitorován kamerovým systémem.

7.2 Písemná příprava na cvičební jednotku intervenčního programu APA

Na každou cvičební jednotku intervenčního programu APA byla vytvořena písemná příprava (Příloha 12). Obsahová náplň přípravy byla tvořena výběrem ze zásobníku cviků, které byly podrobně popsány (Kapitola 6.7). Zásobník cviků byl dostatečně široký, takže výzkumník

mohl při tvorbě jednotlivých příprav dělat drobné obměny, aby program pro účastníky nebyl stereotypní. Vždy však byla dodržena struktura cvičební jednotky.

Písemná příprava byla vytvořena v elektronické podobě. Jako předloha byla využita písemná příprava na školní vyučovací jednotku tělesné výchovy, která byla upravena pro potřeby výzkumu. Součástí hlavičky písemné přípravy byl název programu, vedoucí, instituce, ve které se program odehrával, datum konání a předpokládaný počet účastníků. Dále zde byl popsán cíl cvičební jednotky, místnost, kde se odehrávala a materiální zabezpečení, kterého bylo při realizaci využito. Jádro písemné přípravy tvořila obsahová náplň cvičební jednotky programu. Náplň byla rozdělena do tří částí – úvodní, hlavní a závěrečné. Jednotlivé části byly detailně písemně rozpracovány. Součástí byl časový rámeček pro každou část, prostřednictvím kterého se výzkumník mohl orientovat v průběhu jednotky a u každé byly zdůrazněny metodické poznámky výzkumníka k jednotlivým součástem obsahové náplně. Metodické poznámky upozorňovaly výzkumníka na důležité body, na které se bylo při realizaci nutné zaměřit. V úvodu bylo popsáno zahájení cvičební jednotky, komunikace s účastníky a obsah průpravné části. V hlavní části, která na ni navazovala, byla rozpracována hlavní obsahová náplň cvičební jednotky, kterou tvořily nejdůležitější cviky ze zásobníku cvičení. Závěrečná část popisovala ukončení cvičební jednotky a komunikaci s účastníky.

7.3 Popis průběhu intervenčního programu APA

Realizace intervenčního programu APA výzkumníka s účastníky započala spoluprací výzkumníka s příslušníkem VS ČR – dozorcem. Tato spolupráce byla nezbytná pro dodržení zásad vnitřní bezpečnosti. Na základě předem dohodnutého termínu se výzkumník s dozorcem dostavili na oddíl pro TPN, na kterém byli účastníci ve věznici umístěni. Následovala osobní prohlídka účastníků dozorcem a povinná administrativa související s odchodem vězňů z oddílů. Bylo informováno operační středisko věznice. Přesun účastníků ve vnitřních prostorách věznice do místnosti 2 pro PZ vyhrazené pro realizaci intervenčního programu APA zajišťoval výzkumník. Při přesunech výzkumník dodržoval zásady vnitřní bezpečnosti a režimová opatření věznice. Součástí pohybu po věznici bylo několikrát překonání katrů, které bylo nutné vždy pečlivě uzamknout. Pohyb výzkumníka s účastníky po věznici byl přiměřeným tempem, přizpůsobený individuálním možnostem účastníků, bez zbytečných stresových situací, ale vždy dle pokynů výzkumníka. Na přesuny byl vyhrazen dostatečný časový prostor. Po příchodu do místnosti 2 pro PZ se účastníci připravili k aktivní náplni programu a výzkumník uzamknul místnost dle předepsaných pokynů.

Program byl zahájen úvodní částí, která sloužila k seznámení účastníků s obsahovou náplní jednotky. Výzkumník účastníky krátce informoval o náplni cvičební jednotky, aby věděli, co je čeká (informovanost byla pro účastníky vždy velmi důležitá). Dále byl v úvodní části ponechán prostor ke krátké skupinové konverzaci (výzkumník si udělal přehled o aktuálním psychickém a fyzickém stavu účastníků). Informace sloužily výzkumníkovi k analýze potřeb a možností účastníků při cvičební jednotce. Součástí úvodní části byla také průpravná část, která byla zaměřená na zapracování organismu účastníků před zátěží a protažení zkrácených svalových partií. V úvodní části bylo nejčastěji využíváno velkých gymnastických míčů. Délka úvodní části byla stanovena na 15 minut.

Na ni plynule navazovala hlavní část, která byla z hlediska času nejdelší a zároveň fyzicky nejnáročnější. Tvořila jádro intervenční cvičební jednotky. Výzkumník vyčlenil pro tuto část 25 minut. Tvořila ji cvičení za účelem rozvoje kondice, nastavení správného držení těla a posílení vybraných svalových partií. Při hlavní části se využívalo veškerých cvičebních pomůcek a náradí, které bylo v místnosti k dispozici. V průběhu hlavní části APA bylo nutné ze strany výzkumníka účastníky motivovat k výkonu (slovní povzbuzování a pozitivní motivace např. pochvala za nasazení).

Závěrečná část cvičební jednotky byla zaměřena na uklidnění organismu účastníků po zátěži. Výzkumník k tomu využíval především dechová cvičení, prostřednictvím kterých se zdokonaloval stereotyp dýchání účastníků. Dechová cvičení probíhala většinou na velkých gymnastických míčích. Součástí závěrečné části bylo zhodnocení cvičební jednotky výzkumníkem. Hodnocen byl přístup a nasazení účastníků, kvalita provedení jednotlivých cviků a objem zvládnuté zátěže. Výzkumník také nechal prostor pro zhodnocení cvičební jednotky intervenčního programu APA jednotlivými účastníky. Účastníci většinou hodnotili náplň z hlediska libosti a nelibosti a vyjadřovali se k jednotlivým cvikům. Na úplný závěr informoval výzkumník účastníky o náplni dalšího společného setkání.

Následoval přesun účastníků za dohledu výzkumníka zpět do oddílu. Přesun byl opět výzkumníkem nahlášen operačnímu středisku věznice. Po příchodu do oddílu se účastníci opětovně podrobili osobní prohlídce, kterou provedl příslušník věznice – dozorce. Příchod účastníků na oddíl administrativně vyřídil výzkumník.

Při cvičení mluvil pouze výzkumník. Názorné ukázky doprovázel mluveným popisem. Při popisu byly zdůrazněny uzlové body pro správné provedení techniky pohybu. V průběhu cvičení výzkumník ihned opravoval nedokonalosti účastníků při provedení. Byl kladen velký důraz především na přesnost a kvalitu provedení než na počet opakování. V případě, že si účastníci nevěděli se cvičením rady, měli možnost se výzkumníka ptát. Komunikace

účastníků mezi sebou byla při cvičení výzkumníkem zakázána. Účastníci tento zákaz dodržovali. V průběhu realizace programu byly vyhrazeny intervaly k odpočinku nebo v případě potřeby k doplnění tekutin. Zásobník cvičení, ze kterého vycházela náplň cvičební jednotky, byl popsán v Kapitole 6.7. Objem neboli velikost zátěže pro účastníky při jednotlivých cvicích byla odhadnuta před zahájením intervenčního programu APA výzkumníkem v součinnosti s fyzioterapeutem. Této skutečnosti předcházelo testování účastníků pomocí SFT (6.8).

Dle první cvičební jednotky si výzkumník vytvořil představu o fyzické kondici jednotlivých účastníků a na základě toho byla zátěž pro účastníky přiměřeně dávkována. V průběhu intervenčního programu APA výzkumník účastníkům buď dávky lehce zvýšil, nebo snížil. Velikost zátěže byla upravována dle pocitů a zkušeností výzkumníka, získaných při práci s účastníky. Výzkumník si všímal viditelných známek vyčerpání při realizaci jednotlivých cviků (např. účastníci již nezvládali frekvenci nebo počet opakování). V takovém případě se zátěž snižovala. Někdy výzkumník využil jako metodu pro regulaci zátěže zpětnou vazbu od účastníků při cvičení. Významnou roli při realizaci cvičební jednotky hrála bezpečnost účastníků, která byla podrobně popsána (Kapitola 6.8). Zátěž si mohli regulovat na základě vlastních subjektivních pocitů i sami účastníci (prevence nepříznivých změn zdravotního stavu při PA). V průběhu programu došlo k postupnému sladění výzkumníkových představ o přiměřené velikosti fyzické zátěže a fyzické kondice účastníků. K regulaci zatížení samotnými účastníky docházelo velmi zřídka.

Při precizně zvládnuté organizaci, která spočívala ve spolupráci výzkumníka s účastníky a výzkumníka s příslušníkem věznice – dozorcem, se jedna cvičební jednotka programu zvládla realizovat přibližně za 60 minut včetně všech příprav a přesunů ve věznici.

8 SBĚR DAT

Data pro výzkum se pořizovala na základě výzkumníkem stanovených výzkumných metod (Kapitola 5.3). Ve výzkumu byly užity metody zúčastněné pozorování a polostrukturovaný rozhovor. Obě metody se vzájemně doplňovaly. Zúčastněné pozorování započalo ihned po zahájení výzkumu. Z pozorování byly průběžně pořizovány záznamy do terénního deníku. Polostrukturovaný rozhovor byl s účastníky pořízen po ukončení intervenčního programu APA. Obě metody byly zpracovávány elektronickou formou do počítače výzkumníka.

8.1 Zúčastněné pozorování

Výzkumná metoda zúčastněné pozorování výzkumníka v terénu byla realizována v průběhu celého výzkumu. Pozorování výzkumníka probíhalo za jeho přímé účasti v terénu. Započalo ihned po zahájení výzkumu a prolínalo se všemi jeho fázemi (přípravná fáze výzkumu, realizace intervenčního programu APA a polostrukturovaný rozhovor vlastní konstrukce výzkumníka s účastníky). Pozorování se promítlo i do výzkumné metody polostrukturovaného rozhovoru vlastní konstrukce. Umožnilo pozorovat neverbální komunikaci a chování účastníků při rozhovoru (lepší porozumění významu některých odpovědí). Data byla získávána prostřednictvím monitoringu prostředí, ve kterém se výzkum uskutečnil a při přímé interakci výzkumníka s účastníky výzkumu. Záznam z pozorování byl pořizován do terénního deníku, který byl pro tyto účely založen a vždy bezprostředně po ukončení pozorování. Terénní deník obsahoval veškeré informace a poznámky výzkumníka z celého průběhu výzkumu. Záznam z pozorování byl s ohledem na prostředí (věznice) uchován pouze v elektronické písemné formě do terénního deníku, který byl veden a zahaslován v počítači výzkumníka. Součástí deníku byly záznamy výzkumníka z pozorování (Příloha 16), kde byla evidována získaná data a chronologicky uspořádána, evidence docházky účastníků programu APA (Příloha 11), průběžné hodnocení programu APA (Příloha 13), třídní kniha programu APA (Příloha 14) a pozorovací záznamový arch (Příloha 17).

8.1.1 Pozorování prostředí a podmínek věznice

Přímé zúčastněné pozorování výzkumníka se na začátku výzkumu nejprve zaměřilo na monitorování prostředí a podmínek výzkumu. Příprava výzkumníka spočívala ve studiu

vnitřních předpisů věznice, díky kterým si osvěžil svoje profesní znalosti. Při pozorování jevů se lépe orientoval, co se dělo na základě systémových opatření a co se od běžného dění ve věznici odlišovalo. Následně byl zvolen systém záznamu dat z pozorování v terénu. Data se přepisovala do elektronické podoby ihned po skončení pozorování a řadila se chronologicky dle data pořízení (Příloha 16). Zde se výzkumník snažil uchovat všechny své poznámky, které souvisely s prostředím a podmínkami pro výzkum. Pořízená data z pozorování prostředí a podmínek byla popisná a analýza těchto dat sloužila pro přípravnou fázi výzkumu (Kapitoly 6.2, 6.3, 6.4, 6.5, 6.8 a 6.9).

8.1.2 Pozorování intervenčního programu APA

Pozorování prostředí a podmínek umožnilo výzkumníkovi kvalitně zpracovat přípravnou část výzkumu. Na přípravnou část výzkumu navazovala realizace intervenčního programu APA. Realizační fáze výzkumu byla dalším předmětem pozorování výzkumníka. Pozorování realizační fáze se pravidelně opakovalo a vždy započalo prvotním kontaktem s účastníky, pokračovalo při intervenční cvičební jednotce programu APA a končilo návratem účastníků zpět do oddílu. Jelikož předmětem pozorování byl průběh PA, nebylo možné dělat si písemné poznámky v průběhu pozorování. Tento postup by negativním způsobem ovlivnil průběh interakce a náplň programu. Pro pozorování nebylo možné užít záznamovou techniku (prostředí věznice). Záznam z pozorování byl obtížnější, bylo nutné ho realizovat písemnou formou a toto uskutečnit bezprostředně po skončení cvičební jednotky (na záznamové médium).

Složitosti pořizování záznamu vedla v průběhu výzkumu k vytvoření manuálu, na co se při pozorování zaměřit. Tento manuál byl vytvořen na základě prvotní analýzy získaných dat z detailního popisného záznamu z prvotního pozorování (Kapitola 9.1).

Pozorování v terénu výzkumník zahájil důkladnou přípravou na samotný průběh intervenčního programu APA, jehož součástí byla interakce výzkumníka s účastníky výzkumu. Výzkumník byl lektorem APA, které byly předmětem interakce s účastníky. Aby bylo možné využít kvalitního přímého pozorování a získat dostatek poznatků z průběhu cvičební jednotky, musel mít výzkumník precizně zvládnutou její náplň. Ta zahrnovala skladbu cviků, časový rámec cvičení, vizuální ukázkou, vysvětlení, opravování, bezpečnost při cvičení. Vše muselo být u výzkumníka zautomatizováno, aby se mohl v samotném průběhu interakce soustředit na veškeré jevy, které se posléze deskriptivně zaznamenaly. Před samotným zahájením realizace proběhl nácvik. Výzkumník si bez přítomnosti účastníků vyzkoušel kompletní průběh cvičební jednotky. Záměrem bylo eliminovat případné nedostatky při interakci. Funkční

prostředí, ve kterém intervenční program APA probíhal, bylo vytvořeno již v průběhu přípravy programu.

8.1.3 Záznam z pozorování realizace prvotní interakce

Detailní popis prvotního pozorování při realizaci intervenčního programu APA – ukázka, 9.1.2019, oddíl pro TPN, skupina A

Výzkumník (vychovatel oddělení výkonu vazby trestu) se za účasti dozorce přesunul pro 3 účastníky výzkumu do oddílu pro TPN. Výzkumník měl dopředu smlouven s dozorcem termín návštěvy tohoto oddílu, aby mu nezasahoval do plánu občůzkové činnosti. Účastníci byli cca. 2 hodiny dopředu informováni výzkumníkem o platném termínu začátku aktivity s časovým rozmezím do 10 minut, aby byli účastníci na program připraveni. Začátek programu byl naplánován na 9:00. Do oddílu pro TPN dorazil vychovatel s dozorcem přibližně v 8 hodin a 54 minut. Odsouzení byli v ložnici (cele) a ještě nebyli ustrojeni. Právě se chystali. Při příchodu do jejich ložnice bylo z jejich výrazu znát zmatení a zrychlili své počínání. Proběhl mezi jimi a výzkumníkem formální pozdrav. Neměli sportovní převlečení, takže si brali na sebe pouze předpisovou obuv pro přesuny mimo oddíl. Jeden odsouzený si nesl pití. Na dotaz výzkumníka, proč nebyli připraveni k odchodu, reagoval jeden z účastníků: „Vy jste tady brzy.“ (nečekali, že si pro ně přijde výzkumník tak brzy). Toto vyjádření bylo čistě konstatování. Nebylo z jejich výrazu znát provinění, či stres. Před odchodem z oddílu a přesunem do místnosti 2 pro PZ, která se nacházela v jiné části komplexu věznice, realizoval u účastníků dozorce osobní prohlídku, aby bylo zabezpečeno nepřenášení nepovolených předmětů mimo oddíl a zároveň zajištěna bezpečnost výzkumníka a okolí. Výzkumník zapsal na oddíle v rámci povinné administrativy čas a místo, kam se účastníci v rámci věznice přesouvali.

Detailní popis prvotního pozorování při realizaci intervenčního programu APA – ukázka, 9.1.2019, oddíl pro TPN, skupina B

Po vstupu do místnosti 2 pro PZ byli účastníci vyzváni výzkumníkem, aby se zuli, popř. přezuli a sedli si na lavičku, která byla umístěna při jedné ze stěn místnosti. Účastníci také pohledem kontrolovali místnost, bylo znát, že je také zaujala. Dva účastníci slovně okomentovali velké gymnastické míče: „Jé, pane vychovateli, na tom budeme cvičit, že?“ (bylo znát, že je zajímavá, jak se na nich bude cvičit a že je zaujalo sportovní náčiní – poznámka výzkumníka). Výzkumník taktéž úvod cvičební jednotky, který oficiálně započal přibližně v 10:05 věnoval seznámení s prostory a vybavením, zvláštní pozornost byla věnována

bezpečnosti, a sice jak mají účastníci dbát při cvičení na svoji i bezpečnost ostatních, jak mají plnit pokyny výzkumníka. Následně byla v krátkosti představena osnova dnešní cvičební jednotky. Účastníci skupiny B taktéž pozorně naslouchali, bylo vidět, že v nich byl vzbuzen zájem a jistá nedočkavost, aby si to již mohli vyzkoušet. Jeden z účastníků souhlasně přikyvoval a okomentoval slova výzkumníka: „Jojo, to moc potřebuju todle cvičení“. Účastníci na dílčí dotazy, zda všemu rozumí, reagovali jednoslovným souhlasným stanoviskem. Neskákali do řeči. Větší rozhovor nebyl rozvinut. Obsah úvodního setkání na aktivitě byl zaměřen na seznámení se s prostředím, vyzkoušení si veškerého náradí, vysvětlení si základních cviků a jejich nácvik. Z účastníků skupiny B šel také vyčíst největší zájem o velké gymnastické míče. Jejich pohledy totiž nejvíce zaujaly. Aktivní část začala cvičením na velkých gymnastických míčích. Účastníci byli vyzváni, aby si na míče opatrně sedli. Na dotaz výzkumníka, zda má s těmito míči někdo osobní zkušenost, bylo dvěma účastníky odpovězeno, že nemá, jeden z účastníků odpověděl, že to nejspíš jedenkrát zkoušel.

8.2 Polostrukturovaný rozhovor

K doplnění dat, získaných z pozorování prostřednictvím dlouhodobého pobytu výzkumníka v terénu, bylo ve výzkumu využito metody rozhovoru. Důvodem využití této metody bylo zjistit, jak účastníci vnímali intervenční program APA a co si o něm mysleli. Pro získání důležitých informací byl jako nejvhodnější typ této metody zvolen polostrukturovaný rozhovor. Využití ohniskové skupiny (skupinového rozhovoru), které v minulosti charakterizovalo různé typy intervenčních programů, nebylo ze specifických důvodů možné. Prostředí, ve kterém se účastníci výzkumu nacházeli, bylo anonymní. Nemohlo být připodobněno např. ke školní třídě, nebo k některé jiné sociální skupině.

8.2.1 Příprava polostrukturovaného rozhovoru

Příprava polostrukturovaného rozhovoru byla složitá. Výzkumník samotné přípravě věnoval dostatečné množství času a na průběh rozhovoru se připravoval několika způsoby. Nejprve byla sestavena osnova, kterou tvořil okruh témat důležitých pro rozhovor z hlediska cílů výzkumu a výzkumných otázek. Pořadí otázek bylo flexibilní, určoval jej průběh rozhovoru. Pro rozhovor byly vytvořeny otázky otevřené na základě předem zvolených okruhů témat. Jednalo se o polostrukturovaný rozhovor vlastní konstrukce otázek. Na tento druh otázek bylo možné odpovídat obsírně. Účastníkům otázky umožňovaly svobodnou volbu odpovědi

a nebyly ničím ovlivněny. V případě, že nebyla odpověď dostatečně obsáhlá nebo ji bylo třeba doplnit, využil výzkumník doplňujících (tzv. sondážních) otázek vztahujících se k tematickému okruhu. Výzkumníkovi (tazateli) odpovědi pomohly pochopit uvažování účastníků (respondentů) výzkumu. Před zahájením rozhovorů s účastníky byl nejprve rozhovor vyzkoušen na neutrálním respondentovi. Pokus pomohl výzkumníkovi při průběhu rozhovoru vyvarovat se některých chyb. Především šlo o zjištění, zda byly otázky pro respondenta srozumitelné, zda se podařilo položit správné doplňující otázky a o nácvik kvalitního záznamu z provedeného rozhovoru. Doplňující otázky byly pro výzkum důležité, navazovaly na hlavní otázky a vycházely z odpovědí dotazovaných. Pomohly výzkumníkovi detailněji pochopit odpovědi na důležitá témata rozhovoru. Pomocné, doplňující otázky byly vytvořeny výzkumníkem v rámci přípravy na rozhovor, na základě předpokladu možných odpovědí respondentů.

Polostrukturovaný rozhovor probíhal individuálně, vždy se ho účastnil výzkumník a jeden účastník výzkumu. Podstatné bylo vybrat vhodné prostředí pro realizaci rozhovoru. Výzkumník (znalý specifik věznic) zvolil jako ideální prostor pro realizaci rozhovoru místnost, kde probíhal intervenční program APA. Zde se (dle názoru výzkumníka) mohlo dosáhnout nejpřirozenějších odpovědí ze strany účastníků. Minimalizovala se zde mocenská síla dotazovatele a respondenti se v tomto prostředí cítili bezpečněji a uvolněněji. Časový úsek jednoho rozhovoru se pohyboval v rozmezí 60–80 minut.

Složitou součástí procesu byl záznam dat z rozhovoru. Prostředí, ve kterém se výzkum odehrával, neumožňovalo použití záznamové techniky. Rozhovor byl zaznamenáván průběžně písemnou formou na papír. Tato technika byla náročná na přípravu i realizaci. Výzkumník si pro záznam z pozorování při rozhovoru vytvořil metodu heslovitého záznamu pozorovatelných nonverbálních projevů. Tyto projevy zaznamenával souběžně s doslovným přepisem rozhovoru na jiný papír. Doslovný přepis odpovědí respondentů probíhal v průběhu rozhovoru. Efektivnější techniky nebylo pro výzkum možné využít. I přesto se výzkumník v průběhu rozhovoru snažil dodržovat zásady pro kvalitativní rozhovor. Otázky byly pokládány srozumitelně, vždy byla položena pouze jedna otázka. Výzkumník dával respondentovi očním kontaktem a neverbálním i verbálním způsobem najevo, že jeho odpovědi jsou pro něj významné. Přepis odpovědí v průběhu rozhovoru dával respondentovi dostatečný prostor na zamyšlení a vyjádření odpovědi, tazateli zase na zformulování odpovídající doplňující otázky. Udržovala se tím i neutrálnost k získaným informacím z odpovědí. Přepis odpovědí byl na závěr dán přečíst respondentovi ke kontrole správnosti a k udržení vzájemné důvěry.

8.2.2 Polostrukturovaný rozhovor vlastní konstrukce

Rozhovor výzkumníka s účastníkem se odehrával v místnosti 2 pro PZ, kde intervenční program probíhal. Výzkumník zvolil čas rozhovoru, kdy obvykle probíhala cvičební jednotka. Bylo zaručeno, že účastníci budou pro rozhovor připraveni a bude dostatečný časový prostor pro poklidný, vnějšími vlivy nerušený průběh rozhovoru. Rozhovor probíhal u stolu, kde seděli výzkumník i účastník proti sobě. Výzkumník měl před sebou přípravu a vedl rozhovor. Odpovědi účastníka zaznamenával bezprostředně na papír. Před zahájením rozhovoru udělil výzkumník účastníkovi pokyny a vysvětlil mu průběh a cíl rozhovoru. Účastník se měl vyjadřovat vlastními slovy. V případě nepochopení otázky měl možnost požádat výzkumníka o vysvětlení. Výzkumník byl na rozhovor detailně připraven (Kapitola 8.2.1). Seznam otázek je součástí Přílohy 18. Doplnující otázky výzkumníka nebyly v přípravě zahrnuty, protože se odvíjely od průběhu rozhovoru. Byly ale předpřipraveny, aby je mohl výzkumník v případě potřeby při rozhovoru využít.

8.2.3 Záznam z realizace polostrukturovaného rozhovoru

Záznam z realizace rozhovoru výzkumníka s účastníkem byl pořizován písemnou formou při rozhovoru. Jednalo se o složitou, a ne příliš výhodnou techniku záznamu dat (Kapitola 8.2.1). Výzkumník pořizoval doslovný přepis odpovědí účastníka včetně poznámek o neverbálních projevech účastníka. Po ukončení rozhovoru byl písemný záznam převeden do elektronické podoby do počítače výzkumníka.

Ukázka doslovného přepisu vybraných částí rozhovoru výzkumníka (V) s účastníky (Ú)

Ú3 – reakce na otázku

V: „Jaký je váš názor na aktivní pohyb?“

Ú3: „Myslíte ve vězení?“

V: „Ptám se obecně na aktivní pohyb.“

Ú3: „Mám k němu vřelý vztah. Pohyb mi v životě vždy pomáhal. Jsem zvyklý, že na vesnici to ani jinak nejde. Chodím se psy na vycházky, aby se socializovali. V zimě chodím na běžky. Trochu na to má vliv má manželka, která je celoživotní sportovec. Doma mám činkárnu v suterénu. Mohu cvičit doma.“

Neverbální součást komunikace: Rukama vzrušeně gestikuluje. Snaží se udržovat oční kontakt.

V: „Jak by měl, dle vašeho názoru, intervenční program APA ve věznici pokračovat?“

Ú3: „Hlavně ho nevynechat. Nepřestat ho dál dělat. Po dobu mého pobytu bych si přál, aby dál pokračoval. Bez něj by to byla katastrofa.“

V: „Měla by být tento intervenční program APA povinný?“

Ú3: „Neměl by být. Myslím si že ne. Měl by jej dělat lidi, co chtějí. Pokud by tam chodil nějaký moula z povinnosti, tak by rozhodil celou skupinu.“

Neverbální součást komunikace: Gestikuluje rukama. Vážný hlas. Změna sedu. Udržuje oční kontakt.

V: „Jak se cítíte fyzicky při obsahové náplni intervenčního programu APA?“

Ú3: „Tak samozřejmě. Já se snažím cvičit na hraně, dělám i víc opakování. Snažím se opravdu unavit. Po tom cvičení je to paráda. Mám vyčištěnou hlavu. Jsem uklidněn.“

V: „Jak se cítíte fyzicky následující den po realizaci intervenčního programu APA?“

Ú3: „V pohodě. Snáším to fakt dobře. Spíš mám problémy, když delší dobu nic nedělám. Proto chodím na rotoped. Nejsm nadmíru unaven. Při větším neobvyklém pohybu cítím, že mě něco bolí, ale nic proti normě.“

Neverbální součást komunikace: Pokyvuje hlavou, předvádí pohyby rukou, komunikuje klidně.

Ú2 – reakce na otázky

V: „Popsal byste, jak trávíte VČ ve věznici?“

Ú2: „No tak mám štos knížek, to jsem si nechal naposílat. Četba, počítač, to je vzácný dar, u toho tak běží čas, že byste nevěřil. Já si nepotrpím na spaní, jak někteří, co spí do oběda, to já si neumím představit. Dvacet pět minut denně jezdím na rotopedu.“

V: „Proč dvacet pět minut? Máte nějaký důvod?“

Ú2: „Člověk se už pak začíná potit a těch pět minut sprchy na to nestačí. Mě trvá pět minut jen umýt vlasy.“

Neverbální součást komunikace: Okamžitá odpověď. S lehkým úsměvem se vyjadřuje. Při poslední odpovědi kroutí hlavou. Bez gestikulace. Udržuje oční kontakt.

V: „Jaký máte názor na svoji bezpečnost při realizaci obsahové náplně intervenčního programu APA?“

Ú2: „No tak při té naší aktivitě by se nemělo nic stát. Nejsme natolik týraní, že by se někomu

zatočila hlava. Máme možnost, kdyby se někdo necítil, to ukončit. Na to, co cvičíme, máme vystaráno. Třeba jsem skončil o tři opakování dřív, ale to bylo v začátcích, ale to bylo, že člověk cítil, že už to neutáhne, ale to jste mi nevytknul, vlastně jste to sám říkal.“

Neverbální součást komunikace: Pomalu odpovídá. Při vyjadřování jsou delší pomlky, kdy hledá správná slova. Oční kontakt neudrží, soustředí se na odpověď.

V: „Jak vnímáte bezpečnostní opatření při realizaci intervenčního programu APA?“

Ú2: „To já si myslím, že ty prohlídky jsou zbytečné. Co bych přenášel ven, co bych přenášel zpátky. Třeba papírky, to mě stejně nic neřeknou. Kolikrát bychom mohli být o deset minut dřív v místnosti, kdy čekáme, kdy on má jinou práci. Příklad: Jdeme přes dvůr, ale jsme povinni si kvůli pár krokům obout ty místní krumple. Ale to se netýká jen cvičení, ale i třeba nákupu.“

Neverbální součást komunikace: Lehce zvýšený hlas. Nesouhlasně kroutí hlavou. U příkladu gestikuluje rukami.

Ú1 – reakce na otázky

V: „Jak hodnotíte obsahovou náplň (cvičení) intervenčního programu APA?“

Ú1: „Hodnotím to tak, že když se vrátím na pokoj, cítím uspokojení. Popravdě jsem nevěděl, do čeho jdu. Teď už vím. Člověk protáhne svaly.“

Neverbální součást komunikace: Pokyvuje hlavou. Gestikuluje rukama – pomáhá si při odpovědi. Poposedává si na židli. Neudrží oční kontakt.

V: „Jak často by měl intervenční program APA probíhat?“

Ú1: „Alespoň 3x týdně. Takové to po – st – pá. Volno mezi dny. Základní cviky si můžete zacvičit o víkendu, což dělám na pokoji.“

Neverbální součást komunikace: Odpověď doprovází gesty, co dělá za cvičení. Při odpovědi se soustředí, neudrží oční kontakt.

V: „Který z cviků, jež jsou obsahovou náplní intervenčního programu APA, vás zaujal?“

Ú1: „Co mě pomáhá strašně je pérování na balóně. Velký vliv a účinek má natahovací guma. Beru to od 1. dál. Šlapaní zelí je masakr“.

Neverbální součást komunikace: Směje se, směje se i negativní odpovědi. Část odpovědi ho pobavila. Odpověď je doprovázena gestikulací.

Ú 4 – reakce na otázky

V: „Jaké máte pocity při obsahové náplni intervenčního programu APA?“

Ú4: „Velice dobré pocity mám.“

V: „Dokázal byste je popsat?“

Ú4: „Nemyslím na věznici, myslím na to cvičení. Snažím se na to lepší myslet.“

V: „Jaká máte pocity bezprostředně po aktivitě?“

Ú4: „Dobré pocity mám. Jsem rád, že jsem pro sebe něco udělal.“

V: „Jak se cítíte psychicky následující den po realizaci aktivity?“

Ú4: „Trošku únava. O něm víc přemýšlím. Říkám si, že v tědle letech na tom ještě nejsem tak špatně. Cítím se mladší. Jsem rád, že s těma mladýma mohu držet krok.“

Neverbální součást komunikace: Zamyšlený. Pohled do dálky. Při závěru odpovědi malý úsměv. Neudrhuje oční kontakt.

V: „Přinesla vám účast v intervenčním programu APA něco pro váš další život po VTOS?“

Ú4: „No tak určitě. Do poslední chvíle. Dokud to bude možné, tak proč ne. Je to návyk pro člověka. Aby každý den věnoval hodinku nebo půl tomu sportu.“

Neverbální součást komunikace: Pokyvuje hlavou. Zadržává se při vysvětlování. Soustředí se, neudrhuje oční kontakt.

9 ANALÝZA A INTERPRETACE DAT

Při analýze dat se výzkum opíral o tvrzení, ke kterým došli Švaříček & Šedřová (2007, p. 109): „Každá studie představuje do jisté míry originální analytický a interpretativní přístup.“ Tato teze se vztahuje především ke kvalitativním postupům a metodologii případové studie. V případě tohoto výzkumu se při analýze dat a jejich následné interpretaci vzájemně prolínaly a doplňovaly dvě metody. Analýze dat bylo podrobena přímé zúčastněné pozorování a polostrukturovaný rozhovor vlastní konstrukce. Analýza pozorování započala bezprostředně po prvním sběru dat a pokračovala v průběhu celého výzkumu. Polostrukturovaný rozhovor výzkumníka s účastníky byl dle organizačního plánu výzkumu realizován po dokončení intervenčního programu APA. Data získaná z rozhovorů byla následně podrobena analýze.

Jako metoda pro zpracování dat byla použita tematická (obsahová) analýza a zvolenou technikou bylo otevřené kódování a kategorizace dat. Výzkumník využil pro výzkum teoretický přístup v tematické analýze, protože měl dopředu zformulovány výzkumné otázky. Data z pozorování byla převedena do textové elektronické podoby a následně ručně kódována technikou „papír a tužka“. Výzkumník neměl možnost využít počítačový software. Kódy v textu byly buď jednoslovné, nebo byla použita slovní spojení. Jednotlivé kódy byly seskupovány tak, že vytvářely témata (kategorie), které jim byly nadřazeny a shodovaly se s výzkumnými otázkami. Vzniklá témata byla opakovaně kontrolována. Mezi jednotlivými tématy se následně na základě zkušeností výzkumníka hledaly vazby a souvislosti.

9.1 Analýza zúčastněného pozorování

Pozorování výzkumníka probíhalo opakovaně dle časového harmonogramu výzkumu. Analýza pozorování byla rozdělena na části. Tyto části se ve výzkumu vzájemně prolínaly a doplňovaly. První část položila základ pro přípravnou fázi výzkumu. Byla zaměřena na zorientování se výzkumníka v terénu. Druhá se vztahovala k realizační fázi výzkumu a zaměřena byla na interakci výzkumníka s účastníky. Data z pozorování pro analýzu měl výzkumník uchovávat prostřednictvím elektronického terénního deníku. Součástí terénního deníku byla administrativa vztahující se k programu, záznamový arch a poznámky výzkumníka.

9.1.1 První část analýzy zúčastněného pozorování

První část pozorování započala vstupem výzkumníka do terénu a sběrem prvotních dat.

Souběžně se záznamem probíhala i prvotní analýza dat. Text byl kódován (technika „papír a tužka“) a následně podroben kontrole. Technika byla časově náročná, ale výhodou výzkumníka byly teoretické znalosti vztahující se k prostředí výzkumu. Příbuzné kódy vytvořily prvotní témata. Kódy k vytvořeným tématům dokázal výzkumník díky teoretickým znalostem snáz přiřadit. Následnou kontrolou témat s přihlédnutím k výzkumným otázkám byla formulována jejich konečná podoba.

Analýzou první části pozorování byla formulována 4 hlavní a 4 dílčí témata, která se vztahovala k cílům a hlavním otázkám výzkumu. Pro lepší přehlednost byla témata i klíčové kódy vztahující se k tématům převedeny do tabulky. Kódy, které nesouvisely s předmětem výzkumu, byly ze závěrečné zprávy vypuštěny.

Tabulka 1

Příklad témat a kódů

TÉMA	KÓDY
REŽIM - oddíly TPN	zákon 169/1999 Sb., vyhláška 345/1999 Sb., NŘV, PŘV, vnitřní řád, zásady vnitřní bezpečnosti, režimová opatření, bezpečnostní opatření, povinnosti odsouzených, povinnosti zaměstnanců, specializované oddíly, pohyb po věznici, osobní prohlídka, důkladná osobní prohlídka, časový rozvrh dne, příslušník VS ČR – dozorce, rozsah pohybu, osobní volno, omezenost pohybu, zaměstnanci odborného zacházení, ...
PODMÍNKY - vybavení	prostory pro PA, pokyn ředitele věznice, vycházkové dvory, velký vycházkový dvůr, malý vycházkový dvůr, velikost prostor, zabezpečení prostor, lokace prostor, bezbariérovost prostor pro PA, vybavení místnost pro PZ, vybavení místnost 2 pro PZ, posilovací vybavení, relaxační vybavení, náradí, náčiní, čistota prostor pro PA, finanční možnosti, specializace zaměstnanců, zájmy odsouzených, vize věznice, ...
PŘÍLEŽITOST- vnější vlivy	standardní zacházení, specializované zacházení, PA pro odsouzené TPN, PZ, speciální pedagog, vychovatel, místnost pro PZ, místnost 2 pro PZ, četnost příležitostí pro PA, PSVD, počet odsouzených při PA, motivační systém, dílčí technické prohlídky, zdravotní eskorty, podmíněná propuštění, změna stupně zabezpečení, stěhování účastníků, mimořádná změna v plánu ...
BEZPEČNOST - zdravotní stav	bezpečnost účastníků, dynamická bezpečnost, nezbytná opatření, bezpečnost zaměstnanců, elektronické a mechanické zabezpečovací prvky, chování zaměstnanců, mimořádná událost, úraz, zranění, záznam o úraze, uschopnění účastníků, osoba ošetřujícího lékaře, poučení o chování a odpovědnosti, informovaný souhlas, prevence úrazu a zranění, poradenství, komunikace, medikace účastníků, vnitřní řád místnosti, dopadové plochy, madla, dopomoc, zkušenosti výzkumníka, spolupráce, respekt ...

Témata se opírala o jednotlivé dílčí kódy, které je pomohly lépe interpretovat. Interpretace prvotního pozorování byla popsána a využita pro přípravnou část výzkumu (Kapitoly 6.2, 6.3, 6.4, 6.5, 6.8 a 6.9).

9.1.2 Druhá část analýzy zúčastněného pozorování

Druhá část pozorování se vztahovala k interakci výzkumníka s účastníky prostřednictvím intervenčního programu APA. Jednalo se o pravidelné opakované zúčastněné pozorování účastníka v terénu. Záznam dat z pozorování byl proveden písemně elektronickou formou. Prvotní záznam započal detailním popisem všech pozorovatelných jevů v průběhu zahájení interakce výzkumníka s účastníky výzkumu. Šlo o obsáhlý text, který popisoval vše, co bylo pozorovatelné včetně neverbálních projevů účastníků, nepozorovatelných jevů a osobních postřehů výzkumníka.

Takto nahuštěná hrubá data byla nejprve podrobena analýze pomocí otevřeného kódování („papír a tužka“). Z rozsáhlého detailního popisu, byl prvotní analýzou vytvořen systém, který umožnil výzkumníkovi zaměřit se na důležitá zjištění pro výzkum. Filtroval informace (pro výzkum nevýznamné) a umožnil se soustředit při pozorování na podstatné jevy. Tento systém reprezentoval „Pozorovací záznamový arch“ (Příloha 17). V průběhu výzkumu bylo takto pořízeno 38 záznamů z pozorování. Záznamy umožnily nashromáždit dostatečné množství dat pro analýzu. Pozorování se vývojem v čase stalo více zaměřeným. Sledovaly se především jevy, které byly v souladu s výzkumnými cíli a výzkumnými otázkami. Z pozorovacích záznamových archů se filtrovaly a zpracovaly informace, které se vztahovaly k vybraným nadřazeným tématům (Tabulka 3). V závěru sledování, kdy bylo zajištěno dostatečné množství dat, byly vyvozeny předběžné závěry. Neoddělitelnou součástí této metody byly vlastní terénní poznámky a postřehy výzkumníka, které charakterizovaly jeho pohled na získané poznatky.

Pro doplnění odpovědí, získaných analýzou poznámek výzkumníka a záznamových archů z pozorování, bylo využito i analýzy z administrativy PZ vztahující se k intervenčnímu programu APA. Součástí administrativy byla evidence docházky účastníků, průběžné hodnocení programu a třídní kniha. Jako nejvýznamnější a přehledný zdroj dat pro analýzu z administrativy byla vybrána evidence docházky účastníků. Byla sestavena tabulka přehledu docházky účastníků v průběhu intervenčního programu (Tabulka 2).

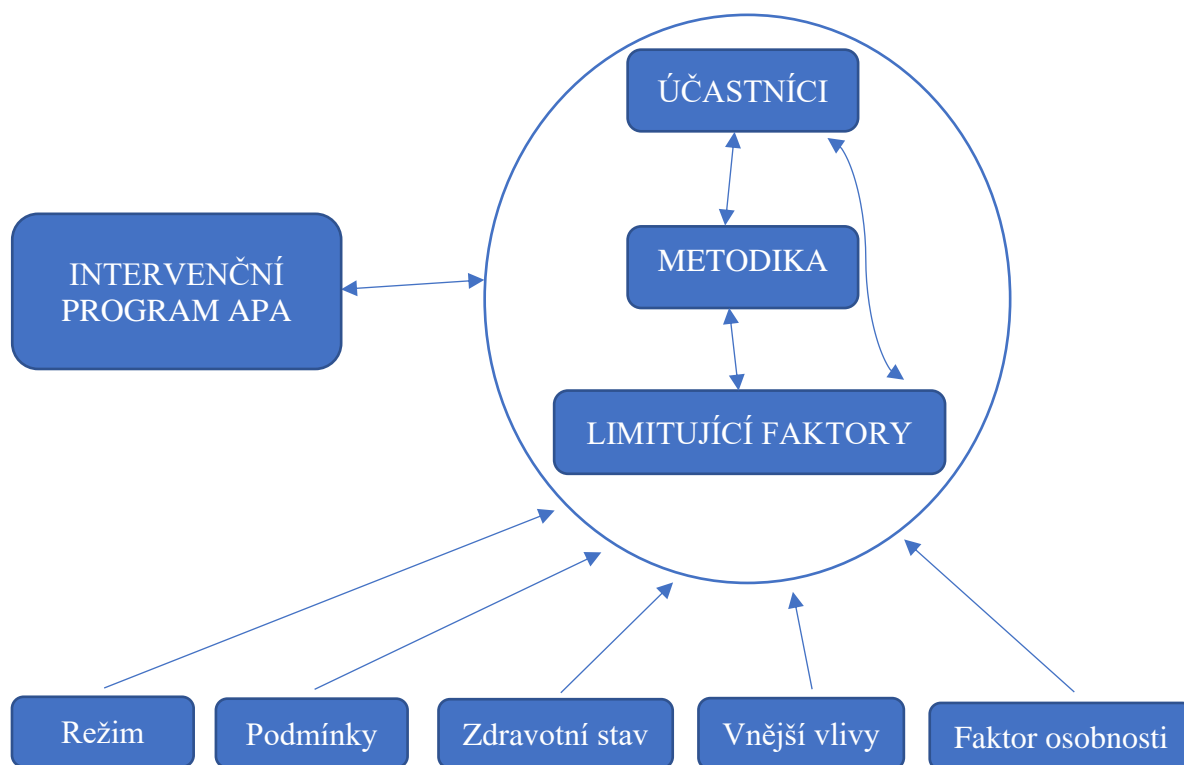
Tabulka 2

Docházka účastníků výzkumu do intervenčního programu APA

Docházka účastníků do intervenčního programu APA				
Osoba	počet aktivit	účast	docházka v %	vyhodnocení programu
1	38	38	100 %	ANO
2	38	35	92 %	ANO
3	38	37	97 %	ANO
4	38	38	100 %	ANO
5	38	16	42 %	NE
6	38	10	26 %	NE

Významným ukazatelem výzkumu byla účast osob v programu, která byla v tabulce vyjádřena v procentech. V diplomové práci se výzkumník zabýval pouze osobami, které měly docházku v programu minimálně 50 %. Což odpovídalo 19 účastem v programu.

Na základě dlouhodobého přímého zúčastněného pozorování výzkumníka v terénu bylo průběžnou analýzou pořízených dat vytvořeno schéma, které reprezentuje klíčová témata výzkumných otázek a jejich vzájemné propojení ve vztahu k intervenčnímu programu APA. Toto propojení je ovlivněno činiteli, kteří určují klíčová témata intervenčního programu.



Obrázek 1. Schéma zobrazující klíčová témata a činitele.

Nadřazeným tématem schématu byl intervenční program APA (Obrázek 1). Cílem výzkumu bylo vytvořit a popsat intervenční program APA, ověřit jeho realizovatelnost, vymezit limitující faktory programu a získat zpětnou vazbu od účastníků. Na účastnících výzkumu byl program ověřen. Účastníci výzkumu poskytli zpětnou vazbu výzkumníkovi k programu. Aby vznikl program, musela být vytvořena metodika.

Metodika položila základ vzniku intervenčního programu APA a určovala jeho kvalitu. Vznik a průběh intervenčního programu APA pomohl odhalit limitující faktory, které ovlivňovaly tento program. Metodika byla vytvořena na základě možností účastníků a zároveň určovala postoj účastníků k programu. Při tvorbě a realizaci metodiky docházelo k odhalování limitujících faktorů, které pomáhaly metodiku upravit tak, aby došlo k realizovatelnosti programu. Účastníci se podíleli na objevování limitujících faktorů, které měly vliv na jejich postoj k intervenčnímu programu APA. Metodiku, limitující faktory a postoj účastníků k intervenčnímu programu APA ovlivňovali konkrétní činitelé. Hlavní činitelé byli vybráni na základě analýzy dat pořízených z dlouhodobého zúčastněného pozorování výzkumníka v terénu, uchovaných prostřednictvím pozorovacích záznamových archů, a staly se oporou i pro analýzu dat z polostrukturovaného rozhovoru vlastní konstrukce. Činitelé byli hlavními tématy, která vzešla z otevřeného kódování a uspořádání množství kódů dle logiky výzkumníka ve vztahu k výzkumným otázkám.

Režim byl činitelem, který se vztahoval k dennímu režimu ve věznici. Ten vycházel z časového rozvrhu dne (Příloha 15). Režim determinovalo prostředí, ve kterém se výzkum odehrával. Prostor (věznice), které vytvářelo režim, mělo oporu v legislativě. Legislativa stanovila práva a povinnosti účastníků výzkumu.

Podmínky (činitel) vytvářely příležitosti účastníků realizovat PA. Prostory, kde se realizovaly PZ a vybavení těchto prostor pro PZ (Příloha 2). Zahrnovaly bezbariérové prvky ve věznici a souvisely se zájmy účastníků. Podmínky byly ovlivněny kompetencemi zaměstnanců a odpovídaly finančním možnostem pro přípravu programu.

Dalším činitelem byl zdravotní stav, který byl podmínkou účasti v intervenčním programu. Uschopnění ošetřujícím lékařem bylo dáno platnou legislativou. Zdravotní handicap měl vliv na účast v programu včetně přihlednutí k prostorovým bariérám věznice. Medikace účastníků měla vliv na realizaci programu. Zdravotní stav úzce souvisel s bezpečností účastníků při realizaci programu.

„Vnější vlivy“, činitelé, kteří ovlivňovali přímo nebo nepřímo organizaci intervenčního programu APA a radikálním způsobem zasahovali do běžného režimu odsouzených.

Důsledkem byla změna termínu programu, zrušení programu, změna psychického rozpoložení účastníků, konec účasti v programu. Činitelé, kteří úzce souviseli s režimem ve věznicích.

Jako posledním činitelem byl „faktor osobnosti“, který nezanedbatelným způsobem ovlivňoval intervenční program APA. Zásadní bylo chování a osobnost účastníků. Významným činitelem byly také kompetence a osobnost personálu. Vlivným faktorem byly postoje odsouzených a personálu k intervenčnímu programu. Vztah účastníků k PA měl přímý vliv na účast v programu. (docházka). Vztah výzkumníka k PA a programu měl vliv na účastníky.

Tabulka 3

Příklad témat a kódů

TÉMA	KÓDY
REŽIM	dynamická bezpečnost, osobní prohlídka („dneska jsme se zdrželi“), přesun na aktivitu, z aktivity, (ne)verbální reakce, stravování před cvičením, hlášení přesunů, administrativa, čas začátku, dochvilnost, význam vyrozumění odsouzených, časový pres příslušníka, ustrojenost, spolupráce při bezpečnostních opatřeních, začátek programu apod.
PODMÍNKY	místnost 2 pro PZ – verbální projevy nespokojenosti („zavazíš, je to tu malé“, apod.), neverbální projevy (výraz v obličeji, zakroucení hlavou), cvičební pomůcky („efekt novosti“) verbální projevy spokojenosti („budou gummy? začneme balóny, ježek je příjemný, to moc potřebuju“ apod.), neverbální (úsměv, smích, soustředění, pozornost, pokývání hlavou) adaptace, převlečení, obsahová náplň, vybavení, bezbariérovost přesunu – delší přesuny apod.
ZDRAVOTNÍ STAV	zdravotní prohlídka, SFT, medikace před cvičením („unaveně, měl jsem léky“), absence úrazu a zranění, adaptace na fyz. zátěž, přizpůsobení intenzity zátěže účastníkům, individuální regulovatelnost zátěže (menší počet opakování), bezpečnostní prvky (madla, žebřiny), neuvědomění si rizik, pocit únavy (pozitiva), nemoc, psychická ventilace apod.
VNĚJŠÍ VLIVY	Pracovní povinnosti, pozdní příchod, předčasný příchod, povinnosti příslušníka, verbální i neverbální vyjádření negativních i pozitivních zpráv, zprávy z domova („matka nemocna“), zprávy z venku („přišla mi další exekuce“), zdravotní eskorta, podmíněné propuštění („zase mě nepustili“), organizační zdržení, stěhování v oddíle, návštěva s rodinou („konečně jsem se viděl s manželkou“), pohovor se zaměstnancem apod.
FAKTOR OSOBNOSTI	(ne)připravenost na aktivitu, verbální projevy („těším se, jsme nachystaní, čekáme na vás“ apod.), neverbální projevy (úsměv, soustředěnost, rychlá reakce apod.), slušné chování (účastníci) poděkování výzkumníkovi po programu („děkuji, dnes to bylo výživné“), motivovanost, rozšíření komunikace, radost („na to jsem se těšil“), nasazení, spolupráce, přizpůsobivost, (ne)pozornost, přání, potřeba vyjádřit názor („příště by mohlo být více na nohy“), spokojenost se zátěží, přístup vedoucího programu, únava, sebehodnocení („tento cvik mi dělá potíže“), zaujetí, zapomínání provedení, pochopení významu cvičení, pochvala ods. apod.

9.2 Analýza polostrukturovaného rozhovoru

Informace pro analýzu byly pořízeny polostrukturovaným rozhovorem vlastní konstrukce s každým z účastníků výzkumu. Po přepisu jednotlivých rozhovorů do elektronické podoby na záznamové médium, byla provedena analýza prostřednictvím otevřeného kódování a technikou „papír a tužka“. Stejně jako u pozorování byla využita tematická analýza dat.

Na základě kategorizace dat z otevřeného kódování byla vytvořena témata (výzkumníkem nazvána „okruhy poznatků“), která nejlépe vystihovala význam informací pocházejících z jednotlivých odpovědí účastníků ve vztahu k výzkumným otázkám. Byla sestavena tabulka okruhu poznatků (Příloha 19) získaných z jednotlivých rozhovorů s účastníky. Tabulka nekopírovala průběh rozhovorů, ale dle prvotní analýzy byla sestavena tak, aby se přehledně třídily informace získané od účastníků pro potřeby výzkumu. Okruhy poznatků se vztahovaly k doplnění kazuistik účastníků, k cílům práce a výzkumným otázkám. Tabulka byla rozdělena na sedm okruhů poznatků.

První okruh poznatků byl zaměřen na doplnění informací o jednotlivých účastnících z hlediska jejich kazuistiky. Jednalo se o základní údaje o účastnících – věk, vzdělání, pracovní zkušenosti, charakter trestné činnosti, zkušenosti s VTOS a vnímání svého trestu.

Druhý okruh poznatků se vztahoval k aktuálnímu psychickému rozpoložení účastníků. Výzkumník se domníval, že psychický stav účastníků při pořizování rozhovorů mohl mít vliv na jejich průběh i výsledky. Pomocí otázek se zjišťoval aktuální psychický stav, subjektivní vnímání pobytu ve VTOS ve Věznici Břeclav – objektu Břeclav a vztahy účastníka s ostatními odsouzenými v oddíle.

Třetí okruh poznatků zjišťoval vztah účastníků k PA, ke sportu, životnímu způsobu a trávení VČ ve věznici. Tento okruh měl v rámci kazuistiky účastníků dokreslit jejich vztah k PA (zda PA realizovali v minulosti a ve VTOS).

Čtvrtý okruh poznatků charakterizoval limitující faktory (organizační bariéry) intervenčního programu APA. Jednalo se o pohled jednotlivých účastníků, zda při realizaci programu APA vnímají omezující (limitující) faktory.

Předmětem pátého a šestého okruhu poznatků byly postoje účastníků k intervenčnímu programu APA. Informace získané z pátého okruhu poznatků vyjadřovaly vztah účastníků k programu, názory na tento program a zkušenosti získané účastí v programu. Šestý okruh poznatků charakterizoval subjektivní prožitky účastníků v souvislosti s intervenčním programem APA. Předmětem zájmu výzkumníka byly pocity libosti a nelibosti účastníků z hlediska fyzického zatížení a duševních prožitků.

Sedmý okruh poznatků byl z hlediska analýzy rozhovorů s účastníky specifický. Byl nazván „významnosti“ a byly do něj začleněny získané informace, které přímo nesouvisely s předmětem výzkumu, ale měly dostatečnou významnost pro interpretaci ve výsledkové části.

Data z „okruhů poznatků“ byla následně převedena do textové podoby a informace od účastníků rozhovorů dále zpracovány. Smyslem nebylo informace porovnávat, ale hledat v nich význam ve vztahu k výzkumným otázkám. Informace z rozhovorů, které se od účastníků při analýze shodovaly, zvyšovaly významnost jednotlivých témat. Jako pomůcka pro analýzu vytvořeného textu byla využita témata na Obrázku 1 (Kapitola 9.1). Témata nebyla identická, jako u pozorování, ale byla částečně upravena dle významu informací od účastníků.

9.2.1 Limitující faktory z pohledu účastníků výzkumu

Za limitující faktory intervenčního programu APA byl považován soubor činitelů ovlivňující negativním způsobem jeho realizaci ve věznicích. Rozhovor výzkumníka s účastníky byl koncipován tak, aby účastníci nebyli přímo ovlivněni konkrétními otázkami týkajícími se limitů programu.

Z rozhovorů se všemi účastníky vyplynulo, že nabídka PZ pro odsouzené v oddělení pro TPN ve Věznicích Břeclav – objekt Břeclav obsahovala z hlediska PA převážně pasivní aktivity. Možnost navštěvovat byla pouze místnost pro kondiční cvičení (posilovna), na tu však bylo nutné mít povolení od lékaře a toto bylo umožněno pouze nepatrnému množství odsouzených z oddílů pro TPN. Z dlouhodobého hlediska se např. Ú3 domníval, že pasivní trávení VČ a pasivní aktivity vedly k letargii odsouzených a celkovému poklesu motivace provozovat jakoukoliv PA. S motivací účastnit se PA v rámci PZ souvisela kvalita personálu. Kompetence a osobnost vedoucího aktivity byla dle účastníků motivujícím faktorem pro účast v aktivitě. Ú1, Ú2, Ú3 se shodli, že ve Věznicích Břeclav je nedostatek kompetentního personálu k realizaci PA v rámci PZ.

PA v rámci výzkumu s účastníky probíhala pouze v místnosti pro PZ, která byla pro tyto účely vyčleněna. Všichni účastníci shodně odpověděli, že prostory pro realizaci PA byly nedostatečné. Omezovaly je v pohybu a bránily účasti v aktivitě většímu počtu potenciálních účastníků. Materiální vybavení místnosti 2 pro PZ bylo (z hlediska kvality a kvantity cvičebních pomůcek) podle účastníků dostatečné.

Z rozhovoru dále vyplynula (od Ú1, Ú2 a Ú3) potřeba mít na realizaci PA vlastní převlečení. Při realizaci APA docházelo k produkci potu a oblečení bylo nutné z hygienických důvodů pravidelně prát. Vnitřním řádem věznice bylo zakázáno prát ústavní

oděv. Odsouzení si měli možnost jedenkrát týdně tento oděv vyměnit za jiný. Pro život ve věznici a PA to však bylo podle účastníků nedostatečné. Ú1, Ú2 a Ú3 si po zařazení do APA na základě schválené žádosti věznicí nechali zaslat sportovní oblečení pro využití v APA. Tito účastníci měli dobré rodinné zázemí. Ú4 musel program APA realizovat v ústavním oděvu.

Na základě režimových opatření a zásad vnitřní bezpečnosti věznice bylo nutné dodržovat při realizaci APA bezpečnostní opatření. Opatření zahrnovala přesuny v rámci objektu věznice a osobní prohlídky účastníků dozorci. Ú2, Ú3 a Ú4 k tématu (bezpečnostní opatření) poznamenali, že je berou jako rutinní součást VTOS. Ú4 dodal, že to pro něj znamenalo nutnost neustále se přizpůsobovat, ale vnitřně s tím byl vyrovnán. Ú3 doplnil informace tím, že na tato opatření měl vliv statut odsouzeného ve věznici z pohledu personálu (tzv. „problémový vězeň“). Díky tomu, že byl brán za „bezproblémového odsouzeného“, zvládal opatření lépe. Také se domníval, že někteří odsouzení s tímto opatřením mohli mít problém. Ú2 na bezpečnostní opatření nahlížel jako na zbytečnost, která zdržovala čas vyhrazený pro APA a dělala mu zbytečné obtíže.

Z hlediska pravidelnosti a termínu (den v týdnu a čas), průběhu programu APA se všichni účastníci ve svých odpovědích shodli, že jim stanovený termín vyhovoval. V rámci dalšího průběhu rozhovoru na toto téma vyšlo najevo, že se na termín museli adaptovat. Ú3 odpověděl, že existovaly i lepší termíny. Ú2 v rozhovoru zmínil, že mu adaptaci na termín usnadnil nedostatek jakýchkoliv dalších aktivit. Všichni účastníci uvedli, že význam PA převyšoval jejich subjektivní názor na časový termín programu APA a dále byli přesvědčeni, že termín byl určen na základě pracovního vytížení výzkumníka.

Denní režim ve věznici byl charakteristický občasnými nenadálými změnami, což se promítlo do změny termínu programu APA. Tato nenadálá změna vyvolávala u účastníků negativní pocity. Při pokračování rozhovoru Ú4 dodal, že prožíval překvapení a musel se změně přizpůsobit. Ú1 zmínil pocit nervozity a strachu ze zrušení programu APA. Ú2 se vyjádřil, že mu pomáhala jeho psychická odolnost vůči změnám. Situace, které měly vliv na tyto změny, všichni účastníci brali jako nenadálý zásah do běžného denního režimu. Při konkretizaci těchto situací uvedli Ú1, Ú2 tzv. dílčí technické prohlídky, zdravotní eskortu (odsouzení o eskortách nesmí být informováni). Ú2 doplnil odpověď o událost týkající se soužití v oddíle např. stěhování na jinou ložnici. Ú4 poznamenal, že je v permanentním napětí a těžko reaguje na jakoukoliv změnu běžného denního režimu.

Z odpovědí Ú2 a Ú3 nad rámec zájmu výzkumníka vyplynulo důležité zjištění vztahující se k dennímu režimu ve věznici. Účastníci připomněli problémy týkající se hygieny. Denní režim ve věznici stanovuje čas, kdy mají odsouzení možnost realizovat hygienu (sprcha).

V případě, že se účastníci vrátili z programu APA mimo tento čas, potom již neměli možnost se po cvičení vysprchovat. Sprcha ve věznici funguje na kovové žetony. Odsouzení mají dle vnitřního řádu věznice nárok na dva žetony týdně. V případě realizace sportovní aktivity mají dle posouzení kmenového vychovatele nárok na žeton navíc. Účastníci upozornili, že v případě, kdy se vrátili z programu APA a nebyl na oddíle přítomen jejich kmenový vychovatel, museli pro hygienu využít žeton, který si pro tuto příležitost ušetřili. Ú2 upřesnil, že žeton ve sprše platí přibližně na pět min sprchování a za tuto dobu si neumyl dlouhé vlasy.

Analýza dat opírající se o schéma (Obrázek 1) ve vztahu k limitujícím faktorům (shrnutí)

Režim byl charakteristický nedostatkem příležitostí odsouzených k PA. Z tohoto důvodu u odsouzených převládalo pasivní trávení VČ. Z důvodu pasivity až letargie docházelo k poklesu motivace k PA a s tím byl spjat pokles motivace k osobní účasti v APA. Výměna ústavního prádla probíhala 1x týdně (propocené oblečení po programu). Praní civilního oblečení probíhalo pouze dle rozpisu oddílu a dle možností účastníků. Osobní prohlídky před odchodem a příchodem na oddíl měly vliv na čas, kdy začínal program (organizační překážka). Na čas začátku programu, který vycházel z režimu ve věznici byla nutná adaptace účastníků. Účastníci se domnívali, že vliv na něj mělo pracovní vytížení výzkumníka. Hygiena po programu byla nepravidelně problematická. Účastníci neměli možnost koupele bezprostředně po programu v závislosti na denním režimu. Byl jednotný názor účastníků na nedostatečnou frekvenci programu APA.

Podmínky pro realizaci programu APA (prostory místnosti 2 pro PZ) představovaly pro účastníky omezenost v pohybu. Důsledkem bylo snížení počtu účastníků. Převlečení do sportovního oděvu účastníků vycházelo z individuálních možností (ne všichni měli možnost ho mít). Sprchování ve věznici po programu bylo na žetony. Účastníci trpěli nedostatkem žetonů po programu, pokud nebyl přítomen kmenový vychovatel.

Zdravotní stav limitoval účastníky v účasti v programu APA. Písemné potvrzení ošetřujícího lékaře bylo nezbytné k možnosti účasti na PA. Někteří odsouzení nebyli pro program uschopněni. Odsouzení neznali své možnosti účasti na PA i v APA. Medikaci účastníků před programem nebylo možné ovlivnit.

„Vnější vlivy“ byly reprezentovány jako nenadálé zásahy do běžného denního režimu účastníků. Zpravidla se jednalo o dílčí technické prohlídky oddílů. Nepravidelně probíhaly eskorty účastníků z důvodu zdravotního stavu. Občas bylo realizováno stěhování účastníků

v rámci oddílu, což ovlivnilo psychické rozpoložení účastníka stejně jako negativní změny v soužití účastníků v ložnici (cele).

Významnou roli hrál „faktor osobnosti“ (kvalita a osobnost personálu), což zvyšovalo motivaci k účasti na PA a k účasti v programu APA. Osobnost účastníků a jejich přístup k PA zvyšovalo kvalitu programu APA.

9.2.2 Postoje účastníků k intervenčnímu programu APA

Postoje účastníků k intervenčnímu programu APA byly rozděleny do dvou úrovní. Do první úrovně byly zařazeny poznatky z pátého okruhu, které byly charakterizovány vztahem účastníků k intervenčnímu programu, názory a získanými zkušenostmi vyplývajícími z účasti v programu. Ve druhé úrovni byly zařazeny poznatky z šestého okruhu, které reprezentovaly subjektivní prožitky účastníků z programu. Pocity libosti a nelibosti z hlediska fyzického zatížení a duševních prožitků byly interpretovány, tak jak je dokázali popsat sami účastníci.

Postoje účastníků k intervenčnímu programu APA z hlediska vztahu, názorů a zkušeností

Z rozhovorů vyplynulo, že všichni účastníci byli spokojeni se zařazením programu APA do PZ a také za možnost účasti v programu (celkový nedostatek PA v oddílech pro TPN). Pro Ú3 a Ú4 to znamenalo zařazení APA do PZ motivaci provozovat více PA. Ú2 měl radost, že do programu APA byli zařazeni účastníci přibližně stejné fyzické zdatnosti. Ú4 uvedl, že účastí v APA se mu posílila sebedůvěra. Před začátkem APA neměl nikdo z účastníků vizuální představu, jak bude PA vypadat, přestože při úvodním setkání byla výzkumníkem obsahová náplň programu APA představena. Ú2 a Ú4 si mysleli, že aktivita bude ve větších prostorech za účasti více osob. Ú2 doufal, že to bude něco jiného než posilovna s činkami. Ú3 měl představu, že obsahová náplň programu APA bude nižší intenzity zátěže a Ú4 naopak předpokládal, že pro něj bude program z hlediska zátěže náročnější. Všichni účastníci se shodli, že motivací pro vstup do APA byla možnost realizace PA a jejich vztah k PA. Dále všichni shodně uvedli, že pro ně bylo důležité udělat něco pro svoji fyzickou kondici. Ú2 doplnil zlepšení úrovně pohyblivosti a Ú3 zmínil jako další motivační prvek zábavu.

Obsahovou náplň APA hodnotili účastníci z hlediska věku, zdravotního stavu a intenzity zátěže jako přiměřenou. Ú2 a Ú3 vyzdvihovali komplexnost cvičení (procvičení všech tělesných partií). Ú3 byl překvapen účinností cvičení. Ú1 vyjádřil subjektivní spokojenost, že se mu zlepšovala fyzická kondice a pohyblivost. Z odpovědí všech účastníků dále vyplynulo,

že obsahovou náplň programu APA (cvičení) hodnotili dle cvičebních pomůcek, které se při realizaci cvičení používaly. Důvodem byl tzv. „efekt novosti“ náčiní a jeho účinnost.

Z hlediska četnosti programu APA měli účastníci jednotný názor, že realizace jedenkrát týdně, byla nedostatečná. Ú1, Ú2, Ú3 dodali, že by měl probíhat minimálně dvakrát týdně, nejlépe třikrát. Účastníci se domnívali, že na četnost programu měla vliv pracovní vyčerpání vězňů.

V rámci osobní bezpečnosti při programu APA se všichni účastníci cítili komfortně. Nikdo si neuvědomoval možná rizika při realizaci. Ú1, Ú2, a Ú3 se cítili bezpečně z hlediska přiměřenosti obsahové náplně programu APA. Ú2 a Ú3 vnímali svoji bezpečnost v možnosti vlastní regulace intenzity zátěže. Ú1 jako jediný vnímal při cvičení některé z bezpečnostních prvků. Zmínil využití madel a žebřin při cvičení.

Při rozhovorech účastníci uvedli, že byla pro ně důležitá účast v programu. Ú2 a Ú3 vyzdvihli velký význam APA z hlediska trávení VČ. Ú3 zmínil, že se jednalo o jeho nejdůležitější aktivitu, která měla vliv na jeho zvládnutí VTOS. Ú4 se vyjádřil, že význam účasti v programu APA bral jako novou přínosnou zkušenost, která zlepšila jeho psychickou odolnost a projevovala se i v jeho lepším sociálním chování na oddíle. Ú1 zdůraznil, jak si vážil toho, že se vůbec mohl programu APA účastnit a Ú2 vnímal subjektivně především vliv programu na svou fyzickou kondici. Při rozhovoru se účastníci shodli, že největší význam má APA z hlediska kompenzace pasivního způsobu života ve věznici. Dále se účastníci subjektivně domnívali, že měl program APA na ostatní vliv z hlediska zdravotního stavu, především v oblasti fyzické a psychické kondice. Ú4 uvedl, že viděl přínos účasti v programu APA v redukci stresu a napětí z uvěznění. V rozhovoru se také objevily zmínky účastníků, že by zkušenosti z programu APA chtěli prakticky uplatnit v následném životě po VTOS. Jednalo se o získání povědomí o speciálních pomůckách a znalost nových cviků.

Ú1 a Ú3 uvedli, že účast v programu APA měla vliv na jejich životní styl ve VTOS. Některé z cviků, které lze realizovat na cele začali praktikovat nad rámec programu. U Ú4 došlo ke změně postoje ve smyslu změny jeho přesvědčení, že cvičit se dá pouze s činkami. Ú2 a Ú3 zdůraznili, že by chtěli po konci VTOS v duchu programu APA ve svém VČ pokračovat.

V rozhovorech byli účastníci také dotazováni, jak by si představovali další vývoj programu APA ve věznici. Shoda mezi účastníky panovala v tom, že by měla být zachována kontinuita programu. Ú1, Ú2 a Ú3 dodali, že by byla za potřebí větší četnost APA. Ú2 a Ú4 by si představovali větší prostory pro realizaci APA. Ú2 navrhl realizovat APA ve venkovních prostorech. Dále se všichni účastníci domnívali, že by APA v rámci PZ ve věznici neměla být

povinná. Jako důvod Ú2, Ú3 a Ú4 uvedli vliv účastníků na kvalitu programu APA. Účastníci, kteří by se museli povinně účastnit, by svým přístupem snižovali morálku a motivaci ostatních. Zajímavostí rozhovoru bylo případné přestavení programu APA účastníky potenciálním zájemcům o vstup do programu. Ú1, Ú2, Ú3 by zmínili především přínos programu APA z hlediska fyzické a duševní kondice. Ú1 a Ú3 rozvedli svoji myšlenku o zdůraznění pozitivních prožitků při realizaci APA. Ú1 a Ú3 také vyzdvihli osobnost a kompetence výzkumníka jako vedoucího programu APA, které byly dle jejich přesvědčení důležité. Ú2 se domníval, že nejlepším přestavením programu APA je volně přístupná ukázka.

Postoje účastníků z hlediska subjektivních prožitků ve vztahu k intervenčnímu programu APA

Z předcházejících částí rozhovorů vyplynula spokojenost všech účastníků s přiměřeností objemu fyzické zátěže při realizaci obsahové náplně (cvičení) programu APA s ohledem na jejich věk a zdravotní stav. Při realizaci obsahové náplně se Ú1 a Ú4 fyzicky cítili komfortně. Zátěž byla dle jejich mínění přiměřená a umožnila jim plně se soustředit na samotné cvičení bez jiných rušivých vlivů. Ú3 zmínil, že zátěž při cvičení mu způsobovala fyzickou únavu a byla dána jeho přístupem. Ke cvičení, dle jeho tvrzení, vždy přistupoval s maximálním nasazením. Ú2 doplnil své myšlenky o subjektivně vnímaný posun ve své fyzické kondici přímo při realizaci cvičení. Následující den po realizaci APA se všichni účastníci cítili částečně fyzicky unavení. Vnímali fyzickou únavu jako pozitivní zpětnou vazbu na to, jak ke cvičení přistoupili.

Při komunikaci s účastníky prostřednictvím rozhovorů bylo jedním z témat vyjádření pocitů při samotné realizaci programu APA. Účastníci se shodovali, že určitě „něco“ pociťovali. Jejich odpovědi se daly vyjádřit spojením „vnitřní spokojenost“. Ú1 v odpovědi na toto téma popsal, že pociťoval euforické stavy, např. veselost. Ú3 cítil jistou psychickou vzpruhu a Ú4 doplnil, že se cítil dobře a nemyslel na žádné negativní věci. Ú2 se nedokázal přesně vyjádřit, pouze zmínil, že „to“ je dobře nastaveno. Tato zjištění byla výzkumníkem shrnuta pod výraz „stav flow“. Účastníci se dostali v průběhu cvičení do stavu, kdy se plně soustředili na cvičení, nepociťovali při něm žádné negativní vlivy a prožívali vnitřní spokojenost. S časovým odstupem jednoho dne pociťoval Ú1 dále vysoký stav spokojenosti. Ú2 si další den po cvičení subjektivně uvědomoval velmi významný vliv na jeho psychický stav, který vyjádřil jako pozitivní emoční naladění projevující se v sociální aktivitě. Ú3 zmínil, že na jeho pocity jeden den po realizaci programu APA mělo zásadní vliv jeho psychické onemocnění (Kapitola 6.6.1, kazuistika Ú3). Ú4 svoje pocity s odstupem popsal jako

spokojenost z toho, že měl možnost se seberealizovat. Tento stav mu umožnil se zamyslet nad tím, že se dokázal výkonnostně srovnat s mladšími jedinci. Cítil se dle jeho tvrzení mladší a měl větší sebevědomí. Na doplňující dotaz výzkumníka, jaké měli účastníci pocity bezprostředně před realizací programu APA, se všichni vyjádřili, že prožívali pozitivní pocity. Ú2, Ú3, Ú4 přímo zmínili, že se vždy na program těšili. Ú1, Ú3, Ú4 dále prožívali „pozitivní“ pocity nervozity a očekávání. Ú1 a Ú4 doplnili své vyjádření o pocit strachu ze změny.

Osobní pocity účastníků, které se vztahovaly k prostředí, v němž se program APA konal, byly rozděleny na dvě roviny. Účastníci se shodovali, že místnost pro PZ, ve které se program konal, byla z hlediska prostorovosti nedostačující. Pocity, které vyjadřovali, byly omezenost, stísněnost a nekomfortnost. Z hlediska vybavenosti místnosti pro PZ uvedli, že se tam nacházelo vše, co pro program APA, potřebovali. Jednalo se o vnitřní spokojenost účastníků. O subjektivním pocitech účastníků z jednotlivých cviků, bylo zjištěno, že je ovlivňovaly především cvičební pomůcky, které se ke cvičení využívaly. U všech se na základě jejich odpovědí objevil tzv. „efekt novosti“. Účastníci náčiní, které se při cvičení využívalo, neznali. Ú3 zmínil, že má doma velký gymnastický míč, ale nikdy na něm necvičil. Ú1, Ú3 a Ú4 se vyjádřili, že nejoblíbenějším náčiním byla pro ně posilovací guma. Ú1 dále doplnil, že se mu líbilo cvičení na gymnastickém míči. Všichni účastníci mluvili o nadšení, které pramenilo z efektivnosti náčiní a z hlediska intenzity zatížení.

Analýza dat opírající se o schéma (Obrázek 1) ve vztahu k postojům účastníků (shrnutí)

Intervenční program APA vznikl v souladu s režimem ve věznici, což si účastníci uvědomovali. Možnost účasti v novém programu vyvolal spokojenost účastníků. Zařazení programu do PZ vedl ke zvýšení motivace k další PA. Nedostatečná četnost programu byla vnímána jako problém s pracovním vytížením výzkumníka. Účastníci měli jednotnou vizi, aby byla zachována kontinuita programu.

Pod podmínkami pro program APA si účastníci představovali především prostorové a materiální zabezpečení. Účastníci projevovali spokojenost s podmínkami pro svoji bezpečnost, kterou chápali v přiměřenosti zatížení, v možnosti vlastní regulace zátěže a v bezpečnostních prvcích v místnosti 2 pro PZ. Materiální zabezpečení vzbuzovalo spokojenost účastníků („efekt novosti“), což se promítlo do hodnocení obsahu programu. Hodnocení bylo možné vyjádřit jako vliv cvičební pomůcky na oblíbenost cviků, vliv pomůcky na efektivnost cvičení a účinnost zatížení, z čehož pramenil pocit spokojenosti. Účastníci měli vizi, aby byly vytvořeny podmínky pro volně přístupnou ukázkou programu. Pocity nelibosti byl

u účastníků v souvislosti s prostorami, ve kterých se program konal. Tyto pocity vyjadřovali jako stísněnost, omezenost, nekomfortnost.

Účastníci subjektivně vnímali pozitivní vliv programu APA na svůj zdravotní stav. Byli spokojeni, že byli přibližně stejné fyzické zdatnosti. Účast v programu měla u účastníků vliv na posílení sebedůvěry (plynoucí ze zvládnutí stejné intenzity zátěže při programu v porovnání s mladšími účastníky). Motivací pro účast bylo zlepšení zdravotního stavu, což účastníci sledovali ve zlepšení fyzické kondice, pohyblivosti a zábavě. Obsahová náplň byla přiměřená k věku a zdravotnímu stavu, což vyvolávalo pocity spokojenosti. Komplexnost a účinnost programu vyvolávala pocit lepší psychické odolnosti, lepší sociální chování v oddíle, pocit lepší fyzické kondice. Program měl dle účastníků vliv na redukci stresu a napětí z uvěznění. V průběhu realizace programu převládal pocit komfortu z hlediska fyzické zátěže (příjemná únava, únava bezprostředně po zátěži i den po hodnocení jako pozitivní zpětná vazba).

Tzv. „faktor osobnosti“ byl vyjádřen vlivem programu APA na osobnost účastníků. Účastníci pociťovali osobní důležitost účastnit se programu, což u nich vyvolávalo pocit spokojenosti (nejdůležitější aktivita). Program měl vliv na trávení VČ a motivoval účastníky ke zvýšení objemu své PA. Význam programu spatřovali v kompenzaci pasivního trávení VČ a ve vlivu na životní styl ve věznici. Program měl vliv na PA účastníků po VTOS. Za významné považovali znalost nových cvičebních pomůcek a cviků. Účast v programu způsobil praktikování cviků i mimo program v rámci VČ ve věznici. Účastníci sdíleli vizi, že nepovinnost aktivity vede ke kvalitě programu (vliv účastníků na kvalitu programu). Kompetence a osobnost výzkumníka měly význam pro kvalitu programu. Pocity účastníků prožívané v průběhu realizace programu byly charakterizovány jako spokojenost, euforie, radost, psychická vzpruha, zaujetí („stav flow“). I s časovým odstupem pokračoval vysoký stav spokojenosti a pozitivní stav emočního naladění účastníků, který se projevoval v sociálním chování, sebeuvědomění (zamyšlení se nad sebou). Pocity před programem popisovali jako těšení se, pozitivní pocit nervozity a očekávání.

Mezi tzv. „významnosti“ byly zařazeny informace, které přímo nesouvisely s předmětem výzkumu. Sloužily k doplnění poznatků. Účastníci individuálně vnímali potřebu pitného režimu při PA. Dostatečná délka intervenčního programu vedla u účastníků k utřídění si vlastních myšlenek a pochopení významu, který pro ně měl. Účastníci vyjádřili spokojenost s tím, že se výzkumník zajímal o jejich názor a mohli se o něj podělit. Programu byla přikládána velká váha a pomáhal lépe zvládat průběh VTOS. Víze účastníků zněla, že by bylo vhodné uplatnit tento typ aktivity PZ v rámci systému VS ČR. Významné bylo zjištění, že únava po fyzické zátěži, která byla náplní programu, byla brána z fyzického i psychického hlediska

jako pozitivní zpětná vazba. Ta poskytovala odpověď, že realizovali účastníci program dle svých očekávání. Únava po cvičení dle jejich mínění vycházela z efektivnosti cvičení a vyvolávala v nich pocit spokojenosti.

9.2.3 Další významné poznatky vztahující se k intervenčnímu programu APA

Z rozhovorů s účastníky vyplynuly specifické poznatky, které svojí dostatečnou významností byly zařazeny do výzkumné zprávy. Tyto poznatky byly nazvány pro výzkum jako tzv. „významnosti“. Účastníkům bylo před zahájením intervenčního programu APA nabídnuto, že si mohou s sebou do místnosti 2 pro PZ brát láhev s pitím. Všichni účastníci se shodně domnívali, že pitný režim je při programu APA důležitý. Této možnosti využíval pouze Ú1, který byl 3x denně pod silnou medikací a ta mu vysušovala sliznici a potřeboval pitný režim dodržovat. Ú2 a Ú3 se vyjádřili, že pitný režim je záležitostí osobní zodpovědnosti. Ú2 vysvětlil, že pitný režim řešil před programem APA a po dobu jedné hodiny programu nepotřeboval pít. Ú3 a Ú4 zmínili, že zatížení při programu nebylo tak vysoké, že by nezvládli být bez tekutin.

Ú1 při rozhovoru rozvedl myšlenku, že pro něj bylo velmi významné realizovat rozhovor s dostatečným časovým odstupem od začátku intervenčního programu APA. Poukázal na to, že měl dostatek prostoru si utřídit prožitky, zkušenosti a díky tomu zvládl reagovat při rozhovoru na dotazy výzkumníka. Domníval se, že kdyby měl na adaptaci na program APA kratší dobu, tak by měl problém s vyjádřením při odpovědích. Také vyjádřil spokojenost se zájmem výzkumníka o jeho názor a možnost se o něj podělit.

Ú3 se při rozhovoru zdůraznil, že projektu APA osobně přikládal velkou váhu. Zmínil také, že se jednalo o jeho nejdůležitější PZ a pomáhal mu lépe zvládat průběh VTOS. Podle něj by se mohl tento druh PA v rámci PZ uplatnit v systému VS ČR.

Ú4 ze svého pohledu popsal specifický význam, který pro něj měl program APA. Vyjádřil obrovskou osobní spokojenost, která se promítla do jeho zvládnutí průběhu VTOS. Projevovala se zvýšením jeho sebevědomí, plynoucí ze zvládnutí stejné intenzity zátěže při APA v porovnání s mladšími účastníky.

Výzkumník došel v průběhu rozhovorů se všemi účastníky k významnému zjištění, že únava po fyzické zátěži byla brána pozitivně. Ú3, Ú4 přímo zmínili, že fyzickou únavu berou jako pozitivní zpětnou vazbu na jejich přístup k realizaci programu. Únava po cvičení dle jejich mínění vycházela z efektivnosti cvičení a vyvolávala v nich pocit spokojenosti.

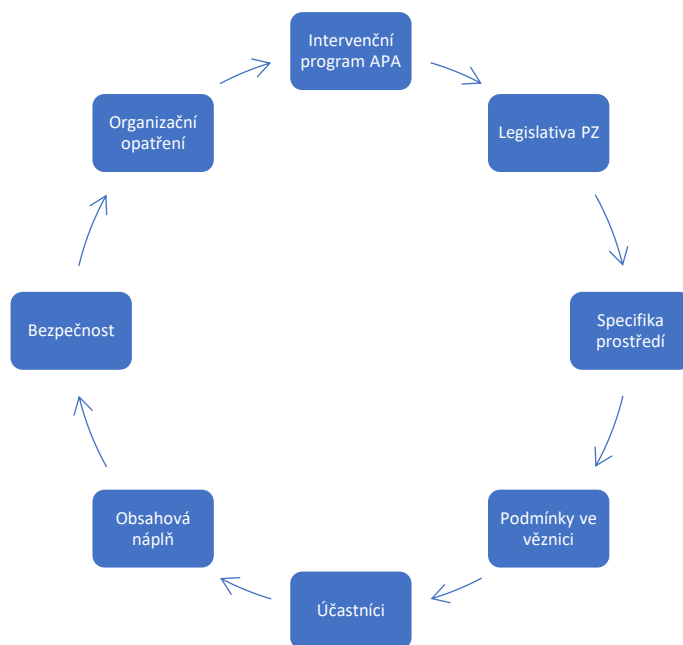
10 VÝSLEDKY VÝZKUMU

Ve výsledkové části diplomové práce byly interpretovány poznatky získané prostřednictvím analýzy dat (Kapitola 9). Podstatou této kapitoly bylo odpovědět na výzkumné otázky a zdůvodnit naplněnost cílů výzkumu. K odpovědím na jednotlivé výzkumné otázky bylo využito interpretace poznatků z obou hlavních metod výzkumu. Pro některé odpovědi na otázky byla dominantní analýza zúčastněného pozorování a u jiných polostrukturovaného rozhovoru. Poznatky z obou vybraných metod se vzájemně doplňovaly (Kapitola 11).

10.1 Výzkumná otázka č. 1

Jakou podobu bude mít metodika intervenčního programu APA?

Pro zodpovězení otázky byla využita interpretace poznatků, získaných analýzou zúčastněného pozorování. Metodika intervenčního programu APA se formovala v průběhu celého výzkumu. Výzkumník se při její tvorbě opíral o schéma (Kapitola 9.1), které zobrazovalo klíčová témata, jejich vzájemné vazby a činitele, kteří je určovali. Vznik metodiky položil základ pro realizaci programu a jeho kvalitu. Metodika byla upravována dle specifických možností účastníků programu a ovlivňovali ji hlavní činitelé, kteří vzešli z analýzy zúčastněného pozorování. V diplomové práci byla věnována metodice programu v Kapitole 6. Metodiku intervenčního programu APA lze zobrazit pomocí schématu (Obrázek 2).



Obrázek 2. Schéma zobrazující metodiku intervenčního programu APA.

Schéma zobrazuje, jak na sebe navazovala klíčová témata, s jimiž je třeba pracovat, aby bylo dosaženo úspěšné realizační fáze intervenčního programu APA.

Intervenční program APA byl ve věznici uplatněn jako zájmový PZ. Pro jeho realizaci byla podstatná znalost platné legislativy týkající se PZ ve věznici (Věznice Břeclav – objekt Břeclav). Základem bylo vytvořit projekt Intervenční program APA, který byl schválen ředitelem věznice. Poté bylo třeba detailně poznat specifika prostředí, kde se program odehrával včetně platné legislativy, která jej formovala. Na základě znalosti prostředí bylo zapotřebí vytvořit prostorové a materiální podmínky pro realizaci programu. Bylo nutné vycházet z finančních možností věznice a ze spolupráce se zaměstnancem odborného zacházení – speciálním pedagogem. Dalším krokem byl výběr účastníků programu. Byla stanovena kritéria výběru a oslovena cílová skupina. Na základě dobrovolného zájmu se vytvořila skupina účastníků programu. S ohledem na zdravotní stav účastníků byla vytvořena ve spolupráci s odborníkem – fyzioterapeutem obsahová náplň intervenčního programu APA. Nezastupitelnou úlohu při přípravě programu měla bezpečnost všech zúčastněných (platná legislativa). Účastníci byly pro vstup do programu uschopněny prostřednictvím ošetřujícího lékaře věznice. Obsahová náplň programu byla výzkumníkem konzultována s lékařem věznice ve vztahu ke konkrétním účastníkům. Před realizací byla nastavena organizační opatření. Ta zahrnovala stanovení termínu programu, přípravnou schůzku s účastníky a komunikaci se zaměstnanci (příslušníky VS ČR), kteří se na chodu programu podíleli. Následovala realizační fáze výzkumu, jejímž úkolem bylo ověření funkčnosti metodiky. Trvala jeden rok a celkem proběhlo 38 programových interakcí mezi výzkumníkem a účastníky výzkumu.

Zpětná vazba účastníků na podobu programu APA – interpretace rozhovorů

Účastníci se v polostrukturovaných rozhovorech ve vztahu k metodice vyjadřovali pouze k realizační části intervenčního programu APA. Obsahovou náplň programu hodnotili účastníci jako přiměřenou věku a zdravotnímu stavu. Při realizaci cvičení se cítili bezpečně. Pozitivně byla přijata možnost vlastní regulace intenzity zátěže. Prostory místnosti 2 pro PZ byly z jejich pohledu nedostatečné. Domnívali se, že komfortnější prostory by umožnili účast v programu většímu počtu potenciálních zájemců. Cvičební pomůcky, které se při cvičení využívaly, byly pro účastníky nové a získaly si u nich oblibu. Frekvence programu 1x týdně byla pro účastníky nedostatečná. Představovali by si četnost programu 2x – 3x týdně. Účast v programu pro odsouzené by měla být dobrovolná. Ú3 se k tomu vyjádřil: „Měli by jej dělat lidi, co chtějí. Pokud by tam chodil nějaký moula z povinnosti, tak by rozhodil celou skupinu.“ V případě

povinné účasti by se vlivem odsouzených, kteří nemají vlastní zájem, snížila kvalita programu. Sám by zrealizoval volně přístupnou ukázkovou cvičební jednotku, aby si potenciální zájemci mohli udělat vizuální obrázek, jak program vypadá.

10.2 Výzkumná otázka č. 2

Jaké faktory (realizační bariéry) limitují intervenční program APA?

Pro zodpovězení otázky byly interpretovány poznatky získané analýzou zúčastněného pozorování. Dle analýzy dlouhodobého pozorování byly zaznamenány faktory, které limitovaly intervenční program APA. První byly identifikované již v průběhu přípravné fáze výzkumu.

Významným limitujícím faktorem byl režim ve věznici v oddílech pro TPN, který vycházel ze specifík prostředí, ve kterých byl program APA realizován. Režim byl definován platnými legislativními dokumenty. (zákon č. 169/1999 Sb., vyhláška č. 345/1999 Sb., NŘV – zásady vnitřní bezpečnosti, PŘV – některá režimová opatření, vnitřní řád – časový rozvrh dne). Z těchto dokumentů vycházela zásadní opatření, která měla přímý dopad na realizaci intervenčního programu APA. Jednalo se o rozsah pohybu účastníků po věznici kdy, kde a za jakých podmínek).

Za limitující faktor byly výzkumníkem označeny podmínky pro realizaci intervenčního programu APA. Jednalo se o podmínky prostorové a materiální. Možnosti pro realizaci PA ve věznici byly prostorově velmi omezeny. Jedinou variantou pro pravidelnou realizaci intervenčního programu APA byla výzkumníkem zvolena místnost 2 pro PZ. Prostornost místnosti umožnila aktivní účast skupině čtyř účastníků a výzkumníkovi. Materiální vybavení místnosti 2 pro PZ bylo zabezpečeno dle finančních možností věznice. Přesun z oddílů pro TPN do místnosti 2 pro PZ nebyl bezbariérový, což se promítlo do výběru účastnících se osob.

V návaznosti na absenci bezbariérových prvků při přesunu účastníků z oddílu do místnosti 2 pro PZ byl limitujícím faktorem určen zdravotní stav potenciálních účastníků. Účast v programu byla podmíněna písemným potvrzením ošetřujícího lékaře. Na bezpečnost při realizaci intervenčního programu APA měla vliv medikace a zdravotní stav účastníků. Z toho důvodu ne všichni zájemci byli ošetřujícím lékařem uschopněni.

Dalšími limitujícími faktory byly výzkumníkem nazvány tzv. „vnější vlivy“, které úzce souvisely s režimem ve věznici. Jednalo se o nenadálé, nepředpokládané zásahy do běžného denního režimu ve věznici, které se běžně děly, ale nebyla možnost jim předcházet (zdravotní eskorty, dílčí technické prohlídky, stěhování účastníků v rámci oddílů, podmíněná propuštění

a změna stupně zabezpečení). Důsledkem byla změna termínu programu, zrušení programu, změna psychologického rozpoložení účastníků, konec účasti v programu.

Vzhledem k prostředí, ve kterém se intervenční program odehrával, byl limitujícím faktorem označen i tzv. „faktor osobnosti“. Pod tento pojem výzkumník zahrnul osobnost a chování účastníka. Dle režimových opatření ve věznici se zájmových sportovních programů mohly účastnit osoby s „dobrým chováním“, které bylo vyjádřeno jejich zařazením v rámci PSVD. Programu se tedy nemohli účastnit zájemci z řad odsouzených, kteří měli nedostatky v chování a osoby, které upravovalo NGRŽ 2/2019.

Pro zodpovězení otázky byla interpretována analýza polostrukturovaného rozhovoru. Dle analýzy polostrukturovaného rozhovoru vlastní konstrukce byly zaznamenány faktory, o kterých se účastníci nepřímo domnívali, že limitovaly intervenční program APA.

Za limitující faktor byl označen režim ve věznici, který byl charakteristickým nedostatkem příležitostí odsouzených k PA. Z tohoto důvodu převládalo pasivní trávení VČ odsouzenými. Z důvodu pasivity až letargie docházelo k poklesu motivace k PA a s tím byl spjat pokles motivace k osobní účasti v intervenčním programu APA. Výměna ústavního prádla probíhala 1x týdně. Účastníci, kteří neměli k dispozici v oddíle civilní sportovní oděv na převlečení si tedy nemohli dle vnitřního řádu věznice zpoceně ústavní oblečení vyprat. Osobní prohlídky před odchodem a příchodem na oddíl, které prováděl příslušník VS ČR, měly vliv na čas začátku programu, což účastníci vnímali jako organizační překážku. Ú2 se k osobním prohlídkám uvedl: „To já si myslím, že je zbytečná. Co bych přenášel ven, co bych přenášel zpátky. Kolikrát bychom mohli být o deset minut dřív v místnosti, kdy čekáme, kdy on má jinou práci.“ Osobní hygiena (sprcha) po programu, byla nepravidelně problematická. Účastníci neměli možnost koupele bezprostředně po programu v závislosti na denním režimu.

Účastníci se jednotně domnívali, že limitující pro intervenční program APA byly prostory místnosti 2 pro PZ, které se vyznačovaly omezeností v pohybu. Ú2 k prostornosti místnosti poznamenal: „Stísněnost. Chtělo by to více místa. Kolikrát si musíme uhýbat.“ Za důsledek považovali snížení počtu účastníků. Osobní hygiena (sprcha) účastníků ve věznici po programu byla na žetony. Účastníci vnímali fakt, že trpěli nedostatkem žetonů po programu, pokud nebyl přítomen v oddíle kmenový vychovatel. Pokud neměli žetony v zásobě, nemohli provést osobní hygienu.

Někteří účastníci uvedli, že užívali pravidelně léky. Ú1 se vyjádřil, že po ranních lécích se cítí „utlumený“. Jako limitující faktor uváděli zdravotní stav.

Vliv na průběh intervenčního programu APA pociťovali účastníci při vnějších zásazích do běžného denního režimu. Dle jejich tvrzení se jednalo o eskorty účastníků z důvodu zdravotního stavu, dílčí technické prohlídky, které jsou nazývány odsouzenými „filzungy“, stěhování účastníků v rámci oddílu z důvodů vztahových problémů a nepříznivé zprávy z domova. Ú3 se k tomuto tématu uvedl: „Bych řekl nějaký boro. Občas se to stává, že začnou takový ty kontroly a člověka to rozhodí. Něco, co je mimo zaběhlý režim.“ Tyto zásahy měly vliv na psychické rozpoložení účastníků, popř. na termín programu.

10.3 Výzkumná otázka č. 3

Jaký názor mají vybraní odsouzení muži umístění ve VTOS ve věznici s ostrahou, ve vysokém stupni zabezpečení, v oddílech pro TPN, ve Věznici Břeclav, na intervenční program APA z hlediska osobní zkušenosti?

Pro zodpovězení otázky byly interpretovány poznatky získané analýzou polostrukturovaných rozhovorů. Z těchto rozhovorů vyplynulo, že si během probíhajícího výzkumu dokázal každý z nich utvořit názor na program, vybudovat si k němu vztah a dle svých pocitů ho i hodnotit. Analýza rozhovorů přinesla jednotné názory účastníků na některá témata vztahující se k programu.

Přestože nikdo z účastníků neměl předchozí zkušenosti s tímto typem PA, motivací k účasti v programu byly tyto pohnutky: Vztah účastníků k PA, udělat „něco“ pro svoji kondici, zlepšit pohyblivost a zábava. Účastníci vnímali zařazení intervenčního programu APA do aktivit PZ jako přínosné a motivovalo je provozovat více PA v rámci svého denního režimu ve věznici. Význam programu pro účastníky spočíval především v kompenzaci pasivního trávení VČ ve věznici, ve vlivu na změnu jejich životního stylu a v subjektivním pocitu udržení i zlepšení fyzické a psychické kondice. Efekt se promítl dle jejich tvrzení v psychické odolnosti, která vedla k redukci stresu a napětí z uvěznění, což se projevovalo v lepším sociálním chování v oddíle a zvládání podmínek VTOS. Ú2 k přínosu, který pro něj má intervenční program APA prohlásil: „No, jak říkám, nejde o to, že se tady vyplní hodina týdně, ale že si tady člověk osvojí cviky, co může provozovat venku. Fyzická forma se zlepšuje. Dřív jsem udělal míň cviků, teď víc. Ta kondice se mi prostě zvedá. Nesnažíte se nás zničit, ale postupně dostat do nějaké formy.“

Obsahová náplň intervenčního programu APA byla dle zjištění z hlediska věku a zdravotního stavu účastníků přiměřená, komplexní a efektivní. Hodnocení obsahové náplně

z pohledu účastníků bylo ovlivněno cvičebními pomůckami, které se při programu využívaly. Na účastníky zapůsobil tzv. „efekt novosti“. Ú4 k cvičebním pomůckám poznamenal: „Pro mě to byla novinka všechno. Ať jsou to ty balóny, ty gummy. Já jsem to neznal vůbec, takže to pro mě mělo význam. Třeba jsem poznal, že se dá cvičit i s obyčejnou šňůrou.“

Mezi účastníky panoval jednotný názor, že četnost a prostory intervenčního programu APA byly nedostatečné.

Z hlediska osobní bezpečnosti si nikdo z účastníků neuvědomoval případná rizika spjatá s realizací programu. Svou bezpečnost vnímali v přiměřenosti a možnosti vlastní regulace intenzity zátěže. Jeden z účastníků dokázal pojmenovat bezpečnostní prvky v místnosti 2 pro PZ při realizaci obsahové náplně.

Na základě rozhovorů bylo zjištěno, že účast v intervenčním programu APA byla pro všechny účastníky důležitá a vážili si jí. Ú3 řekl k účasti v programu: „Teď v současné době to beru jako nejdůležitější aktivitu. Todle posílení fyzické má výhodu, že člověk je od přírody líný a když má režim, tak funguje a účastní se jí.“). Program APA umožnil účastníkům získat zkušenosti s cvičením a povědomí o nových pomůckách, které by chtěli prakticky uplatnit v následném životě po VTOS.

Mezi účastníky byla zjištěna shoda, že intervenční program APA by měl být zachován. Ú3 dále ke kontinuitě programu uvedl: „Hlavně jej nevynechat. Nepřestat jej dál dělat. Po dobu mého pobytu bych si přál, aby dál pokračoval. Bez něj by to byla katastrofa.“ Od jednoho účastníky zazněl názor, že by bylo vhodné uplatnit tento typ PZ v rámci systému VS ČR.

10.4 Výzkumná otázka č. 4

Jak vnímají vybraní odsouzení muži umístění ve VTOS ve věznici s ostrahou, ve vysokém stupni zabezpečení, v oddílech pro TPN, ve Věznici Břeclav, intervenční program APA z hlediska osobních pocitů libosti a nelibosti?

Pro zodpovězení otázky byla interpretovány poznatky získané analýzou polostrukturovaných rozhovorů. Bylo zjištěno, že účast v programu vyvolala u účastníků emoční ladění. V některých tématech vztahující se k výzkumné otázce byla u účastníků nalezena shoda. Zařazení intervenčního programu APA do PZ ve věznici přineslo všem účastníkům osobní spokojenost. Ú4 se k zařazení programu APA do PZ vyjádřil: „Jsem spokojený. To vaše cvičení mi dává větší sebedůvěru, že si věřím i sám sobě jako víc.“

Vnitřní pocity, které účastníci prožívali při programu APA, byly různě formulovány. Výraz, který nejlépe vystihoval pocity účastníků byl tzv. „stav flow“ (stav plynutí). Účastníci se dostali v průběhu realizace obsahové náplně programu APA do stavu, kdy byli zaujati cvičením, nepociťovali při něm žádné negativní vlivy a prožívali vnitřní pocit spokojenosti. Ú1 k tomu, jak se cítí v průběhu programu dodal: „Euforie, více, jak dobře.“ Toto psychické rozpoložení účastníků také navodila možnost účasti v programu, seberealizace, výkonnostní srovnání a uvědomění si vlastních možností. S denním odstupem pociťovali účastníci stále vnitřní stav spokojenosti, který byl Ú2 vyjádřen jako pozitivní emoční naladění projevující se v sociální aktivitě. „To ano, to jako hodnotím vysoko. Člověk rozproudí endorfiny. Nálada je úplně jiná. Je chuť psát dopisy a číst. Jak se říká narovnaná psychika.“ Bylo zjištěno, že před začátkem programu, než došlo k interakci s výzkumníkem, pociťovali účastníci nervozitu, očekávání, strach (z případného zrušení programu). Většinou však vnímali tyto pocity pozitivně a na program se těšili.

Při realizaci obsahové náplně programu APA se dostavila fyzická únava, kterou pociťovali účastníci i s odstupem času. Fyzická únava byla účastníky chápána jako pozitivní zpětná vazba. Přinášela jim spokojenost s obsahovou náplní programu a osobním přístupem k její realizaci. Ú3 popsal fyzickou únavu následovně: „Tak samozřejmě. Já se snažím cvičit na hraně, dělám i víc opakování. Snažím se opravdu unavit. Po tom cvičení je to paráda. Mám vyčištěnou hlavu. Jsem uklidněn.“

Pocity nelibosti byly účastníky vyjádřeny ve vztahu k prostorám, kde se intervenční program APA konal. V místnosti 2 pro PZ se účastníci cítili stísněně, omezeně a nekomfortně. Libé pocity u účastníků vyvolávaly cvičení pomůcky, které byly součástí vybavení místnosti 2 pro PZ. Působil zde „efekt novosti“. Většinu cvičebních pomůcek účastníci neznali a nikdy před tím neviděli. Ú1 k cvičebním pomůckám řekl: „Co mě pomáhá strašně, je pérování na balóně. Velký vliv a účinek má natahovací guma. Beru to od 1. dál. Šlapaní zelí je masakr.“ V souvislosti s cvičebními pomůckami zmiňovali pocity nedočkavosti, nadšení, uspokojení a radosti.

Intervenční program APA byl ve vztahu k zdravotnímu stavu účastníků vnímán pozitivně. Přiměřenost a regulovatelnost intenzity zátěže přinášel účastníkům pocity komfortu a bezpečí. Z hlediska zdravotního stavu subjektivně vnímali pozitivní posun v oblasti fyzické kondice a psychické odolnosti.

10.5 Doplnění k výzkumným otázkám č. 3 a 4

Pro zodpovězení otázek bylo využito interpretace poznatků získaných analýzou zúčastněného pozorování. Zúčastněné pozorování nebylo hlavní metodou pro zodpovězení těchto výzkumných otázek. Prostřednictvím dat z dlouhodobého opakovaného zúčastněného pozorování, uchovaných v terénním deníku, byly výzkumníkem zjištěny informace, které souvisely s postoji účastníků k intervenčnímu programu APA.

Záznamový arch z pozorování obsahoval verbální i neverbální projevy účastníků při vzájemné interakci a poznámky výzkumníka. Pozitivní postoj účastníků k programu byl vysledován z pravidelné připravenosti, kdy u nich byly zaznamenány zřetelné známky nadstandartního chování a těšení se na program (všichni byli včas nachystáni s úsměvem vítali výzkumníka).

Při týdenní realizaci obsahové náplně programu byla u účastníků mírně zvyšována intenzita zátěže. Účastníci zvládali při cvičích více opakování, aniž by u nich docházelo k fyzickému přetížení.

V průběhu programu dostával výzkumník verbální i neverbální převážně pozitivní zpětnou vazbu při jednotlivých cvičení. Většinou se jednalo o gesta nebo krátké slovní zhodnocení. Ú3 např. zvolal: „To bylo výživný!“ Účastníci pozorně sledovali ukázky, byli soustředění a nemluvíli mezi sebou. Ke cvičení většinou přistupovali s nasazením a nadšením. Pozitivně reagovali na opravování svých chyb výzkumníkem při cvičení. Na závěr programu vždy výzkumníkovi poděkovali.

Nové cvičební pomůcky (tzv. „efekt novosti) vyvolávaly u účastníků pocity libosti. Účastníci dávali najevo verbálně i neverbálně, že některé pomůcky jsou pro ně oblíbenější než jiné. Ú1 spontánně reagoval: „Doufám, že budou gummy, ty totiž moc potřebuju.“ Na stísněnost prostorů, ve kterých se program realizoval, reagovali účastníci zprvu verbálně a postupem času pouze neverbálně. Většinou byla zřetelná nespokojenost v jejich výrazu. Postupně došlo z jejich strany k adaptaci na podmínky.

Při pozorování nebyl sledován zájem účastníků o bezpečnost ve vztahu ke svému zdravotnímu stavu. V průběhu interakce mezi výzkumníkem a účastníky nedošlo k žádnému úrazu ani zdravotním komplikacím, což se podepsalo na tom, jak účastníci hodnotili program a jaké pocity při něm měli.

V průběhu programu, kdy docházelo každý týden k interakci mezi výzkumníkem a účastníky bylo pozorováno, že objem komunikace ze strany účastníků postupně narůstal. Komunikace začala být méně formální a rozšířila se témata, o kterých se komunikovalo.

Např. U4 se svěřil: „Dnes mi přišla exekuce, tak jsem z toho špatný, pane vychovateli.“
Výzkumník si prostřednictvím programu APA u účastníků vybudoval větší důvěru, která měla význam pro realizaci polostrukturovaných rozhovorů.

Z evidence docházky vyplynulo, že docházka účastníků do programu byla 97 %.
Na základě docházky bylo vyhodnoceno, že účastníci měli vzorný přístup k účasti v programu.

11 DISKUZE

Diplomová práce se zabývala PA odsouzených osob, umístěných ve VTOS ve věznici s ostrahou, ve vysokém stupni zabezpečení, v oddílech pro TPN ve Věznici Břeclav – objektu Břeclav. Ve většině dostupných vědeckých prací a odborných publikací (i zahraničních) se objevovaly zmínky o realizaci PA na specializovaných oddílech pro TPN, kam se v českých věznicích umísťují odsouzené osoby plně invalidní, senioři starší 65 let a osoby jejichž zdravotní stav neumožňuje pracovní zařazení. Na těchto oddílech probíhal diferencovaný přístup zaměstnanců odborného zacházení s vězněnými osobami s přihlédnutím k individuálním rizikům a potřebám odsouzených osob. S odsouzenými umístěnými v oddílech pro TPN se napříč spektrem realizovaly PZ zaměřené na osoby s handicapem za účelem prevence kriminální recidivy a úspěšného zapojení zpět do společnosti. Z publikace autorky Nymš – Góna (2019) bylo zjištěno, že obdobný systém práce s osobami s handicapem ve VTOS byl praktikován v polském vězeňském systému na tzv. „terapeutických oddílech“. Tyto oddíly byly nejvíce přizpůsobeny individuálním potřebám vězňů a probíhaly se zde aktivity (PZ) za účelem rozvoje v oblasti vzdělání, sociálních dovedností, relaxace a podpory mobility.

Tento výzkum byl inspirován studii Bednáře (2009) a Merunkové (2010), které se zabývaly problematikou PA, jakožto prostředkem PZ ve věznicích s ostrahou pro odsouzené osoby umístěné v oddílech pro TPN. Životní způsob odsouzených umístěných ve VTOS v oddílech pro TPN byl závislý na systému a specialistech, kteří jsou jeho součástí. Vyznačoval se především pasivním trávením průběhu VTOS. Princip APA, na kterém byl výzkum postaven, je princip nezávislého života (v zahraničí užíván termín „theory of empowerment“). Jak vysvětluje Válková (2012): „V podstatě jde o to, naučit jedince zvládnout své životní, pohybové či sportovní kompetence tak, aby využil svoji kapacitu a stal se co nejvíce nezávislým“ (p. 32).

Výzkumník se domníval, že PA pro odsouzené ve specializovaných oddílech byla prostředkem aktivního a smysluplného trávení VČ ve věznici. PA také přinášela odsouzeným benefity v podobě udržení jisté míry soběstačnosti, nezávislosti a prevence, aby nedocházelo ke zhoršení zdravotního stavu s cílem maximálního možného zapojení odsouzeného do civilního života po VTOS. PA pro odsouzené umístěné v oddílech pro TPN musela být přizpůsobena jejich specifickým potřebám a zdravotnímu stavu v podmínkách Věznice Břeclav – objekt Břeclav. A proto tento výzkumu využíval teoretických i praktických poznatků APA. Výzkumník vycházel z definice Sherill (in Válková, 2012) která zní: „APA znamená

multidisciplinární teorii i praxi ve vztahu k celoživotní aktivitě jedinců se specifickými potřebami v aplikaci do všech životních sfér jedince“ (p. 32) Určitou životní sférou je i život ve VTOS.

Bednář (2009) ve své studii došel k závěru, že nejčastěji využívané PZ u odsouzených v oddílech pro TPN jsou tzv. „zájmové aktivity“. Do této skupiny patří i PA. Ve Věznici Břeclav – objekt Břeclav před zahájením výzkumu sice zájmové aktivity probíhaly, nebyla mezi nimi ale žádná organizovaná PA. Studie Bednáře (2009) dále upozorňuje i na to, že se odsouzení na specializovaných oddílech nejčastěji a nejvíce dožadovali PA.

Do intervenčního programu APA se dobrovolně přihlásilo 12 z celkového počtu 47 odsouzených, umístěných v oddílech pro TPN ve vysokém stupni zabezpečení, ve Věznici Břeclav – objekt Břeclav. Nízký zájem o PA nekorespondoval s tvrzením Bednáře (2009) ve výše zmíněné studii. Pasivitu odsouzených si bylo možné vysvětlit dlouhodobou absencí organizované PA v těchto oddílech, nedůvěrou v nový program, popř. neznalostí svých možností v oblasti PA a sportu. Toto téma ovšem nebylo předmětem výzkumu.

Merunková (2010) ve své studii zase poukazovala na to, že motivací k PA u odsouzených v oddílech pro TPN bylo zdraví, zábava a uvolnění vnitřního napětí. S tvrzením je možné souhlasit. Při rozhovorech s účastníky tohoto výzkumu se zjistilo, že se u odsouzených tyto motivační faktory objevily. Motivační faktor zdraví, jehož součástí je i psychická odolnost, se shodoval s principem APA, o který se výzkum opíral.

Bednář (2009) ve své studii jako doporučení pro praxi ve vězeňství odkazoval na podporu vztahu a zapojení odsouzených umístěných v oddílech pro TPN k PA. Dále doporučil, aby se PA ve věznicích věnoval kvalifikovaný personál. Jako řešení a výzvu navrhol spolupráci s katedrou Aplikovaných pohybových aktivit (Fakulta tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci), jejíž absolventi se specializují na PA i na speciální pedagogiku. Studie Bednáře (2009) byla inspirací pro tento výzkum.

V českých ani zahraničních zdrojích o vězeňství se nepodařilo najít ucelenou metodiku práce v oblasti PA s odsouzenými umístěnými ve věznici s ostrahou, ve vysokém stupni zabezpečení v oddílech pro TPN. Zajímavostí byla práce Haualand (2015), týkající se norského systému vězeňství, který se dává v tuzemských podmínkách za příklad efektivního řešení VTOS odsouzených s nízkým podílem recidivy. Většina norských věznic měla určité zkušenosti s vězni se zdravotním postižením. V norské nápravné službě ale neexistovaly žádné systémy pro shromažďování nebo sdílení dobré praxe. V obdobném stavu se nachází i český vězeňský systém, proto byly cíle tohoto výzkumu navrženy tak, aby se daly uplatnit ve vězeňské praxi. K dosažení cílů diplomové práce byla zvolena kvalitativně orientovaná

studie, která dle mínění výzkumníka nejlépe dokázala popsat výzkum v jeho celistvosti. Cílem výzkumu bylo vytvořit a popsat intervenční program APA, jako produkt výzkumu vznikla metodika. Uplatnitelnost metodiky v praxi byla ověřena realizací programu s malým vzorkem účastníků ve vztahu k podmínkám Věznice Břeclav – objekt Břeclav po dobu 12 měsíců. K metodice se vztahovaly výzkumné otázky 1 a 2. Podstatou výzkumných otázek 3 a 4 bylo zjistit postoj účastníků k programu. Výzkumné otázky byly zodpovězeny prostřednictvím dvou hlavních metod výzkumu – zúčastněného pozorování a polostrukturovaného rozhovoru vlastní konstrukce.

11.1 Diskuze k výzkumné otázce č. 1

Pro zodpovězení otázky bylo hlavní metodou výzkumu zúčastněné pozorování. Metodika intervenčního programu APA se formovala v průběhu celého výzkumu, kdy byla postupně upravována v závislosti na podmínkách ve věznici, režimových opatřeních a specifických potřebách účastníků programu. Ovlivňovali ji činitelé, kteří vychází z analýzy zúčastněného pozorování (Obrázek 1, Kapitola 9.1). Grafickou formu metodiky intervenčního programu APA představuje Obrázek 2 (Kapitola 10.1). Ověření funkčnosti metodiky v praxi bylo dosaženo úspěšnou realizací intervenčního programu APA se čtyřmi účastníky po dobu dvanáct měsíců. To byl dle výzkumníka dostatečně dlouhý časový úsek k ověření realizovatelnosti a spolehlivosti programu. Při cvičebních jednotkách (celkem 38) bylo prostřednictvím zúčastněného pozorování výzkumníka pořízeno dostatečně velké množství dat pro vyhodnocení realizovatelnosti programu. To potvrzuje i docházka účastníků, která dosáhla 97 %.

Přínosem pro výzkum a zároveň zvýšením jeho kvality byla zpětná vazba účastníků k metodice, která byla zjištěna polostrukturovanými rozhovory. Účastníci vnímali náplň programu přiměřenou jejich věku a zdravotnímu stavu. Při realizaci pozitivně hodnotili vlastní možnost regulace zátěže. Představovali si větší četnost cvičebních jednotek a prostory, ve kterých by se program odehrával. Věznice Břeclav – objekt Břeclav však takovými prostorami nedisponuje. Četnost vyplývala z organizačních možností výzkumníka. Účastníci se shodně domnívali, že účast v programu by měla být dobrovolná. Zastávali názor, že program by měli navštěvovat pouze motivovaní zájemci, aby nedošlo ke snížení kvality programu. Tento názor byl v souladu s poznatky výzkumníka, protože motivovanost účastníků ve výzkumu zvyšovala kvalitu programu. Ú2 poskytl výzkumníkovi námět pro praxi. Domníval se, že by bylo vhodné realizovat volně přístupnou cvičební jednotku pro propagaci programu. Tento

návrh by byl z hlediska organizace v podmínkách Věznice Břeclav – objekt Břeclav obtížně uskutečnitelný (ovšem ne nemožný).

11.2 Diskuze k výzkumné otázce č. 2

Při volbě tématu výzkumu se očekávalo riziko v podobě limitujících faktorů, které budou zásadním způsobem zasahovat do přípravné i realizační fáze intervenčního programu APA. Při přípravě metodiky i následné realizaci programu APA byly limitující faktory identifikovány a prostřednictvím výsledkové části popsány. Navíc některé limitující faktory programu APA identifikované zúčastněným pozorováním výzkumníka byla vnímány i účastníky programu.

Jedním z limitujících faktorů byl režim ve věznici. Vztahoval se k životu odsouzených umístěných ve Věznici Břeclav – objekt Břeclav, ve vysokém stupni zabezpečení, v oddílech pro TPN a řídí se zákonem č. 169/1999 Sb., vyhláškou č. 345/1999 Sb., NŘV, ze kterého vycházely zásady vnitřní bezpečnosti, PŘV, který stanovil některá režimová opatření, a vnitřním řádem věznice. Režim ve věznici jasně stanovil pohyb účastníků intervenčního programu APA po věznici (kdy, kde se mohou pohybovat a za jakých podmínek). Režim ve věznici také ovlivnil, kdy se program z hlediska času a dne v týdnu konal. Výzkumník musel brát ohled i na čas a způsob přesunu s účastníky ve věznici do místnosti 2 pro PZ k programu APA. Nutností bylo dodržování bezpečnostních opatření, do kterých patří osobní prohlídka účastníků před a po programu příslušníkem VS ČR. O organizačních opatřeních, která musel výzkumník před a při realizaci přijmout, účastníci netušili. Uvědomovali si pouze limitující faktory, které se jich osobně dotýkaly. Osobní prohlídku, která je součástí bezpečnostních opatření věznice (provedena příslušníkem VS ČR před a po příchodu na oddíl pro TP), považovali účastníci z hlediska začátku času programu za omezující. Účastníci i výzkumník byli povinni se řídit platnými předpisy vztahujícími se k VTOS, proto na některé subjektivní pocity nebylo možné brát zřetel.

Další limitující faktory, které účastníci v rozhovorech v souvislosti s programem APA uvedli, se týkaly režimu na oddílech. Tyto faktory výzkumník nemohl identifikovat, jelikož se mimo program nenacházel v přímém kontaktu s účastníky. Šlo o výměnu ústavního prádla a praní civilního sportovního oblečení, které účastníci využívali při programu. Výměna a praní prádla probíhala ve věznici jedenkrát za týden. Účastníci uvedli i problém s osobní hygienou po programu. V případě, že byl program realizován v podvečerních hodinách, dle platného rozpisu, neměli účastníci v některých případech možnost se osprchovat. Limitující faktory důležité pro účastníky a vztahující se k režimu v oddílech, bylo možné řešit prostřednictvím

součinnosti výzkumníka s vedením věznice a přizpůsobit organizaci programu specifickým požadavkům účastníků.

Podmínky pro realizaci intervenčního programu APA byly přizpůsobeny možnostem Věznice Břeclav – objekt Břeclav. Byly výzkumníkem i účastníky označeny jako limitující. Místnost 2 pro PZ, kde program APA probíhal, byla prostorově nedostačující. Výzkumník se s tímto problémem vypořádal rozdělením účastníků na dvě po sobě jdoucí skupiny a přizpůsobením obsahové náplně programu.

Někteří z přihlášených odsouzených nebyli ošetřujícím lékařem věznice pro program uschopnění. Výzkumník neměl přístup ke zdravotní dokumentaci účastníků, což zásadním způsobem ovlivnilo přípravu obsahové náplně programu. Ú1 v rozhovoru poznamenal, že při dopolední realizaci programu ho omezují ranní léky, které pravidelně ze zdravotních důvodů užívá. Cítil se pak „utlumený“. Medikace byla součástí specifických potřeb účastníků. Ve výzkumu nebylo možné řídit se časem podání léčiv odsouzeným. Cesta do místnosti 2 pro PZ, kde se program APA realizoval, nebyla bezbariérová. Potenciální účastníci, kteří měli handicap v oblasti mobility a nacházeli se na oddílech pro TPN, mohli být odrazeni od účasti v programu z důvodu absence bezbariérových prvků. I proto byl výzkumníkem označen jako limitující faktor programu zdravotní stav účastníků a absence bezbariérových prvků pro pohyb po věznici.

Při analýze pozorování byl výzkumníkem označen jeden z identifikovaných limitujících faktorů pracovním názvem „vnější vlivy“ (občasné zásahy do běžného denního režimu účastníků na oddílech, kterým nebylo možné předcházet). Nejčastěji šlo o zdravotní eskorty odsouzených k lékaři mimo věznici, dílčí technické prohlídky oddílů a cel tzv. „filzungy“, stěhování účastníků v rámci oddílů, podmíněná propuštění a změna stupně zabezpečení (stěhování do jiné budovy v rámci věznice). Účastníci při rozhovorech rozšířili „vnější vlivy“ o negativní zprávy z domova (od rodiny, od institucí – soudy, exekuce). Tyto zásahy do standardního denního režimu odsouzených, měly negativní vliv na psychické rozpoložení účastníků, popř. na termín programu. Výzkumník i účastníci se museli na tyto nenadálé změny adaptovat, což mělo často negativní vliv na průběh programu (např. jeden z účastníků byl v průběhu programu přerážen do středního stupně zabezpečení, byl přemístěn na jinou budovu v areálu věznice a nemohl se výzkumu dále účastnit).

Zájmových sportovních programů se podle režimových opatření ve věznici mohly účastnit osoby s tzv. „dobrým chováním“. Chování odsouzených bylo vyjádřeno jejich zařazením v rámci PSVD. Programu se nemohli účastnit zájemci z řad odsouzených, kteří měli nedostatky v chování a popř. nebyli zařazeni v odpovídající PSVD. Toto opatření bylo

ve výzkumu bráno jako limitující faktor („faktor osobnosti odsouzeného“) pro organizaci programu APA, přestože nikdo z přihlášených nebyl na základě výše zmíněných podmínek z výzkumu vyřazen. Výzkumník se však domníval, že by bylo vhodné, aby se organizovaného programu, jehož náplní je PA, mohli účastnit i osoby z řad „agresorů“ (s horším chováním), které se nacházely i na oddílech pro TPN. V tomto případě se výzkumník přikláněl ke studii Merunkové (2010), kde bylo uvedeno, že odsouzení ve vysokém stupni zabezpečení vnímali svoje sklony k agresivitě, která vyplývala z dlouhodobého uvěznění a přeplněnosti věznic. PA a sport vnímali jako prostředek k uvolnění a odreagování se. Výzkumník se přikláněl k názoru, že pokud se zvolí odpovídající přístup při interakci s odsouzenými se sklony k agresivitě, lze použít PA jako terapeutický prostředek k naplnění účelu VTOS i v oddílech pro TPN.

Merunková (2010) ve své studii doporučila zlepšit podmínky a rozšířit nabídku sportovních aktivit ve Věznici Břeclav, což odpovídalo cílům této studie. Úspěšná realizace intervenčního programu APA s účastníky, identifikace limitujících faktorů a vytvoření odpovídajícího zázemí ve Věznici Břeclav – objekt Břeclav umožnilo výzkumníkovi konstatovat, že kromě naplnění cílů tohoto výzkumu, byla naplněna i vize Merunkové (2010) v její studii.

11.3 Diskuze k výzkumné otázce č. 3

Hlavní metodou pro zjištění názoru účastníků na intervenční program APA byl polostrukturovaný rozhovor vlastní konstrukce doplněný o poznatky z terénního deníku výzkumníka. Účastníci uvedli, že byl pro ně intervenční program APA zařazený do aktivit PZ přínosný a motivoval je provozovat více PA v rámci svého denního režimu ve věznici. Přestože nikdo z účastníků neměl předchozí zkušenosti s tímto typem PA, jejich představy byly naplněny (v rozhovorech shodně uvedli, že před nástupem do VTOS provozovali nějaký druh PA). Chtěli především „něco“ udělat pro svoji kondici, zlepšit pohyblivost a zabavit se. Ú2 viděl přínos programu v osvojení si nových cviků, které může provozovat i po VTOS a subjektivně pociťoval zvýšení fyzické kondice (při jednotlivých cvičeních udělal více opakování). I ostatní účastníci dospěli k závěru, že na základě účasti v programu u nich (subjektivně) došlo k posunu v oblasti fyzické i psychické kondice. Dle záznamů z pozorování bylo vysledováno, že účastníci v průběhu výzkumu zvládali postupné navyšování intenzity zátěže, což se projevovalo např. větším počtem opakování při realizaci některého z cviků. Na základě tohoto poznatku výzkumník konstatoval, že u účastníků během programu mohlo dojít k mírnému nárůstu fyzické kondice. Toto zjištění by mohlo sloužit jako inspirace k další

studii, která by se zaměřila na vliv pravidelné PA na zvýšení kondice u odsouzených umístěných v oddílech pro TPN. Účastníci také přiznali, že u nich došlo díky účasti v programu APA k (subjektivnímu) zlepšení psychické kondice, což se projevilo např. v psychické odolnosti, v redukci stresu a napětí z uvěznění, lepším sociálním chováním v oddíle a zvládnání podmínek VTOS. Tento názor odpověděl výzkumníkovi na otázku, která byla popsána u limitujících faktorů programu (Kapitola 11.2), kde výzkumník uvažoval, že PA je vhodný prostředek pro terapeutickou práci i s osobami se vztahem k agresivitě.

Obsahovou náplň intervenčního programu APA hodnotili účastníci výzkumu velmi pozitivně. Pozitivní reakci vzbuzovaly především cvičební pomůcky využívané při PA. Dle sdělení účastníků s nimi v minulosti neměli osobní zkušenost. Pravděpodobně zde zapůsobil tzv. „efekt novosti“. Nejvýstižněji se k názoru na pomůcky vyjádřil Ú4, který si uvědomil, že ke cvičení se nepoužívají jen činky. Z hlediska obsahové náplně programu APA si nikdo z účastníků neuvědomoval případná rizika spjatá s jeho realizací. Účastníci se shodli, že je program pro ně bezpečný.

Ke své účasti v programu APA poznamenal Ú3, že je to pro něj aktuálně nejdůležitější aktivita PZ. Obdobný názor sdíleli i ostatní účastníci programu. Výzkumník tento pohled doplnil o poznatky z terénního deníku, kdy dostával v průběhu jednotlivých cvičebních jednotek intervenčního programu APA verbální i neverbální pozitivní zpětnou vazbu. Šlo např. o gesta, mimiku či krátké slovní zhodnocení. Účastníci pozorně sledovali ukázky cviků, byli soustředění a nemluvili mezi sebou. Ke cvičení přistupovali zodpovědně a s nadšením. Pokud výzkumník opravoval chyby při provedení cviků, účastníci pozorně naslouchali a reagovali kladně. Na závěr programu vždy poděkovali. Výzkumník došel k závěru, že intervenční program APA měl na účastníky pozitivní vliv. Dle sdělení účastníků jim účast v programu umožnila získat zkušenosti s novým druhem PA i s novými pomůckami, které by chtěli prakticky uplatnit v následném životě po VTOS. Tento pozitivní vedlejší efekt nebyl záměrem výzkumu. Bylo možné z něj usoudit, že intervenční program APA měl pozitivní vliv také na uvažování účastníků v kontextu svého životního stylu a na motivaci do života po VTOS.

11.4 Diskuze k výzkumné otázce č. 4

V případě výzkumné otázky zjišťující pocity účastníků (z intervenčního programu APA), byl dominantní metodou polostrukturovaný rozhovor. Prostřednictvím zúčastněného pozorování bylo možné sledovat u účastníků neverbální projevy emocí v průběhu programu. Pocity účastníků, které prožívali v souvislosti s průběhem realizace obsahové náplně programu

APA, byly výzkumníkem vysvětleny jako stav „flow“ (Kapitola 10.4). V průběhu cvičení účastníci nepociťovali žádné vnější rušivé vlivy, byli plně soustředění a prožívali subjektivně příjemné pocity. I s denním odstupem na sobě účastníci pozorovali subjektivní stav vnitřní spokojenosti, který se dle vyjádření jednoho z účastníků projevoval v sociální aktivitě a psychické vyrovnanosti. Vágnerová (2000) uvedla, že kvalita života lze vyjádřit podle subjektivní míry spokojenosti. Výzkumník se domnívá, že program APA u účastníků zvyšuje kvalitu života ve vězení, což by se následně mohlo ovlivnit jejich přístupu k životu po VTOS.

Z laického úhlu pohledu by se dalo předpokládat, že fyzická únava po zátěži je pro člověka „něco“ méně příjemného. Reakce od účastníků byly opačné a fyzickou únavu po realizaci programu vnímali jako pozitivní zpětnou vazbu. Účastníci uváděli, že se cítili spokojeně a obsahová náplň programu byla kvalitní.

Prostory, kde se program APA konal, vyvolávaly v účastnících pocity stísněnosti, omezenosti a nepohodlí. Změna prostor z hlediska výzkumu i podmínek ve věznici nebyla možná, čemuž účastníci rozuměli a na tyto podmínky se rychle adaptovali. Adaptaci napomohly pro účastníky dosud neznámé cvičební pomůcky (velký gymnastický míč, posilovací guma, balanční podložky apod.). V účastnících výběr pomůcek vyvolával subjektivně příjemné pocity, rádi s nimi cvičili a vždy se na cvičení s nimi těšili.

Jak účastníci v rozhovorech uvedli, cítili se při realizaci obsahové náplně programu bezpečně. Tento pocit, vycházel z přiměřenosti obsahové náplně, intenzity zátěže a možností vlastní regulace zátěže. Pocit bezpečí byl podpořen absencí úrazu, zranění či zhoršení zdravotního stavu účastníků v průběhu realizace výzkumu. Již méně byly účastníky vnímány bezpečnostní prvky v místnosti 2 pro PZ, které jejich pocity bezpečí prohlubovaly. Zajištění bezpečnosti při realizaci programu APA bylo v souladu s autory Ješinou & Kudláčkem (2009), kteří za jeden ze základních postupů při realizaci APA považují zajištění fyzické i psychické bezpečnosti.

V průběhu realizace programu docházelo každý týden k interakci mezi výzkumníkem a účastníky. Byl pozorován postupný nárůst objemu komunikace mezi účastníky a výzkumníkem. Komunikace začala být méně formální a rozšířila se témata, o kterých se diskutovalo. Výzkumník si prostřednictvím programu u účastníků vybudoval větší důvěru. Nárůst komunikace byl vysvětlen prostřednictvím poznatků Válkové (2012), která píše o principu zvládnutí adekvátní komunikace. Ta je základním prvkem realizace optimálního pohybového programu aplikovaného v určitém prostředí s osobami se specifickými potřebami. I díky kvalitní komunikaci s účastníky programu, došlo k naplnění cíle, tj. zjištění postoje účastníků k programu.

Výzkum se potýkal s omezeními, které měly vliv na jeho průběh. Některé byly přiřazeny k limitujícím faktorům intervenčního programu APA (např. odstoupení dvou účastníků z výzkumu z organizačních a zdravotních důvodů, výzkumník bez přístupu ke zdravotní dokumentaci účastníků apod.). Objevily se však limity výzkumu, které se vztahovaly k metodologii. Při realizaci zúčastněného pozorování a polostrukturovaných rozhovorů nebylo možné využít žádného záznamového zařízení. Vnitřní předpisy věznice neumožňují pořizovat záznamy práce s odsouzenými. Při zúčastněném pozorování byl výzkumník vedoucím PA, což ho při monitorování všech vnímatelných jevů také omezovalo. Účastníky programu musel rozdělit do dvou po sobě jdoucích skupin, takže pozorování bylo psychicky i časově náročnější. U vzniku jednotlivých polostrukturovaných rozhovorů s účastníky, musel výzkumník záznam pořizovat písemně v průběhu rozhovorů. Tato fakta se mohla podepsat na kvalitě pořízených dat. Bylo nutné se také vyrovnat s podmínkami, které odpovídaly prostředí věznice. Pro analýzu dat nebylo možné využít elektronického softwaru, ale složitější techniky „papír a tužka“ (časově i technicky neefektivní).

Podmínky pro vznik a realizaci intervenčního programu APA ve Věznici Břeclav byly velmi specifické, protože využití prostor bylo velmi omezené. Touto diplomovou prací byla vytvořena příležitost pro potenciální využití a rozšíření metodiky, dle které program APA ve Věznici Břeclav – objektu Břeclav probíhal. V souladu s názorem jednoho z účastníků by metodika mohla být uplatněna v praxi ve věznicích, kde nejsou prostory pro realizaci PZ překážkou. Studie by mohla vést k vytvoření manuálu, který by sloužil jako návod pro práci zaměstnanců VS ČR s odsouzenými umístěnými v oddílech pro TPN v oblasti PA.

12 ZÁVĚR

Diplomová práce se zabývala PA odsouzených osob umístěných ve VTOS, ve věznicí s ostrahou, ve vysokém stupni zabezpečení, v oddílech pro TPN, ve Věznici Břeclav – objekt Břeclav. Předmětem výzkumu byla přímá práce výzkumníka s odsouzenými osobami, umístěnými v oddílech pro TPN v oblasti PA, která vyžadovala specifický odborný přístup. Prostředkem práce s odsouzenými byly APA.

Prostřednictvím dvanáct měsíců dlouhé (týdenní) interakce výzkumníka s účastníky výzkumu v oblasti PA bylo dosaženo výzkumných cílů. Byl vytvořen a popsán intervenční program APA pro odsouzené umístěné v oddílech pro TPN.

Na výzkumném vzorku čtyř účastníků byla ověřena dlouhodobá realizovatelnost programu. Dva účastníci z organizačních a zdravotních důvodů výzkum nedokončili. Produktem výzkumu je metodika programu, která byla ve výsledkové části podrobně popsána.

V přípravné a realizační fázi výzkumu byly identifikovány limitující faktory programu, kterými byly režim a podmínky ve věznici, zdravotní stav odsouzených, vnější vlivy a faktor osobnosti.

Realizací polostrukturovaných rozhovorů byl zjištěn postoj účastníků k programu. Účastníci subjektivně hodnotili pozitivní přínos programu APA (oblast fyzické a psychické kondice). Byli spokojeni s obsahovou náplní a cvičebními pomůckami pro její realizaci. Při realizaci programu vnímali účastníci specifické především pozitivní pocity, které byly interpretovány výzkumníkem jako „stav flow“. Na základě výše uvedených poznatků výzkumník konstatoval, že účastníci výzkumu zaujali pozitivní postoj k intervenčnímu programu APA.

Diplomová práce navázala na studie z oblasti vězeňství, z jejichž poznatků vyplynulo, že PA je i mezi odsouzenými osobami, umístěnými na specializovaných oddílech pro TPN oblíbenou zájmovou aktivitou PZ. Tato práce doplnila tyto studie o nový způsob, jak s odsouzenými se specifickými potřebami v oblasti PA pracovat.

13 SOUHRN

Pohybová aktivita odsouzených ve věznici souvisí s tzv. programy zacházení. Ve Věznici Břeclav – objekt Břeclav na specializovaných oddílech pro trvale pracovní nezařaditelné odsouzené dlouhodobě organizovaná pohybová aktivita jako součást programů zacházení neprobíhala. Odsouzení umístění v oddílech pro trvale pracovní nezařaditelné mají specifické potřeby a vyžadují specifické zacházení. Variantou pro práci s odsouzenými z oddílů pro trvale pracovní nezařaditelné v oblasti pohybové aktivity bylo využití aplikovaných pohybových aktivit.

Diplomová práce se zabývala intervenčním programem aplikovaných pohybových aktivit u odsouzených mužů umístěných ve výkonu trestu odnětí svobody, ve věznici s ostrahou, ve vysokém stupni zabezpečení, v oddíle pro trvale pracovní nezařaditelné odsouzené ve Věznici Břeclav – objekt Břeclav. Výzkum byl inspirován studii, které se zajímaly o pohybové aktivity ve vězeňském prostředí a jejich význam pro odsouzené umístěné na specializovaných odděleních pro trvale pracovní nezařaditelné.

Cílem diplomové práce bylo vytvořit a popsat intervenční program aplikovaných pohybových aktivit, ověřit jeho realizovatelnost na vybraném vzorku odsouzených umístěných ve vysokém stupni zabezpečení, v oddílech pro trvale pracovní nezařaditelné ve Věznici Břeclav – objektu Břeclav a zjistit postoj účastníků k tomuto programu. V souladu s formulováním cílů výzkumu a novou problematikou, která byla jeho obsahem, byl zvolen kvalitativní přístup k výzkumu. Byly formulovány výzkumné otázky, jejichž prostřednictvím došlo k naplnění hlavních cílů a zjištění nových poznatků.

Hlavními metodami sběru dat bylo zúčastněné pozorování a polostrukturovaný rozhovor vlastní konstrukce s účastníky výzkumu. Zúčastněné pozorování výzkumníkem probíhalo v průběhu celého výzkumu. Bylo zaměřeno na analýzu prostředí a podmínek ve věznici, na interakci výzkumníka s účastníky intervenčního programu aplikovaných pohybových aktivit. Na závěr programu byly s jeho účastníky pořízeny polostrukturované rozhovory. Výzkum probíhal v souladu s etickými zásadami s důrazem na důvěrnost a ochranu osobních údajů.

Pro výzkum bylo osloveno 47 odsouzených z oddílů pro trvale pracovní nezařaditelné a dobrovolně se přihlásilo 12 odsouzených. Na základě strukturovaného výběru bylo do výzkumu zařazeno 6 odsouzených, z toho 2 odsouzení výzkum z organizačních a zdravotních důvodů nedokončili.

Praktická část výzkumu započala přípravou intervenčního programu aplikovaných pohybových aktivit. Proběhla analýza prostředí a podmínek. Na základě zajištění podmínek

pro intervenční program aplikovaných pohybových aktivit byla ve spolupráci s odborníky ve zdravotnictví – fyzioterapeutem a ošetřujícím lékařem věznice vytvořena obsahová náplň programu s přihlédnutím k bezpečnostnímu hledisku účastníků. Před započítím intervenčního programu aplikovaných pohybových aktivit proběhlo u účastníků vstupní testování kondice, koordinace a flexibility pomocí Senior Fitness Testu.

Následovala realizační fáze intervenčního programu aplikovaných pohybových aktivit, která trvala 12 měsíců. V programu byly využity cviky ke zlepšení dechového stereotypu, správného nastavení těla, kondice, pohyblivosti apod.

Získaná data z výzkumu byla průběžně analyzována a uchovávána prostřednictvím terénního deníku v elektronické podobě na záznamovém médiu výzkumníka. Data byla analyzována prostřednictvím otevřeného kódování, techniky „papír a tužka“, interpretována v kontextu s porozuměním výzkumníka zjištěným informacím a na základě jeho odborné a teoretické připravenosti.

V rámci cílů výzkumu byla vytvořena metodika pro realizaci intervenčního programu aplikovaných pohybových aktivit s odsouzenými umístěnými ve věznici Břeclav – objekt Břeclav, ve vysokém stupni zabezpečení v oddílech pro trvale pracovní nezařaditelné. Realizovatelnost programu byla ověřena na 4 účastnících výzkumu po dobu 12 měsíců. V průběhu přípravné a realizační fáze výzkumu byly identifikovány limitující faktory programu. Účastníci výzkumu vyjádřili v polostrukturovaných rozhovorech pozitivní postoj k programu. Nově vzniklá metodika intervenčního programu aplikovaných pohybových aktivit by mohla být využita v praxi jako manuál či inspirace pro práci zaměstnanců Vězeňské služby České republiky s odsouzenými umístěnými v oddílech pro trvale pracovní nezařaditelné odsouzené v oblasti pohybových aktivit.

14 SUMMARY

Physical activities of inmates are part of the so-called prison rehabilitation programs. In the prison of Breclav - the Breclav facility and its specialized units for permanently work unclassifiable prisoners, the rehabilitation programs did not include any organized physical activities. Inmates from the specialized units for permanently work unclassifiable prisoners have specific needs and thus require specific treatment. One of the methods of working with those convicts is usage of the adapted physical activities.

The diploma thesis focuses on the intervention program of adapted physical activities for inmates serving a sentence in a high security prison in specialized units for permanently work unclassifiable prisoners at the Prison of Breclav - the Breclav facility. The research was inspired by studies that dealt with physical activities in the prison environment and their positive impact on convicts placed in specialized units for the permanently work unclassifiable prisoners.

The aim of the diploma thesis was to develop and present an intervention program of adapted physical activities and to validate its feasibility on a selected sample of convicts from specialized units for permanently work unclassifiable prisoners from a high security ward at the Prison of Breclav – the Breclav facility. The paper also intended to examine the attitude and opinions of the participants towards this program. Based on the objectives determined for this study and its findings and overall content, a qualitative approach to research was chose. The research questions endorsed the main objectives of the thesis and identified new findings.

The main research methods were participant's observation and semi-structured interview. Participants were observed throughout the whole research. The observation was focused on analysing the environment and conditions in the prison and on demonstrating the interaction of the researcher with the participants of the APA intervention program. All participants took part in semi-structured interviews at the end of this program. The research was conducted in accordance with ethical principles, confidentiality and data protection.

Forty-seven convicts from the specialized units for permanently work unclassifiable prisoners had been approached and asked to participate in the research. Twelve had volunteered and after a structured selection, six of them were elected to participate. However, two of those could not finish the program due to health problems and organizational demands.

The practical part of the research commenced with a preparation of the intervention program of adapted physical activities and with an analysis of the environment and conditions. The final content of the program was designed after a consultation with a physiotherapist

and a local doctor to ensure safety of the participants. Prior to the start of the program, all participants went through the Senior Fitness Test which assessed their level of fitness, coordination and flexibility.

The next phase was the implementation of the adapted physical activities intervention program and it lasted twelve months. The program utilized exercises which should improve breathing stereotype, proper body posture, physical strength and mobility.

All the findings had been continually analysed and written into an electronical diary. The data were then evaluated through an open coding and a 'paper pencil' technique and interpreted in the context of the researcher's understanding of the data obtained and on the basis of his professional and theoretical preparedness.

One of the research objectives was to develop a methodology for the implementation of the intervention program of adapted physical activities for inmates serving a sentence in a high security prison in specialized units for permanently work unclassifiable prisoners at the Prison of Breclav - the Breclav facility. The feasibility of the program was tested on four participants within a period of twelve months. Various limiting factors of the program were identified during the preparatory and implementation phases of the study. During the semi-structured interviews, the research participants expressed their positive attitude towards the program. On the basis of the results of this research, it can be concluded that the developed methodology of the intervention program of adapted physical activities could be put in practice as a guide for the employees of the VS ČR who work with convicts placed in the units for the permanently work unclassifiable prisoners.

15 REFERENČNÍ SEZNAM

- Bajcura, L. (1999). *Práva vězně*. Praha, Česká republika: Grada.
- Bajcura, L. & Zange, P. (2019). Statistický obraz skupiny pracovně nezařaditelných odsouzených v českých věznicích ze zdravotnického a kriminálního hlediska. *Speciální pedagogika*, 29(3), 191-204.
- Bednář, R. (2009). *Reedukace u trvale pracovně nezařaditelných odsouzených*. Diplomová práce, Univerzita Palackého, Fakulta tělesné kultury, Olomouc.
- Biddle, S. J. H. & Fox, K. R. (1989). Exercise and health psychology: Emerging relationships. *British Journal of Medical Psychology*, 62, 205-216. doi: 10.1111/j.2044-8341.1989.tb02829.x
- Biedermanová, E. & Petras, M. (2011). *Možnosti a problémy resocializace vězňů, účinnost programů zacházení*. Praha, Česká republika: Institut pro kriminologii a sociální prevenci.
- Blažek, P., Fischer, S. & Škoda, J. (2019). *Delikvence*. Praha, Česká republika: Grada.
- Bursová, M. (2005). *Kompenzační cvičení*. Praha, Česká republika: Grada.
- Coyle, A. (2004). Řízení věznic v čase změn [Příloha časopisu]. *České vězeňství*, 11(1), 16-18.
- Čepelák, J. (1982). *Penitenciární psychologie*. Praha, Česká republika: Správa SNV.
- Černíková, V. et al. (2008). *Sociální ochrana. Terciální prevence, její možnosti a limity*. Plzeň, Česká republika: Aleš Čeněk.
- Černíková, V. & Makariusová, V. (1997). *Úvod do penologie*. Praha, Česká republika: Sociálně právní institut.
- Černíková, V. & Sedláček, V. (2002). *Základy penologie pro policisty*. Praha, Česká republika: Policejní akademie.
- Čírtková, L. (1998). *Kriminální psychologie*. Praha, Česká republika: Euronion.
- Čírtková, L. (2016). *Policejní psychologie* (2nd ed.). Plzeň, Česká republika: Aleš Čeněk.
- Denzin, N. K. (2001). *Interpretive interactionism* (2nd ed.). London, Velká Británie: Sage.
- Dobeš, M. & Dobešová, P. (2000). *Cvičíme na velkém míči* (9th ed.). Havířov, Česká republika: Domiga.
- Dostálová, I. (2011). Teorie a praxe zdravotní tělesné výchovy. *Tělesná kultura*, 34(2), 113-125. Retrieved 15. 6. 2020 from the World Wide Web: <http://telesnakultura.upol.cz/pdfs/tek/2011/02/07.pdf>.
- Firstová, J. (2008). Zabezpečovací detence pro ochranu společnosti. *České vězeňství*, 16, 23-27.

- Flick, U. (1995). *Qualitative Forschung Theorie, Methoden, Anwendung in Psychologie und Sozialwissenschaften*. Reinbek bei Hamburg, Německo: Rowohlt-Taschenbuch.
- Ginn, S. (2012). Elderly prisoners. *British Medical Journal*, 345(7879), 24-27. Retrieved 23. 7. 2020 from the World Wide Web: <https://www.jstor.org/stable/41724025>.
- Hála, J. (2005). *Úvod do teorie a praxe vězeňství*. České Budějovice, Česká republika: Vysoká škola evropských a regionálních studií.
- Hartl, P. & Hartlová, H. (2000). *Psychologický slovník*. Praha, Česká republika: Portál.
- Haualand, H. (2015). Punished and isolated: disabled prisoners in Norway. *Scandinavian Journal of Disability*, 17 (1), 74-87. doi: 10.1080/15017419.2014.945956
- Hendl, J. (2005). *Kvalitativní výzkum*. Praha, Česká republika: Portál.
- Hoferková, S., & Raszková, T. (2015). *Edukace a reedukace trvale pracovní nezařaditelných v českých věznicích*. Hradec Králové, Česká republika: Gaudeamus.
- Chmelík, F. (2014). *Manuál pro publikování v kinantropologii podle normy APA*. Olomouc, Česká republika: Univerzita Palackého.
- Jelínek, J. et al. (2010). *Trestní právo hmotné: Obecná část. Zvláštní část*. (2nd ed.). Praha, Česká republika: Leges.
- Ješina, O., Hamřík, Z. et al. (2011). *Podpora aplikovaných pohybových aktivit v kontextu volného času* [Vysokoškolská skripta]. Olomouc, Česká republika: Univerzita Palackého, Fakulta tělesné kultury.
- Ješina, O., & Kudláček, M. (2011). *Aplikovaná tělesná výchova*. Olomouc, Česká republika: Univerzita Palackého, Fakulta tělesné kultury.
- Jůzl, M. & Olejníček, A. (2004). *Penologie a penitenciární pedagogika*. Brno, Česká republika: IMS Brno.
- Kalábová, K. & Kaláb, V. (2005). *Historie zemské donucovací pracovny a věznice pro ženy v Pardubicích*. Praha, Česká republika: Vězeňská služba České republiky.
- Klíma, K. (2010). *Ústavní právo* (4th ed.). Plzeň, Česká republika: Aleš Čeněk.
- Kolář, P. et al (2009). *Rehabilitace v klinické praxi*. Praha, Česká republika: Galén.
- Kraus, B. (2008). *Základy sociální pedagogiky*. Praha, Česká republika: Portál.
- Lincoln, Y. S. & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic Inquiry*. Newbury Park, CA: Sage.
- Madzharov, A. E. (2016). Age-psychological characteristics of inmates, *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 217(3), 92-100. Retrieved 20. 10. 2020 from the World Wide Web: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1877042816000604>.

- Machačová, K., Bunc, V., Vaňková, H., Holmerová, I., & Veleta, P. (2007). Zkušenosti s hodnocením tělesné zdatnosti seniorů metodou Senior Fitness Test. *Česká geriatrická revue*, 5(4), 248–253.
- Matoušková, I. (2013). *Aplikovaná forenzní psychologie*. Praha, Česká republika: Grada.
- Meek, R. (2018). How sport in prison could stop reoffending. *The Guardian*. Retrieved 14.8. 2020 from the World Wide Web: <https://www.theguardian.com/commentisfree/2018/sep/11/sport-prevent-reoffending-prisons-justice-system>.
- Merunková, P. (2010). *Výzkum motivace odsouzených žen a mužů ve výkonu trestu odnětí svobody ke sportovním aktivitám*. Diplomová práce, Masarykova univerzita, Fakulta sportovních studií, Brno.
- Ministerstvo spravedlnosti České republiky (2020). *Vyhláška č. 345/1999 Sb., Ministerstva spravedlnosti, kterou se vydává řád výkonu trestu odnětí svobody* [Vyhláška]. Retrieved 5. 9. 2020 from the World Wide Web: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/1999-345>.
- Netík, K., Netíková, D. & Hájek, S. (1997). *Psychologie v právu*. Praha, Česká republika: C. H. Beck.
- Novotný, O. (1997). *Trestní právo hmotné. I. Obecná část*. Praha, Česká republika: Codex.
- Nymś-Górna, A. (2019). Prisoners with disabilities in the Polish penitentiary system. *Interdisciplinary Context of Special Pedagogy*, 24, 177-178. doi: <https://doi.org/10.14746/ikps.2019.24.10>
- Ošťádal, O., Burianová, K., & Zdařilová, E. (2008). *Léčebná rehabilitace a fyzioterapie v pneumologii* [Vysokoškolská skripta]. Olomouc, Česká republika: Univerzita Palackého.
- Paukertová, J. (2007). *Penologie a penitenciaristika*. Stráž pod Ralskem, Česká republika: IV VS.
- Pavlů, D. (2014). *Cvičení se Sanctbandem*. Olomouc, Česká republika: Poznání.
- Petrusek, M. (1996). *Velký sociologický slovník*. Praha, Česká republika: Karolinum.
- Poslanecká sněmovna Parlamentu České republiky (2020). *Zákon č. 169/1999 Sb. o výkonu trestu odnětí svobody* [Sbírka zákonů a mezinárodních smluv]. Retrieved 3. 9. 2020 from the World Wide Web: <https://www.psp.cz/sqw/sbirka.sqw?cz=169&r=1999>.
- Poslanecká sněmovna Parlamentu České republiky (2020). *Zákon č. 555/1992 Sb. o Vězeňské a justiční strážní České republiky* [Sbírka zákonů a mezinárodních smluv]. Retrieved 3. 9. 2020 from the World Wide Web: <https://www.psp.cz/sqw/sbirka.sqw?cz=555&r=1992>.

- Poslanecká sněmovna Parlamentu České republiky (2020). *Listina základních práv a svobod*. [Sbírka zákonů a mezinárodních smluv]. Retrieved 4. 9. 2020 from the World Wide Web: <https://www.psp.cz/docs/laws/listina.html>.
- Rikli R. E. & Jones C. J. (2001). *Senior Fitness Test Manual*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Sherill, C. & Hutzler, Y. (2004). Adapted physical activity, recreation and sport: Crossdisciplinary and lifespan. *Directory of Sport Science*, 6, 123-132. Retrieved 15. 9. 2020 from the World Wide Web: <https://pdfs.semanticscholar.org/d2e5/43d27a27c4bb1482b14c1ad74a085a7328bd.pdf#page=124>.
- Schlanger, M. (2017). Prisoners with disabilities. *Reforming criminal justice: punishment, incarceration and release*, 4, 295-323. Retrieved 7. 8. 2020 from the World Wide Web: https://repository.law.umich.edu/book_chapters/114/.
- Slowík, J. (2016). *Speciální pedagogika*. (2nd ed.). Praha, Česká republika: Grada.
- Sochůrek, J. (2007a). *Kapitoly z penologie II. díl*. Liberec, Česká republika: Technická univerzita.
- Sochůrek, J. (2007b). *Kapitoly z penologie III. díl*. Liberec, Česká republika: Technická univerzita.
- Strauss, A. & Corbin, J. (1990). *Basics of qualitative research*. Newbury Park, CA: Sage.
- Svoboda, J. (1969). *K historii vězeňských systémů*. Praha, Česká republika: Prokuratura.
- Švaříček, R. & Šedřová, K. (2007). *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha, Česká republika: Portál.
- Uhlík, J. (2006). *Historie věznění a vězeňství v Čechách*. Stráž pod Ralskem, Česká republika: Institut vzdělávání Vězeňské služby v ČR.
- Vágnerová, M. (2000). *Vývojová psychologie: Dětství, dospělost, stáří*. Praha, Česká republika: Portál.
- Válková, H. (1996). *Aplikovaná tělesná výchova* [Interní materiál FTK UP Olomouc]. Olomouc, Česká republika: Univerzita Palackého.
- Válková, H. (2010). Teoretické vymezení APA jako kinantropologické disciplíny: Co to je, když se řekne APA (Aplikované pohybové aktivity). *Aplikované pohybové aktivity v teorii a praxi*, 1, 25–32.
- Válková, H. (2012). *Teorie aplikovaných pohybových aktivit pro užití v praxi I*. Olomouc, Česká republika: Univerzita Palackého v Olomouci.

- Vězeňská služba České republiky (2019). *Nařízení generálního ředitele č. 2./2019 o předcházení, zabránění a včasném odhalování násilí mezi obviněnými, odsouzenými a chovanci* [Sbírka nařízení generálního ředitele Vězeňské služby České republiky].
- Vězeňská služba České republiky (2020). *Koncepce vězeňství do roku 2025* [Databáze strategií portál strategických dokumentů VS ČR]. Retrieved 2.5.2020 from the database on the World Wide Web: <https://www.vscr.cz/wp-content/uploads/2017/06/Koncepce-vezenstvi.pdf>.
- Věznice Břeclav (2020). *Historie Věznice Břeclav*. Retrieved 7. 4. 2020 from the World Wide Web: <https://www.vscr.cz/veznice-breclav/informacni-servis/historie/>.
- Vidovičová, L. & Wija, P. (Eds.). (2020). *Senioři a stárnutí ve vězení: Sonda do problematiky starších odsouzených*. Praha, Česká republika: Česká společnost pro gerontologii.
- Vondruška, V. & Barták, K. (1999). *Pohybová aktivita ve zdraví a v nemoci*. Hradec Králové, Česká republika: Klinika tělovýchovného lékařství FN a LFUK.
- Wittmannová, J. (2020). *Aplikované pohybové aktivity seniorů* [E-learningové opory]. Inovace kombinovaného studia tělesné výchovy a sportu. Olomouc, Česká republika: Univerzita Palackého, Fakulta tělesné kultury. Retrieved 12. 8. 2020 from the World Wide Web: http://iks.upol.cz/wp-content/uploads/2014/03/Wittmannova_%C3%9Avod-do-pohybov%C3%A9-aktivity-senior%C5%AF.pdf.
- Woods, D., Breslin, G. & Hassan, D. (2017). A systematic review of the impact of sport-based interventions on the psychological well-being of people in prison, *Mental health and physical Activity*, 12, 50-61. Retrieved 21. 9. 2020 from the World Wide Web: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1755296616300758>.

16 PŘÍLOHY

16.1 Příloha 1 Informovaný souhlas

Informovaný souhlas

Název studie: Aplikované pohybové aktivity u odsouzených mužů umístěných ve výkonu trestu odnětí svobody, ve věznici s ostrahou, ve vysokém stupni zabezpečení, v oddíle pro trvale pracovní nezařaditelné odsouzené Věznice Břeclav

Jméno:

Datum narození:

Účastník byl do studie zařazen pod číslem:

1. Já, níže podepsaný(á) souhlasím s mou účastí ve studii. Je mi více než 18 let.
2. Byl(a) jsem podrobně informován(a) o cíli studie, o jejích postupech, a o tom, co se ode mě očekává. Beru na vědomí, že prováděná studie je výzkumnou činností.
3. Porozuměl(a) jsem tomu, že svou účast ve studii mohu kdykoliv přerušit či odstoupit. Moje účast ve studii je dobrovolná.
4. Při zařazení do studie budou moje osobní data uchována s plnou ochranou důvěrnosti dle platných zákonů ČR. Je zaručena ochrana důvěrnosti mých osobních dat. Při vlastním provádění studie mohou být osobní údaje poskytnuty jiným než výše uvedeným subjektům pouze bez identifikačních údajů, tzn. anonymní data pod číselným kódem. Rovněž pro výzkumné a vědecké účely mohou být moje osobní údaje poskytnuty pouze bez identifikačních údajů (anonymní data) nebo s mým výslovným souhlasem.
5. Porozuměl jsem tomu, že mé jméno se nebude nikdy vyskytovat v referátech o této studii. Já naopak nebudu proti použití výsledků z této studie.

Podpis účastníka:

Podpis výzkumníka realizující výzkum:

Datum:

Datum:

16.2 Příloha 2 Místnost 2 pro PZ



16.3 Příloha 3 Zápisový list do intervenčního programu APA

ZÁPISOVÝ LIST

Název zájmové aktivity: APLIKOVANÉ POHYBOVÉ AKTIVITY

Vedoucí zájmové aktivity: vychovatel Bc. Jakub Klimovič

Obsah: pohybové aktivity zaměřené na protažení a posílení rizikových svalových skupin a zlepšení dechového stereotypu, tělesná cvičení na zlepšení motorických schopností a celkové zvýšení fyzické kondice

Forma: skupinová činnost

Frekvence setkání: 1x týdně

Délka: 1 hodina

Místo konání: místnost 2 pro PZ Věznice Břeclav – objekt Břeclav

Účast v aktivitě je dobrovolná, může být kdykoliv přerušena.

Zájemci:

16.4 Příloha 4 Obsahová náplň intervenčního programu APA



Foto 1



Foto 2



Foto 3



Foto 4



Foto 5



Foto 6



Foto 7



Foto 8

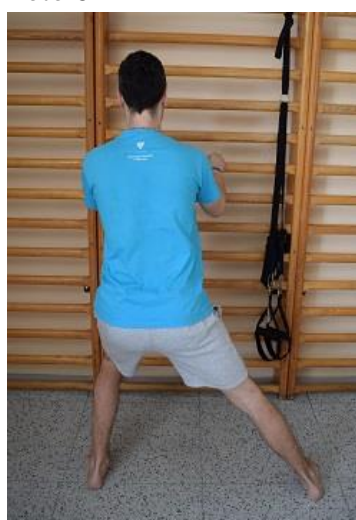


Foto 9



Foto 10



Foto 11



Foto 12



Foto 13



Foto 14



Foto 15



Foto 16



Foto 17



Foto 18

16.5 Příloha 5 Souhlas lékaře a poučení účastníků k účasti v programu APA

Poučení k užívání místnosti č. 2 pro PZ

Účastník byl seznámen s provozním řádem místnosti 2 pro PZ, s režimem a zásadami, které je třeba dodržovat při používání zařízení a cvičebních pomůcek v místnosti 2 pro PZ. Je si plně vědom skutečností, že veškerou realizace obsahové náplně aplikovaných pohybových aktivit vykonává na vlastní nebezpečí. Aktivit v místnosti 2 pro PZ se musí zúčastnit nejméně dvě odsouzené osoby. Jednotlivcům je vstup zakázán. Tělocvičné aktivity probíhají pod přímým dohledem zaměstnance VS ČR.

V Břeclavi dne

.....
podpis účastníka

Zaměstnanec OVVaT
vychovatel

.....
razítko a podpis

Potvrzení lékaře

Účastník..... je schopen účasti v intervenčním programu aplikovaných pohybových aktivit, které se realizují v místnosti č. 2 pro PZ Věznice Břeclav.

V Břeclavi dne

.....

razítko a podpis lékaře

16.7 Příloha 7 Provozní řád místnosti 2 pro PZ

Č.J.:

V Břeclavi

Výtisk č: 1

Počet listů: 2

Počet listů příloh: 1

Schvaluji:

Vrchní rada

ředitel Věznice Břeclav

PROVOZNÍ ŘÁD

MÍSTNOST KOMPENZAČNÍHO A RELAXAČNÍHO CVIČENÍ

VE VĚZNICI BŘECLAV
OBJEKT BŘECLAV

Vypracoval:

JPOaBP

Místnost č. 00 o celkové podlahové ploše 17,05 m² se nachází v suterénu administrativní budovy Věznice Břeclav, objektu Břeclav a je užívána pro kompenzační a relaxační cvičení (dále jen „místnost“) v rámci plnění programu zacházení obviněných a odsouzených osob. Je zde přirozeně větrání. Stěny jsou opatřeny štukovou omítkou s bílou malbou. Na podlaže je umístěn koberec. Osvětlení je zde přirozené i umělé. Místnost je vybavena tišňovým hlásičem pro spojení s operačním střediskem a dorozumivacím zařízením a lze uzamknout katrem.

PROVOZ MÍSTNOSTI

- Místnost je v provozu od 8:00 do 20:00 hodin;
- každá osoba, která bude místnost využívat, musí být seznámena s tímto provozním řádem a stanovené povinnosti vyplývající z něho dodržovat;
- vstup do místnosti je povolen pouze na základě rozpisu, který je vyvěšen na dveřích místnosti;
- v místnosti vzhledem k bezpečnosti mohou být přítomny maximálně čtyři vězněné osoby a zaměstnanec věznice;
- maximální frekvenci užívání cvičení je stanovena dvakrát týdně.

POVINNOSTI UŽIVATELŮ KOMPENZAČNÍHO A RELAXAČNÍHO CVIČENÍ

- Vstup do místnosti je dovolen jen ve vhodné sportovní obuvi a oděvu;
- před prvním použitím zařízení je nutné se seznámit s vyvěšeným návodem;
- před každým použitím zařízení se přesvědčte, že bezpečnostní prvky (pokud se vyskytují) jsou ve správné poloze a funkční;
- nepřibližujte se do nebezpečné blízkosti zařízení, která jsou právě používána.
- používejte vybavení jen k účelům tomu určeným.
- udržujte pořádek a čistotu.
- nenechávejte v místnosti žádné potraviny a nápoje,
- zacházejte šetrně s veškerým vybavením místnosti, neničte jej;
- přemístěné vybavení vraťte na původní místo;
- před použitím náčiní a nářadí se přesvědčte, zda vybavení nevykazuje závady, veškeré poškození a nedostatky nahlase neprodleně zaměstnanci věznice.

ZAKÁZANÉ ČINNOSTI

- Kouření a požívání alkoholických nápojů nebo jiných omamných látek;
- záměrné poškození zařízení a vybavení místnosti;
- používání vybavení v rozporu s návodem nebo poškozeného vybavení;
- provádění neodborných oprav nebo nepovolených úprav technického vybavení a zařízení místnosti;
- jakékoliv zasahování do elektrické instalace;
- přinášení a používání předmětů, provádění činností, které nesouvisí s provozem místnosti.

ZÁVĚREČNÁ USTANOVENÍ

Tento provozní řád je závazný pro všechny pracovníky a vězněné osoby, kteří se pohybují v místnosti. Za dodržování provozního řádu odpovídá VQVVaT. Místně provozní řád nabývá účinnosti dnem vydání.

V Břeclavi

Schválil:

VQVVaT

16.8 Příloha 8 Senior Fitness Test

SENIOR FITNESS TEST

1) Chair stand test (sed – vztyk ze židle a zase sed)

- Testovaná oblast – síla dolních končetin
- Popis průběhu testu: počet vztyků ze sedu na židli za 30 s s rukama zkříženýma na prsou
- Výsledky měření: počet opakování



2) Arm curl test (flexe v lokti)

- Testovaná oblast – síla horních končetin
- Popis průběhu testu: počet flexí v loketním kloubu za 30 s za využití 3kg činky
- Výsledky měření: počet opakování



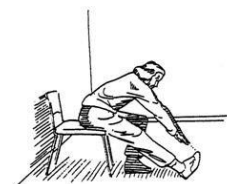
3) 2 – minute step test (chůze za 2 minuty)

- Testovaná oblast – aerobní vytrvalost
- Popis průběhu testu: počet zdvížení kolen za 2 minuty
- Výsledky měření: počet opakování



4) Chair sit – and – reach test (hloubka předklonu)

- Testovaná oblast – flexibilita kyčelního kloubu
- Popis průběhu testu: předklon ze sedu na židli k jedné natažené dolní končetině
- Výsledky měření: rozdíl mezi nataženou paží a chodidlem v cm



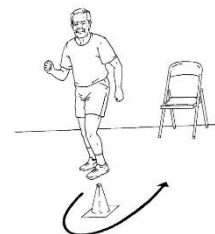
5) Back scratch test (dotyk prstů za zády)

- Testovaná oblast – flexibilita ramenního kloubu
- Popis průběhu testu: vzdálenost mezi prostředníky při oboustranném zapažení
- Výsledky měření: rozdíl mezi prostředníky v cm



6) 8 - foot up – and – go test (chůze okolo mety)

- Testovaná oblast – obratnost, dynamická rovnováha
- Popis průběhu testu: doba nutná k překonání vzdálenosti 2,44m ze sedu na židli, otočky a opětovném posazení
- Výsledky měření: sekundy



Výsledky srovnáváme orientačně s normami pro americkou populaci (Rikli a Jones, 2001)

16.9 Příloha 9 Projekt PZ ve Věznici Břeclav – objekt Břeclav

Věznice Břeclav

Oddělení výkonu vazby a trestu

Schvaluji :

ředitel věznice

PROJEKT

pohybová aktivita v rámci programu zacházení

Název pohybové aktivity: **APLIKOVANÉ POHYBOVÉ AKTIVITY**

Vedoucí pohybové aktivity: vychovatel Bc. Jakub Klimovič

Cíl: Cílem kroužku je vytvořit takové pohybové činnosti, v nichž se vytváří prostor pro osoby se zdravotním handicapem v souladu s jejich zájmy a schopnostmi. Pochopit pohybové aktivity jako prostředek udržení rovnováhy mezi subjektivním pocitem fyzického a psychického zdraví.

Obsah: Pohybové aktivity zaměřené zejména na prevenci správného držení těla, protažení rizikových svalových skupin, zlepšení kondice a dechového stereotypu účastníka. Psychická relaxace.

Metoda: Praktická ukázka, pohybová aktivita pod přímým vedením.

Forma: Skupinová činnost.

Tematický plán: Vytvořen (Kapitola 6)

Frekvence setkání: Dle týdenního plánu aktivit programu zacházení.

Délka: 1 hodina.

Místo konání: Místnost 2 pro PZ

Materiální zabezpečení: Plné míče, gymnastické nafukovací míče, posilovací, balanční a jiné cvičební pomůcky.

Zpracovatel:

Bc. Jakub Klimovič

16.10 Příloha 10 Časový rozvrh aktivit PZ účastníků výzkumu

Časový rozvrh aktivit PZ na SOVT pro TPN O/V Věznice Břeclav
v týdnu od 20.05. - 26.0.2019

DEN/ DATUM	08:00 - 10:00	10:00 - 11:00	12:00 - 13:00	13:00 - 14:00	14:00 - 15:00	15:00 - 16:00	17:00 - 18:00	18:00 - 19:00	19:00 - 20:00	20:00 - 21:00	21:00 - 22:00	Poznámka
Pondělí	Kapitoly z dějin, kultury a umění (vychovatel, 09:30-10:30, KM PZ)		Filmový klub (vychovatel, 14:00-16:30, KM PZ)			Volnočasový program, sebeobslužné činnosti (dle pokynů specialistů VT, dozorců a vychovatele)						
Úterý	Dluhové a soc. právní poradenství (sociální pracovník, 10:00-11:00, C,E,F,G,A1,A2)		Kroužek rébusů (vychovatel, 13:00-14:00, KM PZ)			Rukodělné práce (vychovatel, 14:00-16:00, ateliér)						
Sředa	Soc. komunikace (vychovatel, 09:00-10:00, 17:00-18:00, SOVT A1,A2)		Filmový klub (vychovatel, 14:00-16:30, KM PZ)			Politicko-vědní kroužek (vychovatel, 18:00-19:00, KM PZ)						
	Aplikované pohybové aktivity (vychovatel, pod odd. F, 09:00-11:00)		Kondiční cvičení (vychovatel 13:35-14:20, monitorováno, dohled dozorce, místnost 1 pro kondiční cvičení)			Aplikované pohybové aktivity (vychovatel, víceúčelová místnost 2 pro PZ, 17:00-19:00)						
Čtvrtek	Politicko-vědní kroužek (vychovatel, 08:00-10:00, KM SOVT A1)		Sebeobslužné činnosti (dle pokynů specialistů VT, dozorců a vychovatele)			Volnočasový program, sebeobslužné činnosti (dle pokynů specialistů VT, dozorců a vychovatele)						
	Nová šance (vychovatel, 08:00-09:00, KM PZ)					Nová šance (vychovatel, 18:00-19:00, KM PZ)						
Pátek	Čt. kroužek (speciální pedag, 09:00-10:00, KM SOVT A1)		Výuka ČJ a M (speciální pedagog, 13:00-13:50, učebna PC)			Kondiční cvičení (vychovatel 15:15-16:00, monitorováno, dohled dozorce, místnost 1 pro kondiční cvičení)						
	Rukodělné práce (vychovatel, 09:00-11:00, ateliér)					Kapitoly z dějin, kultury a umění (vychovatel, 18:00-19:00, KM PZ)						
Sobota	Generální úklid SOVT "A2" (08:30-11:00, pracovní aktivita)		Filmový klub (vychovatel, 12:15-14:15, učebna PC)			Volnočasový program, sebeobslužné činnosti (dle pokynů specialistů VT, dozorců a vychovatele)						
Neděle	Volnočasový program, sebeobslužné činnosti (dle vnitřního řádu věznice, sledování TV, DVD, individuální zájmová činnost dle návrhů ods. a pokynů specialistů VT, dozorců a vychovatele)											

16.11 Příloha 11 Evidence docházky účastníků do programu APA – ukázka

Evidence docházky účastníků do aktivity programu zacházení:

Název aktivity: Program APA Pravidelná doba setkání Středa od 17,00 hod. do 19,00 hod a 9,00 hod. do 11.00 hod.

Vedoucí aktivity Bc. Jakub Klimovič

Měsíc/rok	březen 19	Den:	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	celkem	
Příjmení a jméno	základní číslo	Ubyt.																																	
	6	A1					1															1													2
	5	A2					1							1								1													3
	4	A1					1							1								1							1						4
	3	A1					1							1								1							1						4
	2	A2					1							1								1							1						4
	1	A2					1							1								1							1						4

Poznámka: rubriky se neproškrťávají, ale uvádí se do nich skutečný počet hodin na jednotlivých setkáních strávený

Neúčast vedoucího označena žlutě
 omluven označeno zeleně

16.12 Příloha 12 Písemná příprava na cvičební jednotku programu APA

PÍSEMNÁ PŘÍPRAVA na intervenční jednotku programu APA

Vedoucí: Bc. Jakub Klimovič

Instituce: VS ČR Břeclav – objekt Břeclav

Datum: 10.4.2019

Počet účastníků: 6

Cíl jednotky: Prevenci vadného držení těla, protažení rizikových svalových skupin, zlepšení kondice a dechového stereotypu účastníka. Psychická relaxace.

Místnost: 2 pro PZ

Materiální zabezpečení: žebřiny, madla, lavice, velký gymnastické míče, posilovací gumy, balanční podložky

Čas	Obsah – cvičení na velkých gymnastických míčích za využití cvičebních pomůcek	Poznámky
15 min	<p>Úvodní část:</p> <p>Seznámení s obsahovou náplní jednotky, krátká skupinová konverzace za účelem zjištění fyz. a psych. stavu účastníků.</p> <p>Průpravná část na velkých gym. míčích – zapracování organismu. Protažení zatěžovaných svalových partií – ohled na zdravotní. stav jednotlivých účastníků.</p>	skupinová činnost, docházka, rozdělení účastníků v rámci místnosti, vedoucí v čele skupiny
25 min	<p>Hlavní část:</p> <p>Cvičení se posilovacími gumami – cvik č. 1 - 10x 3 série, cvik č. 2 10x 3 série, cvik č. 3 - 10x 3 série, cvik č. 4 2x 5 opakování na každou ruku x 3 série</p> <p>Kondiční, balanční cvičení – u žebřin a u madla – cvik č. 1 10x na každou nohu x 3 série, cvik č. 2 - 10x na každou nohu x 3 série, cvik č. 3 - 10x na každou nohu x 3 série</p> <p>cvičení s overballem – cvik č. 1 - 10x 3 série, cvik č. 2 - 20x 3 série, cvik č. 3 5x na každou nohu x 3 série</p>	popis každého cviku, názorná ukázka, opravování provedení, zaměřit se na správné držení těla, pravidelnost v dýchání, precizní provedení cviku
10 min	<p>Závěrečná část:</p> <p>Uklidnění organismu po zátěži, dechová cvičení – cvik č. 1 - břišní dýchání, cvik č. 2 plynulost nádechu a výdechu s nárazem na hlásku s, š, cvik č. 3 - dechová vlna, ukončení jednotky – zhodnocení vedoucím, hodnocení účastníků</p>	zaměřit se na správnost provedení přímou kontrolou

16.13 Příloha 13 Průběžné hodnocení programu APA – ukázka

Průběžné hodnocení PZ – intervenční program APA 2019

Dne 06.11.2019 od 09:00 do 11:00 hodin probíhal intervenční program APA pro pracovně nezařaditelné odsouzené, umístěné ve věznici s ostrahou – vysokým stupněm zabezpečení na oddílech pro TPN. Pohybové aktivity se zúčastnili 4 odsouzení. Z organizačních důvodů a malé kapacity cvičební místnosti byli účastníci rozdělení do 2 skupin. Aktivita probíhala v místnosti 2 pro PZ. Účastníci se aktivně zapojovali do cvičení. Obsahem pohybové aktivity byly cviky zaměřené zejména na prevenci správného držení těla, protažení rizikových svalových skupin, zlepšení kondice a dechového stereotypu účastníka. Psychická relaxace. Odsouzení na aktivitu reagovali pozitivně.

Dne 13.11.2019 od 17:00 do 19:00 probíhal intervenční program APA pro pracovně nezařaditelné odsouzené, umístěné ve věznici s ostrahou – vysokým stupněm zabezpečení na oddílech pro TPN. Pohybové aktivity se zúčastnili 4 odsouzení. Z organizačních důvodů a malé kapacity cvičební místnosti byli účastníci rozdělení do 2 skupin. Aktivita probíhala v místnosti 2 pro PZ. Účastníci se aktivně zapojovali do cvičení. Obsahem pohybové aktivity byly cviky zaměřené zejména na prevenci správného držení těla, protažení rizikových svalových skupin, zlepšení kondice a dechového stereotypu účastníka. Psychická relaxace. Odsouzení na aktivitu reagovali pozitivně.

Dne 20.11.2019 od 09:00 do 11:00 hodin probíhal intervenční program APA pro pracovně nezařaditelné odsouzené, umístěné ve věznici s ostrahou – vysokým stupněm zabezpečení na oddílech pro TPN. Pohybové aktivity se zúčastnili 4 odsouzení. Z organizačních důvodů a malé kapacity cvičební místnosti byli účastníci rozdělení do 2 skupin. Aktivita probíhala v místnosti 2 pro PZ. Účastníci se aktivně zapojovali do cvičení. Obsahem pohybové aktivity byly cviky zaměřené zejména na prevenci správného držení těla, protažení rizikových svalových skupin, zlepšení kondice a dechového stereotypu účastníka. Psychická relaxace. Odsouzení na aktivitu reagovali pozitivně.

Dne 27.11.2019 od 17:00 do 19:00 probíhal intervenční program APA pro pracovně nezařaditelné odsouzené, umístěné ve věznici s ostrahou – vysokým stupněm zabezpečení na oddílech pro TPN. Pohybové aktivity se zúčastnili 4 odsouzení. Z organizačních důvodů a malé kapacity cvičební místnosti byli účastníci rozdělení do 2 skupin. Aktivita probíhala v místnosti 2 pro PZ. Účastníci se aktivně zapojovali do cvičení. Obsahem pohybové aktivity byly cviky zaměřené zejména na prevenci správného držení těla, protažení rizikových svalových skupin, zlepšení kondice a dechového stereotypu účastníka. Psychická relaxace. Odsouzení na aktivitu reagovali pozitivně.

16.14 Příloha 14 Třídní kniha programu APA – ukázka

Třídní kniha – intervenční program APA 219

název aktivity	datum konání	čas konání	místo konání	příjmení odsouzeného	obsahová náplň
Intervenční program APA – O/V TPN	09.01.2019	9:00 - 11:00	místnost 2 pro PZ	1, 2, 3, 4, 5, 6	PA za využití cvičebních pomůcek
Intervenční program APA – O/V TPN	16.01.2019	17:00 - 19:00	místnost 2 pro PZ	1, 2, 3, 4, 5, 6	PA za využití cvičebních pomůcek
	23.1.2019 PA se nekonala z důvodu dovolené vedoucího aktivity				
	30.1.2019 PA se nekonala z důvodu dovolené vedoucího aktivity				
Intervenční program APA – O/V TPN	06.02.2019	9:00 - 11:00	místnost 2 pro PZ	1, 2, 3, 4, 5, 6	PA za využití cvičebních pomůcek
Intervenční program APA – O/V TPN	13.02.2019	9:00 - 11:00	místnost 2 pro PZ	1, 2, 3, 4	PA za využití cvičebních pomůcek
Intervenční program APA – O/V TPN	20.02.2019	17:00 - 19:00	místnost 2 pro PZ	1, 3, 4, 6	PA za využití cvičebních pomůcek
	27.02.2019	aktivita se nekonala z organizačních důvodů věznice			
Intervenční program APA – O/V TPN	06.03.2019	9:00 - 11:00	místnost 2 pro PZ	1, 2, 3, 4, 5, 6	PA za využití cvičebních pomůcek
Intervenční program APA – O/V TPN	13.03.2019	17:00 - 19:00	místnost 2 pro PZ	1, 2, 3, 4, 5	PA za využití cvičebních pomůcek
Intervenční program APA – O/V TPN	20.03.2019	9:00 - 11:00	místnost 2 pro PZ	1, 2, 3, 4, 5, 6	PA za využití cvičebních pomůcek
Intervenční program APA – O/V TPN	27.03.2019	9:00 - 11:00	místnost 2 pro PZ	1, 2, 3, 4	PA za využití cvičebních pomůcek

16.15 Příloha 15 Časový rozvrh dne Věznice Břeclav – objekt Břeclav

Časový rozvrh dne Věznice Břeclav – Objekt Břeclav

Pracovní dny

04:45	budíček, odemknutí cel (odsouzených na nestřežené pracoviště, osobní hygiena, snídaně),
05:30 – 20:45	zaměstnání na nestřežených pracovištích,
06:00	budíček, odemknutí cel,
06:00 – 06:15	osobní hygiena,
06:15 – 07:00	odběr a konzumace snídaně (uzamknutí na cely), zalití kávy, čaje,
07:00	odemknutí cel
06:45 – 07:30	početní prověrka stavu (uzamknutí na cely), (mimo dobu konzumace snídaně),
07:00 – 07:30	výdej léků, tisku a knih,
07:30	odemknutí cel
07:30 – 08:30	úklid (1x za měsíc klepání dek, 2x ročně látkové matrace)
07:00 – 15:30	zaměstnání ve vnitřní režii,
08:00 – 19:00	rozpětí pro provedení vycházek,
08:00 – 11:00	realizace programu zacházení, osobní volno, pohovory se specialisty, výměna prádla (pouze úterý – vazební oddělení, odd. E, F, G, středa – odd. A1, A2, C), kantýna (pouze úterý, čtvrtek),
11:00 – 12:30	oběd (uzamknutí na cely), zalití kávy, čaje,
12:30	odemknutí cel
12:30 – 16:30	realizace programu zacházení, vycházky, osobní volno,
16:30 – 18:00	večeře (uzamknutí na cely), zalití kávy, čaje,
18:00	odemknutí cel
18:00 – 19:00	realizace programů zacházení, osobní volno, telefonování,
19:00 – 19:45	úklid,
19:45 – 20:30	početní prověrka stavu (uzamknutí na cely),
20:30	odemknutí cel
20:30 – 22:00	osobní volno a hygiena,
20:45	večerka pro odsouzené pracující na nestřežených pracovištích,
22:00	večerka (uzamknutí na cely).

16.16 Příloha 16 Záznamy výzkumníka z pozorování – ukázka

Záznamy výzkumníka z pozorování

... Záznam pořízen 5.11.2018

Terénní šetření PA ve specializovaných odděleních ve věznici

- PA odsouzených ve věznici souvisí s tzv. programy zacházení – stanoví speciální pedagog věznice každému odsouzenému program zacházení.
- místnost pro kondiční cvičení ve věznici – zájmová aktivita tzv. kondiční cvičení – neorganizovaná aktivita, odsouzení – možnost chodit 1x až 2x týdně do kondičního cvičení určené pro všechny odsouzené, frekvenci návštěv – zařazení odsouzeného do PSVD – motivační systém pro odsouzené
- obsazení místnosti pro kondiční cvičení – v jednom termínu maximálně 4 odsouzení, rozpis terminů – zaměstnanec odborného zacházení
- zařazení odsouzeného pouze s písemným povolením ošetřujícího lékaře po vstupní zdravotní prohlídce při nástupu do věznice, odsouzení ze specializovaných oddílů věznice pro TPN nejsou obvykle od lékaře věznice ke cvičení uschopnění
- neorganizovaná pohybová aktivita – relaxační aktivity – zájmová aktivita, vycházky na vycházkové dvory věznice, frekvence – každý den, v časovém intervalu jedna hodina, stísněné uzavřené prostory, čas vycházek stanoven dle časového rozvrhu dne, který je součástí vnitřního řádu věznice

Záznam pořízen 7.11.2018

Terénní šetření – posouzení prostor pro PA

- prostory pro PA dle Pokynu ŘV č. 2, dle vyhlášky 345/1999 sb. - vnitřní vycházkové dvory, jeden větší (58 m) a dva menší prostory (19,5) ohraničené čtyřmetrovou zdí a zastřešené pletivem, velký dvůr – ping – pong, procházky, posilovací cviky s vlastní vahou, malé dvory – hrazda, krátké procházky
- místnosti pro PZ, celkem 2 místnosti, místnost 1 pro kondiční cvičení (24 m) místnost 2 bez specifikace (17 m), místnost 1 - pro kondiční cvičení, neorganizovaná aktivita, vybavení – posilovací stroje, lavice a činky, místnost 2 bez specifikace - terapeutická setkání pracovníků odborného zacházení, vybavena starý koberec, lavička, stůl, dřevěný regál, žebřiny, velký gymnastický míč, balanční podložka, 4x karimatka, bosu a činka 4 kg, cd přehrávač
- bezbariérovost prostor pro odsouzené z oddílů pro TPN – místnosti pro PZ a cesta k nim není bezbariérová, oddíly pro TPN vysokého stupně zabezpečení byly umístěny v prvním a druhém nadzemním podlaží, přechod do prostor pro PZ z oddílů pro TPN není bezbariérový, ...

16.17 Příloha 17 Pozorovací záznamový arch výzkumníka

POZOROVACÍ ZÁZNAMOVÝ ARCH

"dynamická bezpečnost"	osobní prohlídka, přesun na aktivitu, z aktivity v rámci komplexu věznic – sleduje se reakce odsouzených, verbální i neverbální, chování standardní chování, v průběhu přesunu minimální komunikace s výzkumníkem o počasi účastník 3, přesun v rámci prostoru věznic do místnosti pro rz spíše pomalejší pozdrav od všech účastníků ods. z nízkého stupně, při návratu skupina A2 čekala na možnos přemístt se přes dvůr – zjištěno v. pomocí hlásky (hlavní dvůr uzavřen pro průchod ods.), reakce na pokyny v. bez problému, všichni pozdravili příslušníka při osobní prohlídce, formální přivítání a loučení s v., poděkování za aktivitu od všech u.
"připravenost účast. na aktivitu"	dodržení časového termínu, ustrojení, pitný režim, omluvenky – verbální i neverbální projev, chování, reakce na změnu A1 – Ú1 a Ú6 nepřipravenost – příslušník časový přes – nervozita, A2 připravení, Ú1, Ú2, Ú3, vlastní sportovní převlečení, Ú4 ustavení, pitný režim Ú1 a Ú4, termín aktivity problémí dle plánu bez změny, A1 – příslušník nucen popohánět – viditelné zrychlení skupiny při přípravě, verbální komunikace neproběhla ani v jedné skupině, pouze Ú3 měl se sebou tenisky na prezutu
"úvodní část aktivity"	krátký skupinový rozhovor – seznámení s programem, zjišťování psych. a fyz. stavu, události s vlivem na chov., novinky velké gymnastické míče – sed všichni – účastníci s viditelnou radostí, Ú1 – verbální projev "na to jsem se tyden těšil", v. – představení náplně, v. jak se daří, co je nového? Ú3 negativní emoce (mratka nemocná), ostatní OK – nic spec. A2 – stěhování na oddíl – Ú4 míme psycholog. rozhovor, fyzický všichni OK – Ú1 a Ú3 připomněli minulou zátěž, že jí cítí další den, Ú3 krátká konverzace na téma sport v TV (skupina A1 je sportovně založená – sledují dění), obě skupiny při krátké oboustranné konverzaci už nepravěně přejí na míči
"průběh aktivity"	motivace, ochota spolupracovat, schopnost přizpůsobit se změně, reakce na zátěž, pozornost, nasazení, kvalita provedení, individuální zdatí, oblibnost vs. neoblibnost cviku, zájem, nadšení, spolupráce, disciplína, slušné chování, respekt A1 i A2 respekt vůči v. - pozorně naslouchají a sledují úkážku cv., snaží se reagovat na opravu při cv. (Ú4 a Ú5 - nutná častější korekce), dnes nutná kompletní úkážka (Ú1 a Ú4 zapomněli na poddobu cviků), u kondičních cviků viditelně únavy u obou sk., reakce na změny cviků u obou sk. obdiv věčné nasazení (Ú3 nejvíce), pozitivní verbální i neverbální reakce na cvičení s gumami (Ú4 "to bylo výborné, děkuji", Ú3 gumu bych potřeboval na celé"), při realizaci nutné natočení účastníků k sobě z důvodu nedostatku prostoru na cvičení – opakovaně verbální reakce na stísněnost prostor (Ú1: pozor at tě nevyiskám") u koordináčně náročnějšího cviku problémý všichni (dělám zadržanu, cvičí po jednom), v průběhu cvičení neproběhla konverzace, v. důraz na správné dýchání
"Závěrečná část aktivity"	krátký skupinový rozhovor – hodnocení v., zpětná vazba Ú - psych. a fyz. stav, individuální postřehy účast. v. - pochvala obou sk. (A1, A2) za nasazení, přístup, oznamení v. (příští termín nebude – lékář, v. "jak se cítíte? Ú3 - "velice dobře, pomohlo mi to... ", dotaz, zda by mohli mít gumu na celé... Ú4 - "Dnes to bylo výborné, těším se do sporty", Ú5 líbost nad příst absencí aktivity, ostatní přítakávají, "kdy bude další aktivity? Ú2 – vyjádřil přání, zda by mohla být příště aktivita více zaměřena na pohyb, v. dotaz na Ú1, jak se cítí on? "Unaveně, měl jsem ramní léky."
"Postřehy výzkumníka"	Automatický pozdrav ods. z nízkého stupně při vzájemném setkání (subkultura?), zapomenuti některých cviků Ú1 a Ú4 (aktivita 1x nebyla?), Ú1 viditelně dnes méně aktivní (osobní dojem - mediace), Ú3 ventilace negativních emocí - vyjádření po aktivitě, opět obecná spokojenost - vyjádřena poděkováním všech Ú1 neverbálním projevem v průběhu cvičení - (např. usměv při cvičení, když se něco nedarilo), nepřipravenost některých Ú na aktivitu přes pravoúhelný termín (proč?), opakovaně větší otevřenost při společném hodnocení aktivity (posilení důvěry ve v.?), sdělení Ú3 v. svojs negativní pocity z rodiny i před ost. Ú, před cvičením, komunikace na téma sport před cv. (posilní důvěry ve v.), dnes problém s časovým přesem příslušníka při odchodu na aktivitu a čekání na návrat u sk. A2 – zavřená cesta (vliv na psych. rozpoložení Ú, narušení čas. harmonogramu aktivity), složitost organizace z pohledu spolupráce s dozorcem (jeho časova tiseň)

Datum: 18.09.2019
Aktivita číslo: 24
Vedoucí aktivity: Bc. Jakub Klimovič

Legenda: Ú – účastník
v – výzkumník
P – příslušník

Počet účastníků:	skupina A	skupina B
	2	2

16.18 Příloha 18 Polostrukturovaný rozhovor vlastní konstrukce

Polostrukturovaný rozhovor vlastní konstrukce

Okruh otázek č. 1 - psychické rozpoložení účastníka

V: „Jak se dnes cítíte?“

V: „Jak vnímáte pocitově váš pobyt – výkon trestu ve Věznici Břeclav?“

V: „Jaké máte vztahy na oddíle, ložnici?“

Okruh otázek č. 2 - vtať účastníka k PA, VČ a PA

V: „Jaký je váš názor na aktivní pohyb?“

V: „Jaký máte názor na sport?“

V: „Jak hodnotíte denní režim ve věznici?“

V: „Popsal byste, jak trávíte VČ ve věznici?“

Okruh otázek č. 3 – otázky o názorech a zkušenostech účastníka vztahujících se k APA

V: „Jak hodnotíte nabídku programů zacházení ve Věznici Břeclav?“

V: „Jak hodnotíte zařazení intervenčního programu APA do programů zacházení?“

V: „Jak hodnotíte obsahovou náplň (cvičení) intervenčního programu APA?“

V: „Jak je pro vás intervenční program APA důležitý?“

V: „Jak byste popsal význam, který má intervenční program APA pro ostatní účastníky?“

V: „Jak často by měl intervenční program APA probíhat?“

V: „Který z cviků, jež jsou obsahovou náplní intervenčního programu APA, vás zaujal?“

V: „Jak hodnotíte místnost pro PZ, ve které intervenční program APA probíhá?“

V: „Jaký máte názor na svoji bezpečnost při realizaci cvičení intervenčního programu APA?“

V: „Jak vnímáte bezpečnostní opatření při realizaci intervenčního programu APA?“

Okruh otázek č. 4 – pocity účastníků ve vztahu k realizaci APA

V: „Jak se cítíte fyzicky při obsahové náplni intervenčního programu APA?“

V: „Jaké máte pocity při obsahové náplni intervenčního programu APA?“

V: „Existují situace, jež mají vliv na tyto vaše pocity před intervenčním programem APA?“

V: „Jak vnímáte denní dobu (čas), v které se intervenční program APA odehrává?“

Okruh otázek č. 5 – otázky o vývoji intervenčního programu APA z pohledu účastníků

V: „Jak by měl, dle vašeho názoru, intervenční program APA ve věznici pokračovat?“

V: „Jak byste intervenční program APA představil případným zájemcům o účast?“

V: „V čem se domníváte, že má intervenční program APA přínos pro odsouzené?“

Okruh otázek č. 6 – otázka demografické

V: „Kolik je vám let?“

V: „Jaké máte vzdělání?“

V: „Jaké povolání jste vykonával před nástupem do VTOS?“

16.20 Příloha 20 Souhlasné stanovisko etické komise



Fakulta
tělesné kultury

Vyjádření Etické komise FTK UP

Složení komise: doc. PhDr. Dana Štěrbová, Ph.D. – předsedkyně
Mgr. Ondřej Ješina, Ph.D.
doc. MUDr. Pavel Maňák, CSc.
Mgr. Filip Neuls, Ph.D.
Mgr. Michal Kudláček, Ph.D.
prof. Mgr. Erik Sigmund, Ph. D.
doc. Mgr. Zdeněk Svoboda, Ph. D.

Na základě žádosti ze dne 27.1.2021 byl projekt diplomové práce

autor /hlavní řešitel/: **Bc. Jakub Klimovič**

s názvem: **odnětí svobody v ostraze, vysokém stupni zabezpečení v oddíle pro trvale pracovní nezařaditelné osoby Věznice Břeclav Aplikované pohybové aktivity u odsouzených mužů umístěných ve výkonu trestu**

schválen Etickou komisí FTK UP pod jednacím číslem: **30/2021**

dne: **28. 2. 2021**

Etická komise FTK UP zhodnotila předložený projekt a **neshledala žádné rozpory** s platnými zásadami, předpisy a mezinárodními směrnicemi pro výzkum zahrnující lidské účastníky.

Řešitel projektu splnil podmínky nutné k získání souhlasu etické komise.

za EK FTK UP
doc. PhDr. Dana Štěrbová, Ph.D.
předsedkyně

Univerzita Palackého v Olomouci
Fakulta tělesné kultury
Komise etická
třída Míru 117 | 771 11 Olomouc

Fakulta tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci
třída Míru 117 | 771 11 Olomouc | T: +420 585 636 009
www.ftk.upol.cz