

Univerzita Palackého v Olomouci
Filozofická fakulta
Katedra psychologie

Stres v policejní praxi se zaměřením na situace použití střelné zbraně

Stress in police practice focus on situations
when firearms are used



Magisterská diplomová práce

Autor: Iva Adamová
Vedoucí práce: Doc. PhDr. Zdeněk Vtípil, CSc.

Olomouc

2012

Děkuji Doc. PhDr. Zdeňku Vtípilovi, CSc za odborné vedení, trpělivost, cenné rady a konzultace v průběhu vypracování této magisterské diplomové práce. Dále pak děkuji všem policistům, psychologům a jiným odborníkům, kteří mi ochotně pomáhali při sběru dat a orientaci v tématu a v neposlední řadě děkuji celé své rodině, především pak rodičům, za lásku, péči a poskytnutí socioekonomického zázemí potřebného pro její uskutečnění.

Místopřísežně prohlašuji, že jsem tuto magisterskou diplomovou práci na téma: Stres v policejní praxi se zaměřením na situace použití střelné zbraně vypracovala samostatně pod odborným dohledem vedoucího diplomové práce a řádně jsem uvedla a ocitovala všechny použité podklady a literaturu.

Vdne

Podpis

Obsah

1 Úvod.....	7
2 Policie ČR.....	10
2.1 Organizace a řízení PČR.....	12
2.1.1 Příslušníci PČR.....	14
2.1.2 K některým službám a útvarům PČR.....	19
2.1.2.1 Služba pořádkové policie.....	19
2.1.2.2 Pořádkové, zásahové a pohotovostní jednotky.....	20
2.1.2.3 Poříční a železniční oddělení, policejní potápěči.....	22
2.1.2.4 Služební kynologie a hipologie.....	23
2.1.2.5 Služba dopravní policie.....	23
2.1.2.6 Služba pro zbraně a bezpečnostní materiál.....	23
2.1.2.7 Operační střediska.....	24
2.1.2.8 Služba cizinecké policie.....	24
2.1.2.9 Cizinecká policie na mezinárodních letištích.....	24
2.1.2.10 Letecká služba.....	24
2.1.2.11 Pyrotechnická služba.....	25
2.1.2.12 Ochranná služba – ochrana prezidenta republiky.....	25
2.1.2.13 Ochranná služba – ochrana ústavních činitelů.....	25
2.1.2.14 Služba kriminální policie a vyšetřování.....	25
2.1.2.15 Kriminalisticko-technická a znalecká služba.....	26
2.1.2.16 Útvar rychlého nasazení.....	27
2.2 Problémy v policejní praxi.....	31
3 Zbraně v rámci výkonu policejní praxe.....	34
3.1 Výcvik a použití zbraně v PČR.....	38
3.2 Použití zbraně v reálné situaci.....	42
3.2.1 Z výpovědí veteránů promlouvajících o svých postřezích a zkušenostech ze střetů spojených se střelbou.....	47
3.3 Typy zbraní v policejní praxi.....	53
3.4 Psychologické aspekty nošení zbraně a stejnokroje.....	58
4 Stres.....	60
4.1 Definice stresu.....	62
4.2 Stres a jeho pojetí v historii.....	64
4.2.1 Ivan Petrovič Pavlov.....	64
4.2.2 Walter Bradford Cannon.....	65
4.2.3 Hans Selye.....	65
4.2.3.1 Styl zvládacího chování.....	66
4.2.3.2 Osobnostní faktory a kognitivní styl.....	67
4.2.3.3 Genderové a kulturní faktory.....	71
4.2.4 Richard Stanley Lazarus.....	73
4.2.5 Alostatická teorie stresu.....	74
4.3 Klasifikace stresu.....	74
4.4 Stresory.....	77
4.4.1 Stresové situace.....	78
4.5 Copingové strategie.....	87
5 Stres u policie.....	94
5.1 Posttraumatická stresová porucha (F43.1) - PTSP.....	96
5.2 Použití střelné zbraně (post – shooting trauma).....	99
5.2.1 Výzkumy post – shooting traumatu.....	99

5.2.2 Projevy post-shooting traumatu.....	102
6 Metodologický rámec práce.....	107
6.1 Výzkumný problém.....	109
6.2 Cíle studie:.....	109
6.3 Hypotézy:.....	110
7 Užité výzkumné metody.....	111
7.1 Informační údaje.....	111
7.2 IPSS – modifikace pro povolání policisty.....	111
7.3 IPSS – modifikace pro použití střelné zbraně.....	112
7.4 SUPOS – 7.....	113
7.5 Statistické metody analýzy dat.....	115
8 Zkoumaný soubor.....	117
8.1 Proces výběru.....	118
8.2 Výběrový soubor.....	118
8.3 Proces sběru dat.....	126
9 Výsledky výzkumu.....	127
9.1 Profil souboru z hlediska dotazníku IPSS – povolání policisty.....	127
9.2 Profil souboru z hlediska dotazníku IPSS – použití zbraně.....	135
9.3 Profil souboru z hlediska SUPOS – 7 – PC.....	139
10 Vybrané koreláty.....	143
10.1 Koreláty IPSS - povolání.....	143
10.1.1 Koreláty IPSS – povolání POP.....	146
10.1.2 Koreláty pro IPSS – povolání PKP.....	149
10.2 IPSS zbraň.....	152
10.3 Koreláty zbývajících proměnných mezi sebou.....	155
10.3.1 Věk.....	155
10.3.2 Seniorita.....	156
10.4 SUPOS.....	157
11 K cílům výzkumu a platnosti hypotéz.....	159
11.1 Cíle studie:.....	159
11.2 Hypotézy:.....	161
12 Diskuze.....	166
13 Závěr.....	177
14 Souhrn.....	183
Literatura.....	187
Přílohy.....	193

1 Úvod

Stres je jako tichý nepřítel – zabiják se záviděníhodnou trpělivostí. Obchází kolem potichu, po špičkách a trpělivě čeká na svou příležitost. Když ucítí svou šanci, zaútočí. Někdy je jeho pokus marný a on „odejde“ stejně tiše, jako přišel – bez povšimnutí, aniž by po sobě zanechal sebemenší stopu. To když má člověk dostatek síly, podpory, copingových strategií a též notnou dávku štěstí. Jindy s člověkem nějakou dobu žije – parazituje a dělá mu život o něco složitější. Po čase se ho však podaří setřást. V těch horších případech, kdy je jeho „útok“ úspěšný, však zanechává nesmazatelné stopy v lidských životech.

Stres je nedílnou součástí dnešní společnosti a bohužel vysokou daní za styl života, který žijeme. Stres (a to co ho způsobuje) má mnoho podob a není tedy nikdo, koho by se toto téma netýkalo. Lidé ve vyspělých zemích se potýkají se stresem, když se snaží splnit každodenní požadavky, které jim diktuje společnost. Být o něco hezčí, bohatší, úspěšnější, oblíbenější, chytřejší, zkrátka lepší než ti ostatní. A proč? Protože si to doba žádá, protože jsme denně obkloповáni spoustou schopných lidí. Jde jen o to, být schopnější než ti druzí. A lidé v rozvojových zemích? Ti se za penězi, mocí a slávou nehoní. Honí se za něčím mnohem jednodušším, ale zato podstatnějším. Za přežitím. Denně se potýkají se stresory ve formě nedostatku pitné vody, jídla, všudypřítomných bakterií. Stresory ve formě strachu o vlastní život, o který mohou přijít během několika vteřin nepozornosti.

A právě proto jsme si stres zvolili jako hlavní téma naší práce. Stres tu vždycky byl, je a bude. A ač má mnoho tváří, způsobuje podobné problémy a zanechává stejné šrámy na těle i na duši člověka.

Typy stresu, stresorů a stresových situací jsou ovlivněny mnoha faktory, mezi než patří: genetické dispozice, styl výchovy, způsob života, sociální zázemí, psychické vlastnosti a povolání.

V této práci jsme se zaměřili na povolání policisty, tedy zaměstnání, které v sobě nese velké množství specifických stresorů. Stres je totiž významným faktorem, který má vliv na výkon, který policista podává. Je pak také nejsilnějším faktorem působícím při selhání policisty či jeho zneschopnění dále práci vykonávat. Policie je významným činitelem v zajišťování řádu a bezpečnosti ve společnosti. Bez účinné ochrany poskytované ze strany policie by v zemi zavládl chaos a anarchie. Policisté se denně při své „rutinní“ práci setkávají s mnoha, pro jejich povolání typickými, stresory. Nejenže denně nasazují vlastní

život a mnozí si to ani pořádně neuvědomují, ale velká část z nich na to není ani dostatečně připravena. Stres se v jejich pracovní činnosti objevuje v podobách, jakými jsou např.:

- nedostatečný výcvik
- nesprávně fungující průběžné výcviky a prověrky
- nadměrná a zahlcující administrativa
- agresivní občané
- pachatelé trestných činů různé intenzity, kteří jsou často ozbrojeni a odhodláni zbraň použít
- neustále se měnící zákony, které musí policista bezchybně znát
- tlak společnosti
- „útoky“ médií
- prověřování jejich jednání inspekcí, či dokonce soudem
- situace, kdy jsou nuceni použít střelnou zbraň proti jinému člověku, atd.

Naším cílem je zjistit, které faktory jsou dle samotných policistů původci největšího stresu. Protože jen v případě, že budeme znát příčiny, které za jeho vznikem stojí, budeme schopni s ním něco dělat a především proti němu účinně bojovat.

Účinky a důsledky stresu se psychologové a další odborníci zabývají už nějakou dobu. Aktuálním tématem psychologů je však tzv. post – shooting trauma (tedy trauma vznikající jak o důsledek situace, v níž byl policista nebo kdokoli jiný nucen použít střelnou zbraň proti člověku). Post – shooting trauma vychází z pojetí posttraumatické stresové poruchy, je však bezvýhradně vázáno na situaci použití zbraně. V policejní praxi je toto téma v dnešní době hodně aktuální. Zbraň je povinnou výbavou každého policisty a k tomuto povolání neodmyslitelně patří. Problém je však v tom, že řadoví policisté často nejsou dostatečně vycvičeni k jejímu správnému, sebevědomému a bezchybnému používání. Co víc, někteří ani nemusí být schopni vnímat důsledky jejího použití, dokud k nim nedojde. Zastřelit jiného člověka, jinou lidskou bytost, to je věc, která přesahuje rámec běžné lidské zkušenosti. A i když je střelba oprávněná (splňuje všechny zákonem dané normy), nemusí být vždy jednoduché se s jejími následky vyrovnat. Vzít lidský život, i když jde o život pachatele, totiž není tak snadnou věcí, jak by se možná na první pohled mohlo zdát.

Na situaci střelby a post – shooting trauma jsme se zaměřili nejen pro jeho aktuálnost, ale i proto, že může být často podceňovaným tématem. Post – shooting trauma, pokud se nepracuje na jeho vyléčení, silně zasahuje policistovi do života a systematicky ho ničí. Ovlivňuje totiž mnoho částí policistova života. Působí na jeho fyzickou, psychickou i sociální stránku a devastuje ho tak nejen zevnitř, ale i zvenčí. Samozřejmě ne každý policista, který vystřelí, je automaticky „postižen“ post – shooting traumatem. Důležité však je, aby byl na tuto možnost brán ohled pokaždé, kdy se nějaký příslušník policie do podobné situace dostane, a aby mu bylo poskytnuto primární ošetření a to nejen po fyzické stránce, ale též po té psychické. Není vhodné ho nutit do kontaktu s psychologem, pokud k tomu není důvod. Je však nutné mít na paměti, jaké následky situace použití střelné zbraně může mít a nepodcenit příznaky a signály, které postižený policista „vysílá“. Dalším cílem této práce je tedy podrobně prozkoumat situaci, v níž dojde k použití střelné zbraně, a zjistit, která část (od kontaktu s pachatelem, přes samotný výstřel až po vyšetřování celého incidentu) působí nejvíce stresově, a na tomto základě navrhnout, na co by se měl výcvik a příprava policistů zaměřit především, aby nedocházelo ke zbytečným selháním a ztrátám na životech.

2 Police ČR

„Strachu před policií se asi nezbavíme. Je to přirozené. Má ho každý slušný člověk. Tkví to v nedostacích našeho společenského pořádku.“ (Remarque E. M.)

Policie České republiky je jednotný strukturovaný ozbrojený bezpečnostní sbor, který byl zřízen dne 21. června 1991 zákonem České národní rady. Je zřízena zákonem č. 283/1991 Sb., o Policii České republiky, ve znění pozdějších předpisů. V současné době její postavení upravuje zákon č. 273/2008 Sb. o Policii České republiky přijatý společně se zákonem č. 274/2008 Sb., kterým se mění některé zákony v souvislosti s přijetím zákona o Policii České republiky. Slouží k ochraně veřejného pořádku a veřejnosti jako takové. Jejím hlavním úkolem je chránit bezpečnost osob a majetku, ochraňovat veřejný pořádek a předcházet trestné činnosti. Mimo to však plní i další úkoly podle trestního řádu a též na úseku vnitřního pořádku a bezpečnosti, které jsou jí svěřené zákony, předpisy evropských společenství a mezinárodními smlouvami, které jsou součástí právního řádu České republiky.

Cíle PČR jsou pak konkrétně definovány takto:

- chránit bezpečnost a pořádek ve společnosti
- prosazovat zákon
- chránit práva a svobody osob
- preventivně působit proti trestné a jiné protiprávní činnosti a potírat ji
- usilovat o trvalou podporu a důvěru veřejnosti

PČR ustanovuje také základní hodnoty, jimiž se řídí, jsou jimi:

- profesionalita
- nestrannost
- odpovědnost
- ohleduplnost
- bezúhonnost

Policie ČR je přímo podřízena ministerstvu vnitra. Je tvořena policejním prezidiem, útvary majícími celostátní působnost, krajskými ředitelstvími policie a dalšími útvary zřízenými v rámci krajských ředitelství. Dle zákona je zřízeno čtrnáct krajských ředitelství policie. Jejich územní obvody se pak shodují s územními obvody čtrnáct krajů ČR. V rámci Policie ČR funguje přibližně 47 000 policistů a 11 000 zaměstnanců policie (jak je uváděno i na stránkách Policie ČR, čísla jsou však samozřejmě přibližná).

V rámci výkonu policejní ochrany je pro širokou veřejnost zřízena také bezplatná telefonní linka tísňového volání 158, která je v nepřetržitém provozu a je určena pro telefonická oznámení, která mají charakter tísňových výzev, jejichž obsahem jsou: informace odůvodňující provedení neodkladného zákroku v případech, kdy hrozí přímé ohrožení života, zdraví, majetku nebo veřejného pořádku; informace jakýmkoli způsobem se vztahující k trestné činnosti; pátrání po pohřešovaných a hledaných osobách či odcizených vozidlech; havárie, výbuchy a živelné pohromy; dopravní nehody; komunikační závady a odtažení vozidel. Linka je spravována integrovaným operačním střediskem PČR v rámci příslušného územního krajského ředitelství policie. Integrovaná operační střediska činí na základě příjmu tísňového volání primární, bezodkladná a účinná opatření vedoucí k odstranění nežádoucího stavu (např. vysílají hlídku na místo události, v případě potřeby zajišťují přítomnost zdravotnické záchranné služby, zajišťují předání dopravních informací veřejnosti). Při příjmu tísňových volání spolupracují se správcem evropské telefonní linky tísňového volání 112. (*Vokuš, 2010; Vangeli, 2009; Policie ČR – oficiální stránky*)

Pro přehlednost nyní uvedeme relevantní právní předpisy, které souvisí s činností PČR, jimiž jsou:

- Ústavní zákon č. 1/1993 Sb., Ústava České republiky
- Usnesení předsednictva České národní rady č. 2/1993 Sb., Listina základních práv a svobod
- Zákon č. 273/2008 Sb., o Policii České republiky
- Zákon č. 361/2003 Sb., o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů
- Zákon č. 40/2009 Sb., trestní zákoník
- Zákon č. 141/1961 Sb., o trestním řízení soudním
- Zákon č. 200/1990 Sb., o přestupcích
- Zákon č. 361/2000 Sb., o provozu na pozemních komunikacích a o změnách některých zákonů

- Vyhláška č. 460/2008 Sb., o způsobu vnějšího označení, služebních stejnokrojích a zvláštním barevném provedení a označení služebních vozidel, plavidel a letadel Policie České republiky a o prokazování příslušnosti k Policii České republiky. (*Policie ČR – oficiální stránky*)

2.1 Organizace a řízení PČR

Ministerstvo vnitra vytváří podmínky pro plnění úkolů policie ČR, která je mu podřízena. Organizačně se PČR člení na^{1 2} (*Vangeli, 2009*) :

1) Policejní prezidium v čele s policejním prezidentem

Činnost policie ČR řídí policejní prezidium v čele s policejním prezidentem. Police ČR je odpovědná ministerstvu vnitra. Policejnímu prezidiu jsou pak podřízeny jak útvary s celostátní působností (které jsou zřizovány ministerstvem vnitra na návrh policejního prezidenta), tak krajská ředitelství policie (která jsou zřízena zákonem). Policejní prezidium určuje především cíle dalšího rozvoje policie, řeší koncepci její organizace a řízení a stanovuje úkoly jednotlivých služeb. V rámci PČR působí různé složky jako: služba pořádkové policie, služba dopravní policie, služba cizinecké policie, letecká služba, pyrotechnická služba, ochranná služba, služba kriminální policie a vyšetřování a další specializované služby. Policejní prezidium též analyzuje, dohlíží a kontroluje jednotlivé činnosti policie a snaží se policejním útvarům vytvořit podmínky pro možné plnění jejich úkolů a koordinuje jejich činnosti, které přesahují územní nebo věcnou působnost jednotlivých služeb. (*Vokuš, 2010; Vangeli, 2009; Policie ČR – oficiální stránky*)

2) Útvary policie s celostátní působností

Tyto útvary plní specifické úkoly a nejsou při tom teritoriálně omezeny, ale plní je na celém území státu. Některé z nich poskytují specifický servis jiným policejním útvarům, jiné se naopak specializují např. na odhalování organizovaného zločinu nebo korupce a závažné finanční kriminality. Jejich činnost spočívá též v potírání drogové kriminality nebo v zajiš-

1 PŘÍLOHA: Organizační struktura policie ČR.

2 PŘÍLOHA: Znaky jednotlivých služeb a útvarů PČR.

řování ochrany prezidenta republiky a dalších ústavních činitelů. (*Vokuš, 2010*) Útvary s celostátní působností jsou podle nařízení ministerstva vnitra 67/2008:

- Útvar pro odhalování organizovaného zločinu služby kriminální policie a vyšetřování (dále jen SKPV)
- Útvar odhalování korupce a finanční kriminality SKPV (zahrnuje i podstatnou část dřívějšího Útvaru odhalování nelegálních výnosů a daňové kriminality, tzv. finanční policie)
- Národní protidrogová centrála SKPV
- Útvar zvláštních činností SKPV
- Útvar speciálních činností SKPV
- Úřad dokumentace a vyšetřování zločinů komunismu SKPV
- Kriminalistický ústav Praha
- Útvar rychlého nasazení
- Útvar pro ochranu ústavních činitelů ochranné služby (dále jen OS)
- Útvar pro ochranu prezidenta České republiky OS
- Letecká služba
- Služba cizinecké policie
- Pyrotechnická služba (*Vangeli, 2009*)

3) Krajská ředitelství policie

Krajská ředitelství policie jsou útvary, které mají územně vymezenou působnost. Slouží veřejnosti na vymezeném, jasně určeném teritoriu, kde relativně komplexně odpovídají za bezpečnost a představují tak samostatné organizační složky státu. Při plnění svých úkolů mají pravomoc samostatně hospodařit s finančními prostředky ze státního rozpočtu. V jejich čele stojí krajský ředitel, kteří jsou personálně přímo podřízeni policejnímu prezidentovi a tvoří tak společně s ním, jeho náměstkou a řediteli jednotlivých služeb policie tradiční „top management“ PČR. V jejich rámci mohou působit další územní útvary (které existují např. v Praze a v dalších velkých městech), které jsou jim přímo podřízeny. Ty jsou zřizovány policejním prezidentem na návrh krajského ředitele. (*Vokuš, 2010; Vangeli, 2009; Policie ČR – oficiální stránky*)

4) Útvary zřízené v rámci krajského ředitelství

2.1.1 Příslušníci PČR

„Slibuji na svou čest a svědomí, že při výkonu služby budu nestranný(á) a budu důsledně dodržovat právní a služební předpisy, plnit rozkazy svých nadřízených a nikdy nezneužiji svého služebního postavení. Budu se vždy a všude chovat tak, abych svým jednáním neohrozil(a) dobrou pověst bezpečnostního sboru. Služební povinnosti budu plnit řádně a svědomitě a nebudu váhat při ochraně zájmů ČR nasadit i vlastní život.“ (Vokuš, 2010, s. 8)

Právní poměry a služební vztahy příslušníků PČR upravuje zákon o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů, tedy zákon č. 361/2003 Sb. Do služebního poměru může být přijat každý státní občan ČR, který splňuje následující podmínky:

- Minimální stanovený věk je 18 let.
- Bezúhonnost, která je řešena zákonem č. 361/2003 Sb. o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů v §14, a prokazuje se opisem z evidence Rejstříku trestů.
- Žadatel o určitou pozici musí dosahovat požadovaného stupně vzdělání pro dané služební místo (v současnosti je to však minimálně středoškolské vzdělání s maturitní zkouškou).
- Je požadovaná zdravotní způsobilost pro výkon služby.
- Psychická způsobilost pro výkon služby je upravena vyhláškou MV č. 487/2004 Sb. , jejíž prověřování probíhá formou psychologického vyšetření, které je zaměřeno na zjišťování osobnostních předpokladů potřebných pro výkon služby. Uchazeči absolvují celodenní vyšetření, v jehož průběhu vyplňují osobnostní dotazníky, podrobují se testům zaměřeným na výkon a absolvují řízený rozhovor s psychologem. Výsledkem je komplexní posouzení vhodnosti osobnosti uchazeče pro výkon služby. Psychologické vyšetření mohou provádět pouze psychologická pracoviště policie nebo ministerstva vnitra. V případě, že uchazeč nesplní kriteria

nutná pro přijetí, může další psychologické vyšetření podstoupit nejdříve za dva roky.

- Fyzická způsobilost k výkonu služby, jejímž cílem je prověřit úroveň rozvoje pohybových schopností a dovedností uchazeče nezbytných pro výkon služby. Prověřování se uskutečňuje formou testů tělesné zdatnosti před komisí. Jednotlivými disciplínami, které uchazeč musí splnit v požadovaném rozmezí, jsou: člunkový běh, celomotorický test, klik vzpor – ležmo a běh na 1 000m.
- Policista také nesmí být členem žádné politické strany či hnutí a nesmí vykonávat živnostenskou či jinou výdělečnou činnost a nesmí být členem řídicích či kontrolních orgánů právnických osob, které vykonávají podnikatelskou činnost.

V rámci průběhu přijímacího řízení si pak PČR ověřuje, zda uchazeč splňuje výše uvedené podmínky pro přijetí, jejichž součástí je i komplexní zdravotní prohlídka, psychologické vyšetření a проверка tělesné zdatnosti. Přijetí do služebního poměru pak nelze odepřít z diskriminačních důvodů, jakými jsou: věk, rasa, barva pleti, pohlaví, sexuální orientace, víra nebo náboženství, politické či jiného smýšlení, národnost, etický nebo sociální původ, majetek, rod, manželský nebo rodinný stav. Policistou by se měl stát takový občan, který chce ve svém životě zastávat a ctít zákon, přistupovat individuálně a spravedlivě ke každému občanovi (bez diskriminace) a prohlubovat svoje znalosti a odbornou kvalifikaci. (Vokuš, 2010; Policie ČR – oficiální stránky) V den nástupu k výkonu služby je pak povinností a podmínkou pro nástup každého policisty složit služební slib: „*Slibuji na svou čest a svědomí, že při výkonu služby budu nestranný(á) a budu důsledně dodržovat právní a služební předpisy, plnit rozkazy svých nadřízených a nikdy nezneužiji svého služebního postavení. Budu se vždy a všude chovat tak, abych svým jednáním neohrozil(a) dobrou pověst bezpečnostního sboru. Služební povinnosti budu plnit řádně a svědomitě a nebudu váhat při ochraně zájmů ČR nasadit i vlastní život.*“ (Vokuš, 2010, s. 8)

Po přijetí je nový policista ustanoven na služební místo, které vyjadřuje jeho organizační a právní postavení v bezpečnostním sboru, a je jmenován do služební hodnosti (která je charakterizována stupněm a oborem vzdělání, náplní služební činnosti, rozsahem oprávnění a povinností). Kariérní postup je pak upraven opět Zákonem o služebním poměru policisty. (Vokuš, 2010; Policie ČR – oficiální stránky)

Základní odborná příprava a další vzdělávání policistů

Zákon o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů stanoví ke každé služební hodnosti příslušníka PČR minimální požadovaný stupeň dosaženého vzdělání. Při prvním přijetí do služebního poměru je policista přijat na dobu určitou. Nově přijatí policisté ke službě pořádkové, železniční, dopravní, cizinecké policie, popř. ochranné služby jsou po přijetí povinni absolvovat základní odbornou přípravu (tzv. ZOP). Ta poskytne policistovi potřebné dovednosti a vědomosti k výkonu jeho dalšího povolání.

Základní odborná příprava je rozdělena na část teoretickou a část odborné praxe, která probíhá zpravidla jeden měsíc před zahájením a jeden až dva měsíce po skončení teoretické části. Celková délka trvání odborné přípravy je pak závislá na výši vzdělání daného jedince:

- Pro absolventy středních škol s maturitou je celková délka trvání ZOP devět měsíců. Teoretická část je v rozsahu cca šesti měsíců.
- Policisté zařazení do služby cizinecké policie mají celkovou délku základní odborné přípravy v rozsahu dvanácti měsíců. Teoretická část je v trvání cca deseti měsíců a část řízené praxe v trvání dva měsíce.
- Absolventi vysokých škol právního směru absolvují teoretickou část ZOP v délce trvání deseti týdnů formou kombinovaného studia (střídání výuky ve škole s výkonem služby na útvaru a s rozložením délky výuky od pěti do devíti měsíců dle kapacitních možností školy).
- Absolventi jiných vysokých škol absolvují teoretickou část výuky v rozsahu dvanácti týdnů stejnou formou. Řízená praxe probíhá u absolventů vysokých škol jeden měsíc ve školním policejním středisku a dva měsíce na vybraných útvarech nebo školním policejním středisku krajského ředitelství policie, kde je policista zařazen.
- Absolventi civilního směru Policejní akademie ČR absolvují pouze část řízené praxe, a to ve stejném rozsahu a formě jako ostatní vysokoškoláci.

Vědomosti a dovednosti získané v rámci ZOP jsou obsahem služební zkoušky, jejíž vykonání je jednou z podmínek pro zařazení policisty do služebního poměru na dobu neurčitou. Policista má nárok tuto zkoušku vykonat nejdříve šest měsíců a nejpozději měsíc před uplynutím doby, po kterou je zařazen do služebního poměru na dobu určitou. Své profesní kompetence policisté nadále trvale rozvíjejí v rámci pravidelné služební přípravy. K objek-

tivnímu posouzení jejich profesionálních kvalit, úrovně jejich teoretických znalostí, které uplatňují během výkonu služby, ale také k jejich motivaci a dalšímu rozvoji slouží pravidelné služební ohodnocení. Každý policista ve služebním poměru na dobu neurčitou jej musí podstoupit alespoň jednou za tři roky. Další možné vzdělávání policistů probíhá v rámci dalšího odborného vzdělávání, které je tvořeno systémem specializačních kurzů. (Vokuš, 2010, *Policie ČR – oficiální stránky*)

Důležitá oprávnění policisty

Policistům jsou dána oprávnění, a to Zákonem o PČR, která jim umožňují plnit jejich úkoly. Bez těchto oprávnění by výkon úkolů PČR nebyl prakticky možný. K těm nejvýznamnějším rozhodně patří omezení osobní svobody. Každé omezení však má svá pravidla, kterých se policisté musí držet a musí při nich být respektována základní lidská práva a svobody (zadržená osoba např. nesmí být podrobena krutému nebo ponižujícímu zacházení a nesmí s ní být zacházeno způsobem, který nerespektuje lidskou důstojnost). Za podmínek stanovených zákonem je policista také například oprávněn odebrat věc nebo zbraň, pokud hrozí nebezpečí, že jí bude neoprávněně užito k násilí nebo pohrůzce násilím. Policista také může zastavit dopravní prostředek a provést jeho prohlídku anebo použít technický prostředek k zabránění odjezdu vozidla. Příslušníkům PČR je též umožněno vstoupit bez souhlasu uživatele do obydlí a jiného prostoru či pozemku a provést tam potřebné úkony nebo jiná opatření v případě, že věc nesnese odkladu a vstup tam je nezbytný pro ochranu života nebo zdraví osob anebo pro odvrácení závažného ohrožení veřejného pořádku a bezpečnosti. Významným a poměrně novým oprávněním policisty v zájmu prevence domácího násilí je možnost vykázaní osoby z bytu nebo domu společně obývaného s osobou ohroženou jejím útokem. Vykázaní je upraveno v Zákonu č. 273/2008 Sb., o Policii České republiky, hlava VII §44 – 47. V případě, že je možno důvodně předpokládat, že se určitá osoba dopustila a znovu dopustí nebezpečného útoku proti životu, zdraví, svobodě nebo lidské důstojnosti, je policista oprávněn vykázat ji nejen ze společného obydlí, ale i jeho bezprostředního okolí.

Při jakémkoli zákroku je také policista oprávněn použít donucovací prostředky či zbraň, k jejichž použití byl vycvičen. Jejich užití však vždy musí splňovat zákonem stanovené podmínky. Dle zákona č. 273/2008 Sb., o Policii ČR, hlava IX, § 52 mezi donucovací prostředky řadíme:

- hmaty, chvaty, údery a kopy

- slzotvorný, elektrický nebo jiný obdobně dočasně zneschopňující prostředek
- vrhací prostředek mající povahu zbraně podle jiného právního předpisu s dočasně zneschopňujícími účinky
- vrhací prostředek, který nemá povahu zbraně podle § 56 odst. 5
- zastavovací pás, zahrazení cesty vozidlem a jiný prostředek k násilnému zastavení vozidla nebo zabránění odjezdu vozidla
- vytlačování vozidlem
- vytlačování štítem
- vytlačování koněm
- služební pes
- vodní stříkač
- zásahová výbuška
- úder střelnou zbraní
- hrozba namířenou střelnou zbraní
- varovný výstřel
- pouta
- prostředek k zamezení prostorové orientace (*Zákon č.273/2008 Sb., o Policii České republiky*)

Při použití donucovacího prostředku je policista vždy povinen dbát na to, aby nezpůsobil osobě újmu nepřiměřenou povaze a nebezpečnosti jejího protiprávního jednání. Především při použití zbraně je policista vždy povinen dbát veškeré nutné opatrnosti, aby především neohrozil život jiných osob a co nejvíce šetřil život osoby, proti níž zákrok směřuje. (*Vokuš, 2010; Vangeli, 2011; Zákon č.273/2008 Sb., o Policii České republiky*)

Omezení vyplývající ze vzniku služebního poměru

Z práce policisty vyplývají nejen práva, ale samozřejmě i povinnosti, které jsou zohledněny v podmínkách pro přijetí. Vzhledem k charakteru policejní práce musí samozřejmě i policista dodržovat kázeň a přispívat tak k dobré pověsti a obrazu policie. Na policistu se vztahují dokonce i zvláštní omezení základních práv. S prací policisty jsou totiž neslučitelná některá další povolání, např. nemohou být členem politické strany či hnutí a nemohou ani vykonávat činnost v jejich prospěch. Policista též nesmí být členem řídicích

nebo kontrolních orgánů subjektů, které provozují podnikatelskou činnost, a nesmí vykonávat ani jinou výdělečnou činnost nebo službu podle zákona o služebním poměru s výjimkou těch činností, jež jsou uvedeny v interním předpisu. (*Policie ČR – oficiální stránky*)

2.1.2 K některým službám a útvarům PČR

2.1.2.1 Služba pořádkové policie

Ta představuje základní pilíř PČR. Je nejpočetnější službou, co se počtu policistů týče, a nejuniverzálnější, co do obsahu činnosti. Bezpečnost osob i majetku ve městech i na venkově a ochranu veřejného pořádku zajišťuje zhruba 19 000 policistů. Plní úkoly v trestním, přestupkovém i správním řízení, dohlíží na bezpečnost a plynulost silničního provozu a také na bezpečnou dopravu osob či přepravu zásilek po železnici.

Přímý kontakt s veřejností zajišťuje síť obvodních oddělení na území celé republiky a místních oddělení na území hlavního města Prahy. Policisté zde vykonávají nepřetržitou dozorní službu, aby byla zajištěna především trvalá akceschopnost. Dozorní služba přijímá oznámení, žádosti a další podněty a obstarává styk se všemi, kterým policie poskytuje své služby a se kterými při tom spolupracuje. Obchůzková a hlídková služba je pak nejviditelnější činností pořádkové policie. Při své činnosti policisté vykonávají preventivní službu, když zabraňují přestupkům a trestným činům a odhalují jejich pachatele. Též velmi často provádějí prvotní opatření na místě činu a pátrají po hledaných a pohřešovaných osobách a věcech.

V přestupkovém a trestním řízení se příslušníci pořádkové policie zaměřují především na drobnou majetkovou kriminalitu a další delikty (především ty nejrozšířenější a veřejnost nejvíce obtěžující). Zabývají se též preventivní činností spočívající především v úzké spolupráci s obcemi a jejich obyvateli. V rámci dnešního moderního pojetí policejní práce kladoucí důraz především na službu veřejnosti, se tato preventivní služba někdy označuje anglickým výrazem Community Policing. Jeho smyslem je zapojení veřejnosti do policejní práce tak, aby se zvýšila její efektivita, a současně zapojení policisty do veřejného života tak, aby se zvýšila jeho společenská prestiž (je v tom zahrnuta např. spolupráce a navazování bližšího kontaktu s občany všech věkových kategorií – důchodci, studenti,

minority; provádění přednášek; atraktivní ukázky policejní činnosti na veřejných událostech apod.). (*Vokuš, 2010; Policie ČR – oficiální stránky*)

2.1.2.2 Pořádkové, zásahové a pohotovostní jednotky

Pořádkové jednotky

Součástí služby pořádkové policie jsou i pořádkové jednotky. Ty plní specifické úkoly v rámci ochrany bezpečnosti osob a majetku, spolupůsobí při zajišťování veřejného pořádku a provádějí bezprostřední opatření k jeho obnově v případě, že dojde k jeho narušení. Příslušníci pořádkových jednotek jsou vybaveni speciální výstrojí, ke které patří např. protiúderové komplety, ochranné přilby, masky, štíty, a výzbrojí (např. tonfy, zásahové výbušky nebo slzotvorné granáty). Jsou zapojeni především do rozsáhlých bezpečnostních akcí, které svou povahou a charakterem vyžadují nasazení většího počtu policejních sil a prostředků. Můžeme se s nimi setkat např. při rizikových demonstracích, průvodech nebo sportovních akcích. V této souvislosti bychom měli zmínit též významnou roli tzv. policejních antikonfliktních týmů jejichž úkolem je předejít protiprávním jednáním za pomoci komunikace s účastníky rizikových akcí. Pořádkové jednotky se nasazují též při pátracích akcích a při plnění úkolů integrovaného záchranného systému v případě živelných pohrom či průmyslových havárií. (*Vokuš, 2010*)

Zásahové jednotky (ZJ)

Zásahové jednotky patří mezi speciální útvary Policie ČR a jsou určeny především k zákrokům proti ozbrojeným pachatelům závažné trestné činnosti (jejich zadržení a zatýkání), u kterých je vysoké riziko hrozby použití střelné zbraně. K jejich dalším úkolům však patří i povolání v situacích nutnosti ochrany či obnovy vnitřního pořádku a bezpečnosti či pomoc při záchranných akcích (v případě katastrof, živelných pohrom či průmyslových havárií). Též provádějí opatření namířená proti teroristům a únoscům osob a dopravních prostředků a je možné je nasadit i pro úkoly, které souvisí s ochranou objektů nebo s přepravou nebezpečných látek a věcí, případně přepravou cenností.

Zásahová jednotka v Praze zahájila svou činnost 1. 11. 1990. Další ZJ začaly vznikat v letech 1992 – 1994 a v současné době existuje osm krajských ZJ plus Útvar rychlého nasazení (URNA).

V ČR tedy máme:

- útvar rychlého nasazení (ÚRN) - celorepubliková působnost
- zásahová jednotka hl.m. Prahy – Praha
- zásahová jednotka Brno - Jihomoravský kraj
- zásahová jednotka Ostrava - Moravskoslezský kraj
- zásahová jednotka Plzeň - Plzeňský kraj
- zásahová jednotka Ústí nad Labem - Ústecký kraj
- zásahová jednotka střední Čechy - Středočeský kraj
- zásahová jednotka České Budějovice - Jihočeský kraj
- zásahová jednotka Hradec Králové - Královehradecký kraj
- dalšími speciálními jednotkami v ČR jsou: skupina operativního nasazení (SON), celní správa (celorepubliková působnost) a zvláštní jednotka alfa-omega Olomouc - Olomoucký kraj. (*Vokuš, 2010; Buchtela, 2010*)

Podmínky pro uchazeče do týmů ZJ jsou velmi náročné a prověřují člověka nejen po fyzické, ale také po psychické stránce jeho osobnosti. Příslušníkem takového útvaru se může stát pouze osvědčený policista s minimálně tříletými zkušenostmi z výkonu služby. Ten pak prochází složitým přijímacím řízením, na jehož konci je úspěšná jen hrstka ze všech počátečních kandidátů. Součástí přijímacího řízení jsou složité fyzické i psychické testy, ve kterých kandidát prokazuje svou způsobilost obstat požadavkům práce. Uchazeč musí projevit nejen fyzickou zdatnost a odolnost, ale i psychickou sílu své osobnosti – schopnost rychle se rozhodovat, odolávat spánkové deprivaci či nedostatku jídla, nepanikařit, zachovat si rozvahu a též umět spolupracovat s ostatními a to i za velmi stresujících a nebezpečných podmínek. Ani po projití výběrovým řízením však uchazeči nemají zcela vyhráno. V některých jednotkách jsou přijati pouze „na zkušenou“. Teprve v této době se ukáže, zda jsou schopni pracovat, přizpůsobit se a zapadnout do již stávajícího kolektivu a zda se tedy mohou stát jeho součástí. Tento aspekt je velmi důležitý, protože práce ZJ je především prací kolektivní. Jednotliví členové musí cítit absolutní důvěru jeden k druhému, protože na dobré kolektivní práci a schopnosti ostatních závisí jejich životy. Výcvik členů těchto týmů zahrnuje především taktickou přípravu prováděných úkolů, střeleckou přípravu, sebeobranu a kondiční trénink. V každé ZJ jsou pak nezbytností i členové s rozšířenou specializací, jako jsou např.:

- Pyrotechnici, kteří dokážou zneškodnit výbušné nástrahy. Na starost mají i různou munici, zásahové výbušky, dýmovnice, slzotvorné prostředky, střelivo do vrhačů a podobně.
- Odstřelovači, kteří se rekrutují z nejlepších střelců ZJ. Jejich hlavním úkolem je zajistit bezpečnost zásahové skupiny při zákroku.
- Vyjednávači, kteří jsou speciálně psychologicky vyškoleni na komunikaci s pachatelem.
- Potápěči, kteří jsou speciálně vyškoleni pro práci pod vodou. Důležití jsou např. při pátrání po utonulých obětech či při pátrání po důkazech, kterých se pachatelé ve vodě chtěli zbavit. (*www.zasahovejednotky.wbs.cz; Policie ČR – oficiální stránky*)

Pohotovostní jednotky

Pohotovostní jednotky pořádkové policie slouží k posílení výkonu hlídkové služby a provádějí zejména zákroky proti pachatelům trestných činů přímo na místě činu. Zasahují například na základě signálu, že došlo k narušení chráněného objektu, nebo na základě telefonátu na linku tísňového volání 158. (*Vokuš, 2010*)

2.1.2.3 Poříční a železniční oddělení, policejní potápěči

Policisté zařazení k poříčním oddělením se starají o ochranu bezpečnosti osob a majetku a chrání veřejný pořádek na významných vodních plochách a vodních tocích.

Železniční oddělení jsou zřízena v místech, kde se nacházejí významné železniční stanice, a plní zde obdobné úkoly jako ostatní oddělení pořádkové policie. Zaměřují se ovšem na dopravu cestujících a přepravu nákladů po železnici.

V současné době slouží v řadách policie ČR okolo devadesáti výkonných potápěčů s výcvikovou základnou na Brněnské přehradě. Tito specialisté provádějí obzvláště náročné potápěčské práce související zejména s hloubkovým potápěním. Další policejní potápěči jsou zařazení též k poříčním oddělením, k zásahovým jednotkám a ve službě rychlého nasazení. (*Vokuš, 2010*)

2.1.2.4 Služební kynologie a hipologie

Služební kynologie (výcvik psů a psovodů) a služební hipologie (výcvik koní a jejich jezdců) pro výkon policejní služby rozhodně stále má své místo ve službách policie a svého významu stále nabývá.

Policie ČR využívá k plnění úkolů zhruba 800 služebních psů, z nichž je většina cvičena k hlídkové službě a k pátrání po osobách a věcech. Část z nich se však úzce specializuje například na vyhledávání drog, zbraní, střeliva a výbušnin či na vyhledávání ukrytých lidí a lidských ostatků.

Služební hipologie u nás byla obnovena v roce 1991. Policisté na koních vykonávají hlídkovou službu zejména v těžko přístupných či ekologicky citlivých a ohrožených lokalitách. Osvědčují se jak při pátracích akcích, tak při ochraně veřejného pořádku. (*Vokuš, 2010*)

2.1.2.5 Služba dopravní policie

Úkoly této služby spočívají zejména v dozoru a dohledu na bezpečnost a plynulost provozu na pozemních komunikacích, v kontrole dodržování podmínek v rámci provozování silniční dopravy a v šetření dopravních nehod. Existuje též pracoviště dopravního inženýrství, které plní další specializované úkoly. (*Vokuš, 2010; Policie ČR – oficiální stránky*)

2.1.2.6 Služba pro zbraně a bezpečnostní materiál

V rámci této služby je vykonávána státní správa ve věcech zbraní, střeliva a pyrotechnického průzkumu. Plnění úkolů policie ČR vyplývá ze zákona č. 119/2002 Sb., ve znění pozdějších předpisů o zbraních, zákona č. 61/1988 Sb., o výbušninách, zákona č. 310/2006 Sb., o nakládání s bezpečnostním materiálem a zákona o hornické činnosti a státní báňské správě.

Toto pracoviště též vydává zbrojní průkazy, zbrojní licence a evropské zbrojní pasy, organizuje zkoušky odborné způsobilosti žadatelů o vydání zbrojního průkazu a provozuje registr zbraní. (*Vokuš, 2010; Policie ČR – oficiální stránky*)

2.1.2.7 Operační střediska

Operační střediska jsou zřízena na všech úrovních organizace policie ČR. Hlavním posláním je dohlížet na jednotné a koordinované plnění úkolů v nepřetržitém provozu. *(Vokuš, 2010; Policie ČR – oficiální stránky)*

2.1.2.8 Služba cizinecké policie

Do její působnosti spadá zejména plnění úkolů vyplývajících ze zákona o pobytu cizinců na území ČR. Podílí se však také na plnění dalších úkolů vyplývajících z mezinárodních smluv a právních předpisů Evropského společenství. Pracoviště cizinecké policie působí na celém území státu a vykonávají státní dohled a správu ve věcech povolování vstupu a pobytu cizinců pro danou zemi, rozhodují o případném odepření vstupu nebo o správním vyhoštění cizince. *(Vokuš, 2010)*

2.1.2.9 Cizinecká policie na mezinárodních letištích

Pracoviště cizinecké policie provozuje svou činnost na mezinárodních letištích, kde jsou zřízeny hraniční přechody. Představují tak významné kontrolní body vnějších hranic zemí Schengenského prostoru. *(Vokuš, 2010)*

2.1.2.10 Letecká služba

Tradice bezpečnostního letectva v ČR sahá až do roku 1935, kdy byly zřízeny tzv. četnické letecké hlídky. Ochrana vzdušného prostoru státu byla jejich hlavním úkolem. V dnešní době plní tato služba odlišné poslání. Policejní letci a jejich stroje jsou v neustálé pohotovosti, aby byli schopni v případě potřeby poskytnout okamžitou vzdušnou podporu policejním akcím k ochraně lidských životů a zdraví či majetku. Posádky podnikají záchranné, zásahové, pátrací, hlídkové a průzkumné lety. Policejní letectvo zastává též významnou pozici v rámci integrovaného záchranného systému, což znamená, že vzlétá k závažným dopravním nehodám, požárům, záplavám nebo jiným přírodním katastrofám a haváriím. *(Vokuš, 2010; Policie ČR – oficiální stránky)*

2.1.2.11 Pyrotechnická služba

Nález munice, podezřelého předmětu, telefonické sdělení o tom, že je někde uložena „bomba“, jsou těmi nejčastějšími důvody zákroků pyrotechnické služby. Výjezdové skupiny pyrotechnické služby jsou schopny provést zákrok kdykoli a kdekoli na území ČR. Ke své činnosti využívají nejen moderní techniku, ale též speciálně vycvičené psy. (*Vokuš, 2010*) Mezi činnosti vykonávané pyrotechnickou službou patří:

- a) výkon pyrotechnických prací při vyhledávání a zneškodňování munice
- b) výkon pyrotechnických prací při prověřování podezřelých předmětů, vyhledávání a zneškodňování nástražných výbušných systémů
- c) výkon v oblasti kriminalistické pyrotechniky (*Policie ČR – oficiální stránky*)

2.1.2.12 Ochranná služba – ochrana prezidenta republiky

Tato služba zajišťuje trvalou ochranu prezidenta ČR a jeho manželky. Též dohlíží na bezpečnost bývalého prezidenta po skončení jeho funkčního období. Zabývá se rovněž ochranou zahraničních návštěv, kterým je tato ochrana zajištěna v průběhu celého pobytu na území ČR, což je ustanoveno v mezinárodních smlouvách. (*Vokuš, 2010; Policie ČR – oficiální stránky*)

2.1.2.13 Ochranná služba – ochrana ústavních činitelů

Tato služba je v rámci své činnosti podobná ochranné službě prezidenta ČR, avšak chrání a zajišťuje bezpečnost ústavním činitelům stanoveným vládou ČR. Poskytuje jim osobní ochranu, stará se o jejich bezpečnou přepravu a provádí komplexní bezpečnostní opatření v místech jejich pohybu a pobytu. (*Vokuš, 2010; Policie ČR – oficiální stránky*)

2.1.2.14 Služba kriminální policie a vyšetřování

Policisté zařazení k této službě se zabývají odhalováním skutečností nasvědčujících páchání trestné činnosti, jejíž znaky popisuje trestní zákon, a odhalováním jejich pachatelů.

Kriminalisté se obvykle specializují buď na obecnou kriminalitu (zahrnující mimo jiné trestné činy proti životu a zdraví, proti majetku nebo proti svobodě a lidské důstojnosti), anebo hospodářskou kriminalitu (kam řadíme např. trestné činy proti měně, proti hospodář-

ské kázni nebo činy spojené s daňovou trestnou činností). (*Vokuš, 2010, Policie ČR – oficiální stránky*)

Útvary služby kriminální policie a vyšetřování

V rámci služby kriminální policie působí také další specializované útvary s celostátní působností. Jejich činnost je zaměřena buď na odhalování specifických a zvláště nebezpečných druhů kriminality, anebo poskytování specifického servisu jiným policejním útvarům. Tyto útvary se specializují např.: na odhalování organizovaného zločinu, odhalování korupce a finanční kriminality, patří sem i národní protidrogová centrála či útvar pro dokumentaci a vyšetřování zločinů komunismu. (*Vokuš, 2010; Policie ČR – oficiální stránky*)

2.1.2.15 Kriminálně-technická a znalecká služba

Policie ČR disponuje propracovanou sítí pracovišť kriminálně-technické a znalecké služby, která podporuje činnost kriminalistů na celém území státu. Činnost tohoto oddělení začíná na místě činu tím, že se orientuje na vyhledávání a zajišťování stop a obstarává jejich dokumentaci. Dále jeho práce už pokračuje v laboratoři zkoumáním zajištěných stop, jejich rozbořem, ověřováním hypotéz apod. (*Vokuš, 2010; Policie ČR – oficiální stránky*)

Kriminálně-technický ústav Praha

Je vrcholným pracovištěm PČR specializovaným na výkon kriminálně-technické a znalecké činnosti. Představuje jednak policejní útvar s celostátní působností ale také vědecký ústav s kvalifikací pro výkon znalecké činnosti v oborech kriminalistiky, písmoznalectví, strojírenství, chemie a elektrotechniky.

Kriminálně-technický ústav Praha spravuje celostátní policejní evidence v různých oblastech zkoumání. Patří sem např. národní databáze DNA, ústřední daktyloskopická sbírka, ústřední sbírka balistických stop apod. Tím, že porovnává zajištěné stopy se stopami uloženými v nejrůznějších databázích, napomáhá k odhalení pachatele, a to i s velkým časovým odstupem. (*Vokuš, 2010; Policie ČR – oficiální stránky*)

2.1.2.16 Útvar rychlého nasazení

„S rozumem a odvahou.“ Motto ÚRN – vystihující potřebné vlastnosti a schopnosti každého příslušníka útvaru. Teprve uplatnění rozumu – spolu s odvahou – vede k úspěšnému splnění náročných úkolů, kterými je tento útvar pověřován. (Stehlík, 2011)

Útvar rychlého nasazení (ÚRN – známý též jako URNA), který v roce 2011 oslavil svoje třicetileté výročí, je vysoce specializovaným útvarům Policie ČR určeným zejména k boji proti terorismu. Jeho působnost spadá nejen na území státu, ale má pravomoci i v zahraničí. Pracovní náplň příslušníků ÚRN tvoří především:

- zákroky vůči únoscům osob a dopravních prostředků
- zákroky vůči nebezpečným pachatelům organizované trestné činnosti a jiných zvláště závažných trestných činů
- ochrana českých zastupitelských úřadů a jejich pracovníků v zemích, kde si to žádá vnitřní bezpečnostní situace
- rozvoj taktických postupů a zákroků zaměřených na zneškodnění teroristů a nebezpečných ozbrojených zločinců
- postupy krizového vyjednávání a poskytování metodické pomoci v této oblasti ostatním policejním útvarům

Výcvik členů této jednotky zahrnuje mimo jiné i taktické postupy při zákroku vůči teroristům či zločincům zadržujícím rukojmí, operujícím v různém prostředí a různých budovách nebo pohybujícím se různými dopravními prostředky. Jsou plně schopni uskutečnit zásah vůči pachatelům v letadle, stejně jako ve vlaku nebo v autobuse. Součástí jejich výcviku jsou i taktické postupy při ochraně osob a jejich přepravě v rizikových oblastech.

Týmy této jednotky se plně vyrovnají předním světovým policejním jednotkám stejného určení a udržují s nimi pravidelné pracovní kontakty. URNA se člení na odbory rychlého nasazení (ORN) a speciálních služeb (OSS) a organizační odbor. 24 hodinovou pohotovost vždy drží tzv. pohotovostní jednotka ÚRN, je tvořena z příslušníků ORN a OSS. Vedle velení – tedy velitele pohotovostní jednotky a jeho zástupce - ji tvoří dalších devět bojovníků, pyrotechnik, dva odstřelovači, spojař, analytik, řidič a vyjednávač. Délka

jejich pohotovostní služby je jeden týden. Co se akceschopnosti týče, pokud je jednotka na základně, je připravena opustit objekt zhruba do 15 minut. V mimopracovní době je schopnost jednotky vyrazit do akce nejdéle 90 minut. Navíc i další příslušníci ÚRN, kteří právě nejsou zařazeni k pohotovostní jednotce, jsou schopni vyrazit do akce ve velmi krátkém čase (zhruba do třech hodin může být připraveno k plnění úkolu dalších 60 % příslušníků útvaru s tím, že zbývající policisté musí být akceschopní do 24 hodin). (Vokuš, 2010; Stehlík, 2011; Policie ČR – oficiální stránky)

Policisté zařazení k útvaru rychlého nasazení zakročují v situacích, jakými jsou: vyžádání útvaru pro odhalování organizovaného zločinu, vyžádání národní protidrogové centrály a dalších útvarů služby kriminální policie a vyšetřování.

Parametry náročného výběrového řízení k ÚRN Policie ČR jsou normativně stanoveny nejen zákony, ale i Závazným pokynem policejního prezidenta č.40/2009 a Rozkazem policejního prezidenta č.1/2009. Základní podmínkou, bez níž se není možné výběrového jednání zúčastnit, je splnění základních předpokladů:

- minimálně středoškolské vzdělání s maturitou nebo vyšší odborné vzdělání
- předchozí služební poměr v bezpečnostním sboru ve služební hodnosti inspektora, tedy služební zařazení v 5. platové třídě (služební poměr musí trvat nejméně pět let, nebo musí mít uchazeč ukončeno vysokoškolské vzdělání)
- předpokladem jsou také minimálně velmi dobré výsledky během výkonu služby, které jsou posuzovány díky služebnímu hodnocení
- dalším požadavkem je, aby měl uchazeč oprávnění přístupu k utajované informaci podle zákona 412/2005 Sb. O ochraně utajovaných informací a o bezpečnostní způsobilosti na stupeň utajení Vyhrazené

Přestože má ÚRN v oblasti výcviku a vzdělání značný stupeň samostatnosti, stejně do jisté míry podléhá interním aktům a nařízením, které musí dodržovat. V praxi se to projevuje např. na zbytečně svazujícím požadovaném předpokladu pětiletého služebního poměru či zařazení do páté platové třídy (či absolvování vysokoškolského vzdělání). Vlivem těchto požadavků zbytečně stoupá průměrný věk uchazečů a snižuje počty přihlášených kandidátů (kvůli tomu, že nesplňují některý z těchto požadavků). Je již však připravována novela zákona, která by tyto nedostatky mohla zmírnit.

Vlastní výběrové řízení je pak rozděleno do tří kol:

- 1) V prvním kole nejprve uchazeč podstupuje komplexní lékařské vyšetření. Zde se zjišťuje jeho schopnost zvládat velmi vysokou fyzickou námahu. Poté následuje test tělesné zdatnosti a motorické dovednosti (patří sem běh na 60 a 5 000 m, plavání na 400 m, šplh na laně do výše 4,5 m a překážková dráha na tři kola atd.). V tomto kole uchazeč podstupuje také psychologické vyšetření, které zjišťuje jeho psychické předpoklady pro výkon činnosti za pomoci různých psychodiagnostických metod. Psychická stabilita a odolnost jsou velmi důležitými rysy bojovníků ÚRN. Ředitel útvaru JUDr. Libor Lochman zdůrazňuje důležitost tohoto vyšetření: *„Potřebujeme skromné tvrdé lidi, kteří v pravou chvíli odvedou těžkou a nebezpečnou práci, na kterou se zodpovědně a náročně připravují. Řada policistů, kteří k nám chtěli nastoupit, na tom byla fyzicky výborně, ale neprošli psychotesty“*. (Stehlík, 2011, s. 17) Komplexní psychologické testy trvají šest až osm hodin a jsou zaměřeny na výkonové, osobnostní a interpersonální předpoklady, které stanovují předpisy a specifická interní kritéria. (Vokuš, 2010; Stehlík, 2011; *Policie ČR – oficiální stránky*)
- 2) Pokud uchazeč úspěšně splní psychologické vyšetření, čeká ho druhé kolo výběrového řízení. To je tvořeno sedmidenním testem odolnosti. Tento tzv. „pekelný týden“ je utvořen tak, aby do hloubky prověřil psychický a fyzický stav adeptů a též jejich morální kvality a schopnost ovládnutí se a vycházení s kolektivem i v extrémních podmínkách. Uchazeči jsou během tohoto týdne vystaveni nedostatku spánku a stravy (ale nikoli tekutin). Sleduje se především jejich chování při únavě, spánkovém deficitu a vyčerpání, komplexní odolnost vůči dlouhodobému stresu, míra motivace a odhodlání. V tomto týdnu je uchazeč pod dozorem psychologa, instruktorů výcviku a zkušených příslušníků ÚRN, kteří hodnotí, zda je uchazeč pro práci v útvaru vhodným kandidátem a zda se dokáže adekvátně rozhodovat v kritických nebezpečných situacích a v časovém stresu.
- 3) Ve třetím kole pak zbylí kandidáti absolvují pohovor před výběrovou komisí ředitele ÚRN. Hodnoceny jsou zde všechny dostupné materiály z předchozích kol a též názory všech (psychologa, instruktorů, dalších členů jednotky), kteří měli šanci uchazeče během celého výběrového řízení sledovat a kteří se vyjadřují k jeho vhodnosti či nevhodnosti pro přijetí. Hledají především jedince, kteří jsou klidní, vyrovnaní, mají nadprůměrnou inteligenci, jsou ochotni se učit, měli by být spíše

optimistického smýšlení se smyslem pro spravedlnost, poctivost a svědomitost. Též by jim měla být vlastní pozitivní motivace k práci. Nutností je pro ně pružnost myšlení, osobnostní zralost, emocionální stabilita, sociální přizpůsobivost, odvaha a to nejdůležitější: NESMÍ POSTRÁDAT PUD SEBEZÁCHOVY. Skuteční příslušníci těchto jednotek totiž nejsou žádní supermani typu Rambo. Při své práci se v první řadě snaží omezit přímý kontakt s protivníkem. K přímému kontaktu dochází až v případě, že není jiná možnost, a odehrává se jen v nejnútnejším rozsahu vždy s ohledem na zachování lidských životů, pokud je to jen trochu možné³. (Stilwell, 2007; Vokuš, 2010; Policie ČR – oficiální stránky)

„Jedním z rozhodujících faktorů toho, zda uspějete nebo propadnete jako voják speciální jednotky, je vaše schopnost vyrovnat se s psychickou zátěží. Možná jste schopní, fyzicky silní, inteligentní, dokážete plnit fyzicky i duševně náročné úkoly, pokud však pod tlakem situace ztratíte hlavu, skončili jste. Křik a vztek jsou projevy toho, že jste se přestali ovládat. Možná dokážete jiné přinutit k tomu, aby udělali to, co vy chcete, ztrácíte-li však kontrolu sami nad sebou, ztrácíte také jejich respekt. Již ve vás nebudou vidět velitele s přirozenou autoritou.“ (Stilwell, 2007, s. 81)

Policisté Útvaru rychlého nasazení si musí trvale udržovat vynikající fyzickou a hlavně psychickou kondici, což je zajištěno neustálým výcvikem. Též si musí neustále procvičovat dovednosti ve střelbě a v sebeobraně a současně jsou podrobováni spojovací, výsadkové, topografické, zdravotní či psychologické přípravě. Musí být schopni bezchybně pracovat v nejrůznějších podmínkách, jako např. práce ve výškách, a musí být schopni perfektně řídit motorová vozidla. Někteří členové se pak ještě dále specializují jako pyrotechnici, potápěči nebo odstřelovači. Členové této jednotky musí vynikat ve všech oblastech, protože teprve souhrn všech znalostí a dovedností je zárukou jejich profesionální kvality. (Vokuš, 2010; Policie ČR – oficiální stránky)

3 PŘÍLOHA: Výběrové řízení britského výsadkového pluku (rota „P“).

2.2 Problémy v policejní praxi

Police je sbor nadaný specifickými pravomocemi a působností, z nichž vyplývají zvláštní rysy jejich postavení a chování vůči institucím, skupinám i jednotlivcům. Jak už bylo řečeno, policie je ze zákona i ze své podstaty povinna respektovat, dodržovat a ochraňovat všechny právní i morální normy, tedy ochraňovat život, zdraví a majetek jednotlivců a všechny pozitivních hodnoty společnosti. Zákon do rukou policie svěřil ochranu společnosti před protiprávními a zločinnými útoky, ať již směřují proti kterékoli její části či jednotlivci.

I když dle předchozího odstavce vyznívá, že policie má ve společnosti poměrně jasné vymezení svých funkcí, není tomu tak úplně pravda a profese policisty má v ČR bohužel již dlouho dobu velmi nízkou společenskou prestiž. Ovlivňuje to především silně rozporuplný postoj společnosti vůči policii jako instituci a též skutečnost, že pro profesi policisty jsou vybírání uchazeči z mnohovrstevných společenských řad. Díky tomu se do policie dostanou i jedinci, kteří si přinášejí do nové profese celou řadu návyků, hodnotových postojů a morálních soudů typických pro průměrný občanský postoj, který je v řadě aspektů rozporuplný s požadovanou společenskou morálkou policisty a právním řádem jako takovým. Obsah takových hodnotových a morálních postojů nebo životních návyků se dostává do konfliktu s posláním policisty jako osoby, která by měla striktně stát na pozicích ochrany práva, života, zdraví, majetku, svobody a důstojnosti občanů.

Na policistu ve službě pak působí řada vlivů a tlaků, kterým jako běžný občan vystaven nebyl. Nejvýznamnějším faktorem vůbec je pak negativní vztah občanské společnosti k policii a nedostatečný respekt k její společenské funkci, což je podtrhováno i ve veřejnoprávních médiích či v rámci politických střetnutí s některými politiky. K tomu všemu jsou neustále ustanovovány komise a inspekce, které mají hodnotit výkon policistů a jejich jednání a chování ve výkonu služby. Je samozřejmě správné, že takové instituce vznikají a že dochází k podrobnému zkoumání jejich jednání v rámci prevence policejní kriminality a též v rámci omezení jejich „moci“, aby nedošlo k tomu, že policie bude postavena nad zákon. Na druhou stranu by se však mělo s těmito institucemi zacházet opatrně, aby nakonec nevedly pouze k tomu, že policisté ze strachu z porušení předpisů rezignují na jakoukoli aktivní činnost a boj proti protiprávnímu jednání.

Přičteme – li k vytyčeným cílům, požadavkům a vnějším vlivům ještě sebehodnocení policisty (z hlediska jeho společenského a sociálního statusu), které ve velké většině případů nevykazuje ani pocit sociální stability na odpovídající úrovni, které by mělo dosahovat, ani pocit profesní hrdosti a potřebného sebevědomí, jsou tyto faktory základními podmínkami umožňujícími nejen vznik stresu a dalších obtíží, které s ním souvisí, ale i delikvence v řadách policistů až po kvalifikovanou trestnou činnost.

Policisté se v dnešní době setkávají s řadou faktorů, které silně ovlivňují a ztěžují jejich postavení a výkon služby. Navíc se vzájemně ovlivňují a jeden na druhý se nabalují. K těmto problémům patří např.:

- Nedostatečně upravené zákony, které jim dávají jen malé pravomoci a i ty jsou omezeny a podmíněny mnoha faktory, které policista těžko může brát v potaz, pokud má na své rozhodnutí jen několik vteřin.
- Neustále se měnící předpisy rozhodně nepřidávají policistům na jistotě, zda svou práci vykonávají dobře a dle všech platných předpisů.
- Nízké ohodnocení (platy) a neadekvátní ohodnocení policistů rozhodně není v žádném případě motivující (zde se jedná především o policisty na nižších pozicích, kteří jsou ale páteří celého systému).
- Neustálé snižování počtů příslušníků policie z důvodů nedostatku peněz, s čímž souvisí též neustále se zvyšující požadavky se snahou ušetřit což vede k znemožnění řádného výkonu práce (př. když je policistům limitována možnost užití služebního vozu v rámci výkonu služby – aby se ušetřilo).
- V jednotlivých policejních jednotkách často chybí starší kolegové, kteří by „vzdělávali“ ty mladší a předávali jim své cenné zkušenosti. Policie za poslední tři až čtyři roky prodělala cílenou generační obměnu, která však bohužel zapříčinila odchod velkého množství zkušených policistů. To vyvolalo nutnost doplnit volná služební místa, což bylo provedeno bohužel ne vždy kvalitním nábořem uchazečů, což se v současné době odráží jak na výkonu služby, tak na související služební přípravě.
- Řadoví policisté jsou přetíženi administrativní činností, která je pro ně často jedním z nejvíce stresových faktorů vůbec. Není totiž výjimkou, že kvůli administrativní chybě může dojít k propuštění zadrženého pachatele.

- Kriminalita stoupá, pachatelé trestné činnosti jsou čím dál tím důmyslnější, rafinovanější, agresivnější a též lépe ozbrojeni.
- Policista je během výkonu své služby v neustálé nejistotě. Nikdy totiž jasně neví, s kým vlastně na ulici jedná (o jakého člověka jde, zda není ozbrojený, zda to není hledaný zločinec apod.).
- Z důvodů nedostatku financí je řada policistů nedostatečně proškolená v otázkách střelby a sebeobranu.
- Možné použití střelné zbraně se všemi důsledky, které z toho plynou, je velmi stresující záležitostí. Řadoví policisté na takovou možnost často nejsou správně vycvičeni a připraveni. Ačkoli ne každý konflikt ve službě je nutný řešit užitím střelné zbraně, přesto je nutné mít na paměti, že jeden neuvážený výstřel může mít katastrofické celoživotní následky, a proto by se příprava policistů neměla v žádném případě podceňovat.
- Zvyšující se agresivita a kriminalita neohrožuje policii pouze zvenčí, ale je také vnitřní hrozbou. I policie je zevnitř decimována vysokým stupněm latentní i evidované kriminality.

Za této situace lze stěží předpokládat vypracování kvalifikované a důsledné koncepce, která by poměry vládnoucí uvnitř policie zlepšila. Přírozenou reakcí na všechny tyto jevy je nespokojenost, STRES, případně frustrace, která může mít ve výsledku i kriminogenní charakter.

Tento tristní vnitřní stav policie se nutně projevuje navenek. Preventivně bezpečnostní činnost policie je minimální, boj s delikvencí nepřilíš ofenzivní. Policistům chybí jakákoli motivace nutná pro účelný výkon jejich povolání. To vše s sebou nese další důsledky, jakými jsou:

- malá důvěra veřejnosti v policii, nerespektování a agresivní chování
- snížená ochota oznamovat trestné činy
- lhostejnost k páchání trestné činnosti (pokud se nás přímo netýká)
- braní zákona do vlastních rukou
- páchání trestné činnosti
- kriminalita a korupce v řadách policie (*Salvet, 2011; Houdek, 2011; Weisgarber*)

3 Zbraně v rámci výkonu policejní praxe

"I když násilí v obraně vždy bude v očích lidí pevných zásad „smutnou nezbytností“, mnohem horší by bylo, kdyby pachatelé zla vládli spravedlivým." (sv. Augustin, r. 354-430)

K výkonu profese policisty neodmyslitelně patří zbraň, která je součástí jeho výzbroje a slouží jako krajní prostředek v nutnosti obrany. Oprávnění použít zbraň patří beze sporu mezi nejvýznamnější oprávnění při výkonu pravomocí příslušníků Policie. Možnost užití zbraň během výkonu služby podléhá mnoha zákonům, které stanovují podmínky, za kterých je to možné. V tomto institutu pak výrazně vystupuje čl. 2 odst. 3 Ústavy, který říká: „Státní moc slouží všem občanům a lze ji uplatňovat jen v případech, v mezích a způsoby, které stanoví zákon.“ (Vangeli, 2009) Užití zbraně je silným stresovým prvkem. Hrozí:

- vážné zranění, či dokonce usmrcení jiné osoby
- možnost vlastního zranění či smrti
- obava o správnost celého úkonu
- strach z následné administrace a dokazování oprávněnosti užití zbraně
- prověřování inspekcí
- zájem veřejnosti a médií, ve kterých je daný incident nezřídka sugestivně popisován, bez znalosti skutkové podstaty případu i oprávnění příslušníků policie, jak stanovuje zákon apod.

V zákonu o policii ČR č. 273/2008 Sb., se použití zbraně věnuje hlava IX: použití donucovacích prostředků a zbraně. Donucovací prostředky a zbraň jsou věcné (většinou technické - nůž, střelná zbraň apod.) prostředky anebo fyzické úkony (hmaty, chvaty, úde-ry, kopy atd.), které mají za účel přímo působit na tělesnou integritu či psychiku (volní a rozhodovací složku osobnosti) fyzických osob, a to hrozbou jejich použití (vše za zákonem stanovených podmínek zacílené na správné plnění právní povinnosti).

Z hlediska právní povahy úkonů užití donucovacích prostředků – tedy realizace donucovacího úkonu, jehož znakem je použití fyzické síly (případně její hrozby), jde o tzv. bezprostřední zásahy. Ty se vyznačují snahou odvrátit bezprostředně hrozící nebezpečí

ohrožující právem chráněné zájmy. Naléhavost situace zpravidla neumožňuje jiné řešení. (Vangeli, 2009)

Obecné ustanovení § 51 v zákonu o Policii ČR se mluví o tom, že policista je oprávněn použít při zákroku takové donucovací prostředky či zbraň, k jejichž použití byl vycvičen. Tento paragraf přináší úpravu oproti předchozímu § 38 až 41 PČR 1991, který rozděloval donucovací prostředky a zbraně na „standardní“ a „speciální“ a neomezoval jejich užití na některé organizační složky policie. Nově zákon jednoznačně omezuje policistův výběr donucovacích prostředků nebo zbraně (dále jen „prostředky“) v obecném slova smyslu na ty, k jejichž použití byl policista vycvičen (veškeré složky policie většinou používají - jsou vyškoleny k užití standardizovaných prostředků, některé složky jsou však navíc proškoleny v dalších prostředcích, které mohou při své práci využít). Změna však nastává v případě okolností, jež vylučují protiprávnost – typické příklady jsou v nutné obraně a krajní nouzi. V těchto situacích může policista výjimečně použít i prostředků, k jejichž užívání vycvičen nebyl (samozřejmě však nese případnou odpovědnost za následky, které z neodborného použití těchto prostředků plynou). (Vangeli, 2009)

Zaměříme se nyní čistě na situace a okolnosti vztahující se k použití zbraně. Použití zbraně je dále definováno v § 56 (zákon č. 273/2008 Sb., o Policii ČR, Hlava IX). Pod pojmem zbraň rozumíme zbraně včetně střeliva a doplňků zbraně. Výjimkou jsou pak vrhací prostředky mající povahu střelné zbraně, podle jiného právního předpisu mající dočasně zneschopňující účinky. Dále pak bodné a sečné zbraně, výbušniny, speciální výbušné předměty, průlomové pyrotechnické prostředky či speciální náloživo. Zde jsou specifikovány případy, kdy je policista oprávněn použít zbraň. Jedná se tedy o situace (Vangeli, 2009):

a) V nutné obraně (§ 13 TrZ - § 29 nového trestního zákoníku) nebo v krajní nouzi (§ 14 TrZ - § 28 nového trestního zákoníku). Nutnou obranou je myšlena situace, kdy trvá útok či hrozí jeho bezprostřední nebezpečí vztahující se na zájem chráněný právem. Jde buď o nutnou obranu sebe sama, nebo o pomoc v obraně. Typickými případy jsou také útoky na život a zdraví. Použití zbraně policistou však nikdy nesmí být nepřiměřené. Krajní nouzi jsou pak míněny situace, kdy se pomocí zbraně odvrací nebezpečí přímo hrozící zájmu, který je chráněn trestním zákonem. Zde platí, že zbraň nelze použít v případě, ve kterém je možno hrozící nebezpečí odvrátit jinak či ve kterém by způsobený následek byl stejně závažný nebo ještě závažnější než ten, který hrozil.

b) Jestliže se nebezpečný pachatel, proti němuž zakročuje, na jeho výzvu nevzdá nebo se zdráhá opustit svůj úkryt. Pojem nebezpečný pachatel není právně vymezen, nicméně se jím rozumí pachatel závažnějších trestných činů proti životu a zdraví jiných osob či jiného závažného trestního činu, pachatel ozbrojený nebo pachatel, který je z jiných vážných důvodů policistou vyhodnocen v konkrétní situaci jako zvláště nebezpečný pro život a zdraví jiných.

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

d) Nelze – li jinak překonat aktivní odpor směřující ke zmaření jeho závažného zákroku. Závažným zákrokem je myšlen takový zákrok, který směřuje zpravidla proti nebezpečnému pachateli, který svým jednáním výrazně ztěžuje provedení tohoto zákroku.

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

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

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

h) Ke zneškodnění zvířete, které ohrožuje život nebo zdraví osoby. (*Vangeli, 2009*)

K jednotlivým odstavcům se vztahují různá omezení jako:

- Použití zbraně v situacích, které jsou uvedené v odstavcích a) – f) je přípustné pouze za podmínek, že použití jiného donucovacího prostředku by zde bylo zřejmě neúčinné.
- Před použitím zbraně v případech, které jsou uvedeny v odstavcích a) – e), je policista vždy nucen nejprve vyzvat osobu, proti níž zakročuje, aby dobrovolně upustila od protiprávního jednání. Pokud tak neučiní, bude proti ní použito zbraně. Od této výzvy lze upustit pouze v případě, že zákrok nesnese odkladu, protože v ohrožení je život policisty nebo jiné osoby.
- Policista je vždy při používání zbraně nucen dbát nutné opatrnosti. Měl by se v co největší míře vyvarovat ohrožení života jiných osob a měl by se také pokusit co nejvíce šetřit život osoby, proti níž zákrok směřuje. (*Vangeli, 2009; Zákon č. 273/2008 Sb., o Policii České republiky*)

Na použití donucovacího prostředku nebo zbraně se váží ještě další povinnosti a omezení policisty:

„§ 57 Povinnosti policisty po použití donucovacího prostředku nebo zbraně

- 1) *Po použití donucovacího prostředku nebo zbraně, při kterém došlo ke zranění osoby, je policista povinen ihned, jakmile to okolnosti dovolí, poskytnout zraněné osobě první pomoc a zajistit lékařské ošetření. Dále je povinen učinit neodkladné úkony nebo jiná opatření, aby mohla být řádně objasněna oprávněnost použití zbraně.*
- 2) *Zárok, při kterém bylo použito donucovacího prostředku nebo zbraně, je policista povinen bezodkladně ohlásit svému nadřízenému a sepsat o něm úřední záznam s uvedením důvodu, průběhu a výsledku jejich použití. Úřední záznam neseписuje při použití pout podle §54.*
- 3) *Vedoucí policejního útvaru je povinen vyrozumět bez zbytečného odkladu příslušného státního zástupce o zranění nebo usmrcení osoby anebo o škodě nikoli nepatrné, způsobené použitím donucovacího prostředku nebo zbraně.“ (Vangeli, 2009, s. 220)*

„§58 Zvláštní omezení

- 1) *Při zákroku proti zjevně těhotné ženě, osobě zjevně vysokého věku, osobě se zjevnou tělesnou vadou nebo chorobou nebo osobě zjevně mladší 15 let nesmí policista použít údery a kopy, slzotvorný, elektrický ani jiný obdobný dočasně zneschopňující prostředek, obušek ani jiný úderný prostředek, vrhací prostředek mající povahu střelné zbraně podle jiného právního předpisu s dočasně zneschopňujícím účinkem, vytlačování vozidlem, vytlačování štítem, služebního psa, zásahovou výbušku, úder střelnou zbraní, hrozbu namířenou střelnou zbraní, varovný výstřel a zbraň, vyjma případů, kdy útok takové osoby bezprostředně ohrožuje život nebo zdraví policisty anebo jiné osoby nebo hrozí větší škoda na majetku a nebezpečí nelze odvrátit jinak.*
- 2) *Omezení podle odstavce 1 se nevztahuje na použití slzotvorného prostředku, zásahové výbušky a vytlačování vozidlem a štítem, jsou – li použity proti skupině osob.“ (Vangeli, 2009, s. 222 – 223)*

Použití zbraně je pak ještě upraveno v případech jednotného velení.

„§ 59 Zárok pod jednotným velením

1) Při zákroku pod jednotným velením rozhoduje o použití donucovacího prostředku a zbraně velitel zakročující jednotky. O použití donucovacího prostředku a zbraně může na místě zákroku rozhodnout také nadřízený tohoto velitele, který tímto rozhodnutím přebírá velení do ukončení zákroku. Rozhodnutí velitele zakročující jednotky a jeho nadřízeného o použití donucovacího prostředku nebo zbraně musí být zadokumentováno záznamovou technikou se zvukem nebo v listinné podobě.

2) Rozhodnutím podle odstavce 1 přechází na toho, kdo rozhodnutí učinil, odpovědnost za splnění povinností dle § 57, Povinnosti policisty po použití donucovacího prostředku nebo zbraně.“ (Vangeli, 2009, s. 224)

3.1 Výcvik a použití zbraně v PČR

Zbraň je nezbytnou součástí výzbroje policisty v průběhu celého výkonu služby. Její užití je však spojeno s řadou významných aspektů. Policista, který užije zbraň, totiž zasahuje do základních lidských práv a svobod občana. Při použití zbraně proti osobě dochází též k přímému ohrožení zdraví a života. Je tedy nezbytné, aby byli policisté dobře proškoleni k jejímu užívání (aby si byli naprosto jistí při manipulaci se zbraní i při samotné střelbě). Proškolení a výcvik užívání zbraně by se tak měl stát jedním z hlavních cílů služební přípravy. Jistota ve správném a účelném užívání zbraně nesouvisí „jen“ s bezchybnou střelbou a schopností manipulace se zbraní, vyžaduje i výbornou znalost zákonných podmínek vztahujících se k užití zbraně a fyzickou a především psychickou připravenost samotného policisty. Každý policista by totiž měl být naprosto kompetentní, co se užití zbraně týče (znalost zákonů, fyzická a psychická připravenost, schopnost sebevědomé manipulace a užívání zbraně) do té míry, aby zbraň v jeho rukou splňovala účel, který má, a nebyla pouze závažím, které nosí na opasku.

Policejním prezidentem jsou vydána pravidla bezpečnosti zacházení se zbraní v Závazném pokynu č. 4/2009 ze dne 19. ledna 2009. Jsou zde uvedena pravidla pro:

- čl. 1: manipulaci se zbraní
- čl. 2: bezpečnostní kontrola zbraně při výcviku
- čl. 3: bezpečnostní pravidla pro ostré střelby

- čl. 4: bezpečnostní pravidla pro suchý nácvik střelby, nácvik použití donucovacích prostředků a nácvik taktiky služebního zákroku

„čl. 3 – bezpečnostní pravidla pro ostré střelby:

- a) V prostoru střelnice jste povinni se řídit pokyny řídicího střeleb.*
- b) V prostoru střelnice jste povinni dodržovat provozní řád střelnice.*
- c) Před zahájením a po ukončení střeleb proved'te vždy, na pokyn řídicího střeleb nebo cvičení, bezpečnostní kontrolu zbraně, zda je vybitá.*
- d) Při manipulaci se zbraní jste povinni dodržovat bezpečnostní pravidla pro manipulaci se zbraní.*
- e) Ostré střelby lze provádět výhradně v předepsané výstroji a s předepsanou výzbrojí.*
- f) Ostré střelby lze provádět výhradně se sluchátkovými chrániči sluchu a ochrannými brýlemi v ochranné poloze.*
- g) Ochrannými brýlemi se pro účely tohoto pokynu rozumí brýle, které těsně přiléhají k hlavě horní částí brýlí a svým tvarem umožňují ochranu zraku zepředu i z boku, jakož i účelné nasazení a použití chráničů sluchu.*
- h) Prst se klade na spoušť až při míření na terč; pokud zbraň směřuje mimo terč nebo je s ní manipulováno, prst je mimo spoušť natažen podél rámu zbraně.*
- i) Je zakázáno nabíjet zbraň nebo zasouvat do zbraně zásobník bez pokynu řídicího střeleb nebo cvičení.*
- j) Je zakázáno mířit zbraní na osoby nebo mimo vymezený prostor střelby.*
- k) Je zakázáno manipulovat se zbraní nebo ji vytahovat z pouzdra mimo prostory určené řídicím střeleb nebo cvičení.*
- l) Na místě určeném k čištění zbraní je zakázáno manipulovat s jakýmkoliv střelivem.*
- m) je zakázáno střílet z poškozených zbraní nebo závadným či jiným než předepsaným střelivem.*
- n) Je zakázáno zahájit nebo vést střelbu v zakázaném směru střelby nebo po povelu zastavení střelby.*
- o) Je zakázáno odkládat zbraň nebo předávat zbraň jiné osobě bez povelu řídicího střeleb nebo cvičení.*
- p) Je zakázán o zúčastnit se střeleb pod vlivem alkoholu a omamných látek..*
- q) Je zakázáno pohybovat se mimo určený prostor.“ (www.policie-sport.cz, s. 3 – 4)*

V rámci ministerstva vnitra a Policejního prezidia jsou pak vydávány další pokyny, předpisy či interní akty. Ty pak dále upravují např. podmínky zabezpečování, přidělování či nošení služebních zbraní, střeliva či munice týkající se Policie ČR.

Střelecká příprava v rámci ZOP (základní odborné přípravy)

Střelecká příprava u policistů zařazených k základním útvarům policie probíhá nejprve v rámci ZOP – zde spousta nově přijatých policistů získává své vůbec první zkušenosti se zbraní a se střelbou samotnou. První část je spíše teoretická a policisté se zde seznámí s teoretickými pravidly bezpečnosti, rozkazy a nařízeními, které musí znát ve vztahu ke služební zbraní. Tyto zásady se týkají především přidělování, nošení a ukládání služebních zbraní, pravidel bezpečné manipulace se zbraní, osnovy střelby a právní úpravy použití zbraně. Dále se seznamují se základní naukou o zbraních zavedenou u Policie ČR a teorií střelby. Cílem první části střelecké přípravy je především seznámit nově nastupující policisty s konstrukcí zbraní a střeliva, účinkem střeliva, vnější a vnitřní balistikou, naučit je zbraň rozebrat a opětovně ji složit, pravidly údržby, takticko - technickými daty služebních zbraní, ochrannými prostředky atd.

V další fázi je výcvik zaměřen na praktickou manipulaci se zbraní, který je označován též jako tzv. „suchý nácvik“. Tímto pojmem se označuje nácvik manipulace bez ostrého střeliva. Nacvičují se zde především základní střelecké techniky (postoj, držení, míření, spouštění), základní a bezpečná manipulace (nabíjení, vybíjení, tasení zbraně z pouzdra atd.), dodržování bezpečnostních pravidel a cvičení na střeleckých trenažérech.

V poslední části je výcvik cílený především na trénink ostré střelby ze služební pistole. Nejprve je důraz kladen na zvládnutí základní techniky střelby, jako je střelba v neomezeném čase. Postupně je výcvik náročnější a přidává se střelba v omezeném čase, střelecké techniky ve spojitosti s taktikou použití služební zbraně, letmá střelba atd. Tato část je časově nejrozsáhlejší a je završena zkouškou ze střelecké přípravy ve formě splnění prověřkového cvičení ve střelbě pro policisty zařazené ve 2. skupině služební přípravy. (*Žemlička, 2009*)

Během výkonu služby by pak každý policista měl absolvovat pravidelný výcvik ve střelbě a v sebeobraně (četnost výcviku je pak závislá na služebním zařazení). Střelecká příprava policistů je v současné době také upravována formou metodických příruček, nařízení a pokynů, jejichž souhrnným cílem je, aby si každý policista po absolvování ZOP

stále opakoval a zdokonaloval návyky získané během základní odborné přípravy a tyto návyky dovedl následně aplikovat v praxi. Jako součást střelecké přípravy musí každý policista také každoročně složit test z použití střelné zbraně a donucovacích prostředků⁴.
(Houdek, 2011; Žemlička, 2009)

Střelecká příprava ZJ a ÚRN

Střelecká příprava ZJ a ÚRN je podobná. Základem je, aby si každý nový příslušník útvaru osvojil základní návyky. Důležité je osvojení správných technik při střelbě, jakými jsou: správný postoj, pevné držení zbraně, zásady dýchání, míření i samotného spouštění výstřelu. Přísný důraz je kladen na zvládnutí bezpečné manipulace se zbraní, kam patří: nabíjení, přebíjení, odstraňování případných závad při střelbě a také tasení zbraně buď z pouzdra umístěného na noze, nebo z pouzdra určeného pro skryté nošení. Členové těchto jednotek pak cvičí i různé postoje a polohy, ze kterých mohou zahájit střelbu. Výborné osvojení všech těchto návyků významným způsobem ovlivňuje výsledky, kterých policisté dosahují později při vlastní střelbě.

Další fáze přípravy se provádí při mířené střelbě s postupným zrychlováním, kde se střelba zrychluje dle výsledků jednotlivců. Rychlost je hlavním úkolem nácviku, nikdy se tak však nesmí stát na úkor přesnosti. Dále se nacvičuje i přebíjení zásobníků a střelba ze dvou zbraní za sebou.

Při bojové střelbě se pak trénují různé směry, střelba za pohybu, různé otočky, střelba shora dolů a naopak, přenášení a následná střelba na více terčů umístěných vedle sebe i nad sebou. Vrcholem celého výcviku je střelba na čas a po předchozí námaze, prováděná z různých vzdáleností a pozic. Při výcviku bojové střelby již musí být střelecká příprava v souladu s taktickou přípravou a podřízena konkrétní činnosti v týmu. Každý člen týmu totiž plní své úkoly v jasně vymezeném prostoru střelby. Za tento prostor nese plnou zodpovědnost a musí být připraven tak, aby se na něj ostatní mohli absolutně spolehnout.

Další fáze střelecké přípravy, kterou policisté ÚRN absolvují, je bojová střelba s kompletním vybavením, čímž je míněna střelba s ochrannými prostředky, mezi které patří kombinéza, vysoké pevné boty, balistická ochranná vesta, taktická vesta, ochranná přilba, taktické brýle či plynová maska, rukavice a další výstroj a výzbroj, které policisté využívá

4 PŘÍLOHA: Test pro policisty na použití střelné zbraně.

jí při policejních akcích. Neustálým a systematickým procvičováním všech těchto dovedností se výsledky členů těchto jednotek postupně zlepšují a automatizují.

Střelecká příprava má však i další pokračování s kompletním vybavením, tedy za pomoci svítilny, laseru, přístroje pro noční vidění, kolimátoru (zaměřovače) a dalších pomůcek.

Výcvik je kompletován tak, aby co nejvíce odrážel realitu a terén, ve kterém se tyto situace uskutečňují. Proto je kladen důraz na trénink střelby za pohybu, z jedoucího automobilu, prohledávání různých objektů, místností a dalších prostor apod. Při výcviku je počítáno i se zhoršenými světelnými a dalšími podmínkami. Z tohoto důvodu se policisté připravují také při měnícím se osvětlení, případně úplné tmě, při kouři, v prašném prostředí, při hluku a dalších pozornost zhoršujících či odpoutávajících okolnostech.

Zkušenosti a poznatky, které členové jednotek získávají v přímých akcích, ale také při výcviku, jsou průběžně hodnoceny a výsledky jsou pak zohledněny do další střelecké přípravy, aby tak odrážela co nejrealnější situace. Z tohoto důvodu policisté těchto útvarů trénují se zbraněmi a střelivem, které běžně používají při zákrocích. Výcvik je cílen zejména na zvládnutí zbraní, jimiž je útvar vybaven, především pistolí, samopalů, útočných pušek, kulometů, granátometů a brokovnic.

Střelecké přípravě a dalšímu prověřování střeleckých dovedností se příslušníci těchto útvarů skutečně věnují. Je to nezbytné pro úspěšné plnění úkolů, kterými jsou pověřováni. Protože se běžně setkávají s nebezpečnými pachateli závažných trestných činů, kteří jsou zpravidla ozbrojeni, musí být schopni perfektně a profesionálně ovládat svou zbraň bez sebemenšího zaváhání v jakékoli situaci. Výsledky jednotlivců jsou evidovány jednak instruktorem střelecké přípravy, ale také vedením jednotlivých oddělení. (Stehlík, 2011)

3.2 Použití zbraně v reálné situaci

„V okrese Catoosa, státu Georgia, byl 14.4. přibližně v 13.50 hod. zastřelen příslušník policie W.M. ve věku 24 let. Oběť zastavila své vozidlo, vypomohla jinému policistovi, který právě zadržel podezřelého z ozbrojené loupeže. Zatímco byl prohledáván prvním policistou, zmocnil se subjekt brokovnice zn. Magnum ráže .357 patřící oběti. Oběť byla zasažena do krku a břišní dutiny. První policista, ač

také zraněn, opětoval palbu, ale podezřelý z místa činu utekl.“ (Adams, McTernan, Remsberg, 2001, s. 11)

Třiceti dvouletý bezdomovec byl odsouzen ke třinácti letům odnětí svobody za pokus o vraždu dvou policistů, kteří ho přišli zatknout za to, že nesplnil předchozí trest obecně prospěšných prací, který mu byl uložen za pytláctví. Když ho policisté přišli zatknout, zaútočil na ně z bezprostřední blízkosti podomácku vyrobenou zbraní. Zbraň naštěstí selhala, a proto nedošlo ke zranění, nicméně odborníci uvedli, že zbraň byla střelby schopná a že policisté byli v přímém ohrožení života. Obžalovaný u soudu neprojevil žádnou lítost. Jen ho mrzelo, že zbraň špatně sestrojil. (Pokorný, 2008)

„V San pablo, státu California, byl 4.8. přibližně v 11.48 hod. zastřelen policista ve věku 42 let. Policista reagoval na tiché poplašné zařízení místního klenotnictví, které již několikrát předtím vyvolalo planý poplach. Po vstupu do klenotnictví tu našel dva zloděje. Jeden z nich po něm vystřelil z revolveru ráže.38 a zasáhl ho do hlavy. Smrt nastala okamžitě, jeden subjekt byl zatčen v bezprostředním sousedství klenotnictví, druhý subjekt unikl.“ (Adams, McTernan, Remsberg, 2001, s. 12)

Dvaceti sedmiletý policista byl zastřelen během výkonu služby pachatelem – recidivistou s bohatou trestnou minulostí. Policisté chtěli tohoto pachatele zatknout (věděli, že je pravděpodobně ozbrojen). Recidivista se však dostal do auta a začal jím ujíždět. Během pronásledování se nakonec srazil s policejním autem. Když se snažil z místa nehody utéct, zastřelil policistu, který ho pronásledoval. Pachatel byl nakonec také zastřelen policistovým kolegou. (ČTK, 2009)

„V Milwaukee, státu Wisconsin, byl 25.11. přibližně v 17.00 hod. zastřelen hlídkující policista ve věku 27 let. Oběť spolu se svým spolupracovníkem reagovali na tísňové volání z rodinné rozepře v jednom místním obytném domě. Když oběť došla a chtěla zaklepat, objevil se v nich subjekt, který z pušky střelil policistu do prsou. Poté se subjekt ve věku 38let v domě zabarikádoval. Krátce nato se ale vzdal.“ (Adams, McTernan, Remsberg, 2001, s. 12)

Tyto případy jsou bohužel běžnou realitou naší společnosti. Denně umírají lidé násilnou smrtí a policisté nejsou výjimkou. Navíc jsou více ohroženou skupinou, protože vykonávají nebezpečné povolání, jehož podstatou je setkávání a komunikace s potenciálně nebezpečnými lidmi (pachateli trestných činů). Shora uvedené příklady ukazují realitu v její surové podobě. Je pravdou, že příklady z USA se nedají úplně aplikovat na naše poměry, nicméně neměli bychom zapomínat na fakt, že i u nás policisté umírají. V některých případech je na vině sám policista, protože neuplatnil to, co se během výcviku naučil. Jindy je však trestuhodně na vině systém, který je na jejich práci připravuje, protože posílá do ulic policisty, kteří jsou nedostatečně připraveni na krutou realitu a málo si uvědomují nebezpečnost situace a požadavky na přežití. Často jsou však na vině oba faktory. Výcvik probíhající ve třídách, tělocvičně a na střelnici, jakkoli systematicky dobře připravený, často selže v tom, že správně neodráží veškeré nebezpečí skutečného světa. Ač jsou snahy o to, udělat výcvikové situace co nejrealističtější, a výcvikovní instruktoři se snaží simulovat situace běžné praxe, často tyto snahy naráží na nedostatek financí, času, vhodného prostoru, příležitostí a někdy i ochoty samotných policistů.

Není pochyb o tom, že policista je v kritických situacích spojených se střelbou v nevýhodě. Jeho uniforma, označení vozidla a povinnost vydání slovních příkazů jej činí viditelným a snadno identifikovatelným objektem jakéhokoliv potenciálního útočnicka – zatímco pro něho je velmi těžké, ale často i nemožné rozeznat útočnicka předem. Útočnick se může rozhodnout kdy, kde a na koho bude střílet. V případě, že má nataženou a zaměřenou zbraň, potřebuje k zahájení palby zhruba půl sekundy. Policista je na druhou stranu obvykle ovlivňován zásadami, které útočnick nepocituje - morální, právní a psychologické zásady, které mu brání v okamžité a impulzivní akci. Jestliže má policista zbraň v pouzdru, potřebuje minimálně jednu až jedna celé dvě sekundy (oproti půl sekundě útočnicka) k jejímu vytažení a zahájení palby, a to pouze za předpokladu, že je dokonale vycvičený a nadprůměrně obratný. (Adams, McTernan, Remsberg, 2001)

Některé studie z konfrontací z reálného života ukázaly, že jen v jednom procentu střetnutí spojených se střelbou byli policisté napadeni v pravém slova smyslu ze zálohy bez jakéhokoli varování nebo na ně bylo stříleno bezdůvodně. Ve většině případů policisté věděli o možném hrozícím nebezpečí předem. Co víc, ani při náhlém napadení není policista bez naděje. Velká většina policistů

zabitých ve střetech spojených se střelbou by s největší pravděpodobností zůstala na živu, kdyby:

- 1) Rozuměli dynamice ozbrojených konfrontací.*
- 2) Patříčně zhodnotili rizika, která na ně čekají.*
- 3) Plánovali, co dělat v případě ohrožení života.*
- 4) Znali a ve výcviku mistrně zvládali potřebnou taktiku k přežití. (Adams, McTernan, Remsberg, 2001)*

Hodnotit globálně připravenost policistů k použití zbraně není jednoduchý úkol. Situace je samozřejmě diametrálně rozdílná mezi řadovými policisty a příslušníky útvarů ZJ či ÚRN. Pokud mluvíme o problémech a nedostacích ve schopnosti správně užívat zbraň, rozhodně nemluvíme o příslušnících speciálních útvarů, pro které je schopnost zacházet se střelnou zbraní absolutním základem celého výcviku. Jak již vyplývá z předchozího textu, příslušníci útvarů ZJ a ÚRN jsou neustále v užívání zbraně proškolení. Ve výcviku jsou nuceni řešit situace, které jsou velmi podobné těm reálným, a jejich výcvik je neustále upravován dle výsledků hodnocení uskutečněných zákroků. O nepřipravenosti použít zbraň u nich tedy nemůže být řeč.

Jiné je to však u řadových policistů, u kterých tento „problém“ už tak raritní není. Některé výzkumy poukazují na skutečnost, že až 70 % přijatých příslušníků nemá s použitím střelných zbraní žádnou předchozí zkušenost. Co víc, dokonce ani po výcviku mnozí z nich nejsou zběhlí v zacházení se zbraní natolik, aby se s ní mohli účinně bránit. Navíc, i když je prvotní výcvik poměrně dobře (v rámci možností) připraví používat zbraň, bez neustálého a celoživotního výcviku a proškolení to nic neznamená. K tomu, aby měl policista naprostou jistotu v manipulaci a vůbec používání zbraně, je nutností pravidelný, cílený, systematický a především účinný výcvik. Bohužel na to nejsou ani finance ani čas, a proto i když mají policisté povinnost se pravidelně cvičení účastnit (procvičovat střelbu a sebeobranu), neděje se to vůbec v takovém rozsahu, v jakém by bylo potřeba. (Adams, McTernan, Remsberg, 2001)

Nejeden z policistů, který přežil útok spojený se střelbou, se zmožil pouze na vyjádření: „Měl jsem prostě štěstí.“ Se stejnou upřímností pak mnozí z nich připustili, že ač byli na pokraji smrti, kdyby se dostali znovu do podobné situace, nevěděli by stejně, co mají dělat. (Adams, McTernan, Remsberg, 2001)

Žádné dvě konfrontace spojené se střelbou nejsou stejné. Nicméně postupem času díky řadě výzkumů a záznamů se podařilo vyselektovat a popsat určité opakující se znaky, které by měl mít v podvědomí každý policista. Výcvik samozřejmě nikdy nemůže „nahradit“ reálnou situaci a jak už jsme naznačovali, výcvik řadových policistů často nesplňuje a neodráží realitu tak, jak by bylo záhodno.

1) Vzdálenost

Zatímco střelecká příprava na střelnicích často probíhá na cíle vzdálené od 6,5 m do 45 m, realita je jiná. 85% přestřelek mezi policisty a pachateli se odehrála na vzdálenost menší než 6,5m.

2) Světlo

Policisté často trénují na sluncem nebo reflektory ozářených střelnicích, Naproti tomu v reálných situacích jsou nuceni se často vyrovnat se špatnými světelnými podmínkami, jako je šero, minimálně osvětlené chodby či ulice apod. Policista se může snadno ocitnout v situaci, kdy pořádně neuvidí ani na mušku vlastní zbraně. (Adams, McTernan, Remsberg, 2001; Colaprete, 2007)

3) Čas

V reálné situaci dochází ke konfrontacím mezi policistou a pachatelem často nečekaně, bez možnosti přípravy. Policista nemá čas, jako na střelnici, zaujmout správnou pozici, připravit se na střelbu, pořádně zamířit apod. Má pouze několik sekund na to, aby se rozhodl, co dělat a provedl to co nejlépe tak, aby si zachránil život. V mnoha případech rozhoduje o výsledku počáteční výměna střel. Rychlost, s jakou je policista schopen reagovat na nebezpečí, je daleko významnějším faktorem než množství střeliva, kterou má k dispozici.

4) Místo

Střety mezi pachateli a policisty se často odehrávají na místech, které nenabízejí zrovna „ideální“ podmínky. Na místech střetu se často vyskytují další civilisté, které musí policista „chránit“ před zraněním. Pachatel má též často výhodu okamžiku

překvapení a může mít i více času na vyhledání vhodné pozice pro zahájení střelby (což samozřejmě neplatí vždy).

5) Útočníci

Na střelnici policista často střílí na nehybný papírový terč. Naproti tomu realita ho nutí střílet na živý, pohybující se objekt (pachatele), který navíc palbu opětuje. Dochází i k případům, že si pachatel vezme rukojmí jako „živý štít“, a policista pak musí velmi pečlivě zvažovat zahájení střelby a mířit tak, aby nezasáhl rukojmí, ale přitom zneškodnil hrozbu, kterou představuje pachatel.

6) Zbraně

Na klasické střelnici palbu nikdo neopětuje. Policista střílí do terče, který pro něj nepředstavuje žádnou hrozbu. V ulicích však pachatel na palbu nejen reaguje, ale většinou ji i zahajuje. Co víc, zbraně, které vlastní pachatel mohou být dokonalejší a s nečekaným účinkem (v případě, že pachatel vlastní podomácku vyrobenou zbraň, jejíž účinky si často není jistý ani on sám) (*Adams, McTernan, Remsberg, 2001*).

Vždy je nutné mít na paměti, že ve stresu a v krizi se člověk navrácí k chování, které procvičoval při výcviku a které si osvojil. Proto by výcvik neměl být podceňován a brán na lehkou váhu.

3.2.1 Z výpovědí veteránů promlouvajících o svých postřezích a zkušenostech ze střetů spojených se střelbou

Pro lepší ilustraci celé situace nyní uvedeme vybrané otázky a odpovědi z výpovědí pachatelů, kteří zastřelili nebo postřelili policistu, a policistů, kteří byli pachatelem postřeleni.

1) Z výpovědi pachatele ozbrojené loupeže, který při útěku zastřelil policistu.

Otázka:

„V okamžiku, když jste zmáčkl kohoutek, co vám probíhalo hlavou?!

Odpověď:

„Jak utéci. Policista byl hrozbou pro mou svobodu a pro mou chtivost po penězích. Stál mi v cestě.“

Otázka:

„Jak jsou, podle vašeho názoru, chlápci v ulicích připraveni „sejmout“ policistu, kdyby je okolnosti přinutily to udělat?“

Odpověď:

„Domnívám se, že většina lidí v oblastech s vysokou kriminalitou považuje policisty za nepřátele, za hrozbu. Je jasné, že osoba, která nosí ukrytou zbraň, se odmítne podrobit už proto, že má odvahu vlastnit zbraň. Záleží na tom, kdo se komu dostane dřív na kopytku. Jak jednou vytáhnu svou pistoli, je na vás, abyste udělal totéž. Taková je hra. (Adams, McTernan, Remsberg, 2001, s. 24).

2) Zpověď zástupce náčelníka R. „Zip“ Zbinden

Policista byl zavolán k tísňovému volání pro „narušení míru v rodině.“ Matka muže, jež způsoboval problémy, ho vpustila dál. Procházel dlouhou chodbou, když se proti němu najednou objevil pachatel s namířenou střelnou zbraní. Policista se ho snažil „uchlácholit“ řečmi o všem možném, ale přitom se k němu dostat a sebrat mu zbraň.

„... .natáhl jsem ruku, abych uchopil jeho pistoli. Zbraň po jeho boku se zvedla. Byl to nesmírně rychlý pohyb. Okamžitě vystřelil a já jsem byl zasažen v místě, kde nosím kapesní pera. Projel mnou zvláštní pocit. Nepodobalo se to vůbec scénám z televize. Cítil jsem, jako by mě někdo uhodil sevřenou pěstí, a pak mi v prsou probíhalo pálení. Věděl jsem, že je to se mnou špatné. Uchopil jsem jeho zbraň svou levou rukou. Když jsem mu ji odebral, nebyl schopen kontrolovat své pohyby, činnost ani cokoli jiného. Jen tupě a monotónně stál. Vyšel jsem z domu, abych venku vyčkal na posilu a ambulanci. Než se toto stalo, tak jsem si myslíval, že by mi po něčem takovém stačilo zastavit se u telefonní budky a vyměnit si v ní jen šaty. Že mám pod košilí velké rudé „S“ (Superman). Zjistil jsem ale, že jsem jen lidskou bytostí se všemi slabými stránkami a chybami a že jsem zranitelný jako každý jiný.“ (Adams, McTernan, Remsberg, 2001, s. 25)

3) Zpověď vězně, který zastřelil policistu kvůli dopravní jízdence

Otázka:

„Jaký jste měl pocit v okamžiku, kdy jste toho policistu zastřelil?“

Odpověď:

„Neměl jsem vůbec žádné pocity.“

Otázka:

„Z vašich zkušeností – co si myslíte o připravenosti policistů na situace spojené se střelbou?“

Odpověď:

„Myslím si, že mentálně nejsou dobře připraveni. Práci policisty nemůže dělat každý. Vyžaduje schopnost, odvahu, trpělivost, pocit lidskosti. Ale většina policistů má strach, jsou nervózní, mají předsudky. Střílejí a otázky kladou až potom.“ (Adams, McTernan, Remsberg, 2001, s. 26)

4) Seržant Jerry Dunn, který byl postřelen ve střetu s bankovním lupičem

Otázka:

„ Jaký vliv mají podle vašeho názoru filmy a televize na chování policistů, když se dostanou do situace spojené se střelbou?“

Odpověď:

„Ve filmech, když je policista postřelen, strčí do rány kapesník, jde a zneškodní zločince. V další scéně pak už je doma a dává si něco k pití s malou blondýnkou. Tak to všechno ve skutečnosti není.“

Otázka:

„V čem je rozdíl?“

Odpověď:

„V mém případě jsem dostal ránu do stehna. V té chvíli jsem neměl pocit, že jde o vážné zranění. Ale teď vím, že kdybych nebyl tak blízko nemocnice, tak bych býval zemřel během čtyř minut.“

Otázka:

„Jak přesná je asi střelba policisty při střetu?“

Odpověď:

„Domnívám se, že zasáhneme cíl asi z 20% možností. Podezřelí mají daleko lepší průměr; pravděpodobně 40%. Podezřelý ví, co dělá, ale policista nemůže zahájit akci do doby, než začne ten druhý. Pak už však může být příliš pozdě.“

Otázka:

„Co vám v té době probíhalo hlavou?“

Odpověď:

„Pochybnosti. Nemohl jsem uvěřit tomu, že by chtěl někdo zastřelit obyčejného policistu dělajícího svou práci. Proč by se mě měl pokusit zastřelit, když jsem ho chtěl jen zadržet? Dělal jsem to přece už mnohokrát předtím, a tím jsem nabyl dojmu, že se mi nemůže nic stát. Domnívám se, že policisté mají zpravidla pocit, že jsou nepřekonatelní. Udělají svou práci, jdou domů a zítra začnou nanovo. A teď jsem najednou zjistil, že tu je někdo, kdo by raději zemřel, než by se dal uvěznit. Nemohl jsem tomu uvěřit.“

Otázka:

„Jaká byla vaše reakce v okamžiku, když první střela z vašeho revolveru zasáhla podezřelého?“

Odpověď:

„Dodnes nevím, která ze střel ho zasáhla. Po žádném z mých výstřelů se v jeho obličejích neobjevilo vůbec nic zvláštního, žádná reakce. Neměl jsem ani ponětí, jestli jsem ho zasáhl. Ve skutečnosti jsem ani nevěděl, že jsem byl sám zasažen. Cítil jsem jen bolest v noze, která mě donutila poklesnout s ní pod sebe.“ (Adams, McTernan, Remsberg, 2001, s. 26 – 27)

5) Pachatel, který zastřelil během loupeže policistu

Otázka:

„Jak myslíte, že byl připraven on (policista), aby na vás vystřelil?“

Odpověď:

„Domnívám se, že nebyl na střelení vůbec připraven. Dokonce si myslím, že na mě ve skutečnosti ani nechtěl střílet, protože by to jinak pravděpodobně udělal hned na začátku.“

Otázka:

„Myslíte, že chlápci v ulicích jsou na střelení víc připraveni než policisté?“

Odpověď:

„Pravděpodobně ano. Zločinec si je vědom toho, že když na něco jde, tak se může dostat do situace, kdy bude muset střílet. Naproti tomu policista, když se do něčeho dostane, bývá překvapen.“

Otázka:

„Nyní se chce stát váš bratr policistou. Co byste mu přál, kdyby se někdy dostal do situace spojené se střelbou?“

Odpověď:

„Přál bych mu, aby byl lépe vycvičen. Například si myslím, že v mém případě nemělo být pro policistu problémem říci mi nějaké slovo. Kdyby to udělal, mohl mě odzbrojit. Kdyby věděl, co má dělat, nebyl by mrtvý. Je to prosté.“ (Adams, McTernan, Remsberg, 2001, s. 28)

6) Detektiv Jack Fisher, který byl postřelen při pronásledování uprchlého vězně

Otázka:

„Jaký je podle vás rozdíl mezi střílením do papírového terče a střílením na živé lidi?“

Odpověď:

„Hlavním rozdílem samozřejmě je, že papírové terče vám na palbu neodpovídají. Velmi často se také nepohybují, okolí na střelnici vás obvykle neovlivňuje, je tam všude dobré světlo – a tak je to lehké, stává se to rutinou. Zcela rozdílné je to také ve filmech. V nich policista z revolveru zneškodní kohokoli na 200 až 300 m, jeho zbraň není nikdy prázdná, nemusí se obávat, že bude muset v kritickém okamžiku doplňovat munici. Tak tomu ve skutečnosti nikdy není.“

Otázka:

„Řekněme, že bych byl šest měsíců policistou. Jakou radu byste mi dal pro případ, že bych se dostal do střetu s použitím střelných zbraní?“

Odpověď:

„Jestliže si nebudete pamatovat nic jiného, tak si ale zapamatujte, že je třeba okamžitě něco dělat. Pohybovat se, běhat, skákat nahoru a dolů, padnout na zem, ječet, křičet – prostě nějak reagovat a nestát – nebýt pro podezřelého snadno zasažitelným cílem. Cokoli z toho vám může dát určitou výhodu, protože podezřelý bude překvapen, co chcete dělat,

a nezmáčkne kohoutek. To by vám mohlo umožnit vytáhnout zbraň, pokud ji už nemáte venku, a dostat ho dříve, než on dostane vás.“ (Adams, McTernan, Remsberg, 2001, s. 29)

7) Pachatel, který chtěl se svými kumpány vykrást pancéřový automobil. Při tom byl zastřelen jeden policista a dva pachatelovi kumpáni.

Otázka:

„Jak zdatná je podle vašeho názoru většina policistů ve střelbě s pistolí?“

Odpověď:

„Myslím si, že se v mém slovníku nenajdou slova pro vyjádření mizérie, s jakou policisté zacházejí s pistolemi. Když vyndají pistole z pouzder, nesoustředí se a nezpозorní. Jsou velmi nemetodičtí a jednají bezmyslenkovitě. To vede k malé přesnosti a účinnosti střelby. Každý, kdo střílel z pistole, ví, že musí stát při střelbě co nejpevněji.“

Otázka:

„A myslíte, že jste lépe připraven (na střelbu než policista)?“

Odpověď:

„Než průměrný policista, který jde možná jednou týdně do akademie a stráví tam na střelnici deset nebo dvacet minut? Určitě. Kriminálníci studují chování policistů. Já jsem studoval, jak se pohybují, jakou mají citem diktovanou předvídatost. Vždycky jsem pozoroval policistu se zaměřením ne na oči nebo ruce, ale na jeho prsní partie. Mám ve svém vidění zafixována jeho prsa.“ (Adams, McTernan, Remsberg, 2001, s. 30 - 31)

8) Detektiv Jim Rowe, který byl zasažen do krku pachatelem loupeže, který ukradl v zastavárně dvě pistole.

Otázka:

„Jaký je to pocit, když na vás vystřelí někdo, kdo byl lépe připraven než vy?“

Odpověď:

„Měl jsem pocit hrozného vzteku. Věděl jsem, že po zkušenostech z desetileté služby na oddělení jsem měl být obezřetnější. Jemu stačilo, aby se obrátil, vystřelil a zasáhl mě. A já na něho vystřelil devětkrát ze vzdálenosti sotva tři metrů a nevím, jestli jsem ho trefil.“

Otázka:

„Všechno bylo trochu jiné ve srovnání se střelnicí, ne?“

Odpověď:

„ Úplně jiné. Tam jsou papírové terče, nic vás nevzrušuje, nestoupá vám hladina adrenalinu v krvi, neexistuje tam žádné nebezpečí, nemáte strach. Je jednoduché zůstat klidný a mít pevnou ruku, když na vás nikdo nestřílí.“

Otázka:

„Jakých chyb se většina policistů dopouští, pokud jde o jejich přežití?“

Odpověď:

„Jsou přehnaně sebejistí. Myslí si, že jejich modrá uniforma zastaví střelu. Čím déle u policie sloužíte, tím více se čas od času dostáváte do podobných situací. Stáváte se přehnaně samolibým. A to se vám nemusí vyplatit. Jako se to nevyplatilo mně.“ (Adams, McTernan, Remsberg, 2001, s. 32)

3.3 Typy zbraní v policejní praxi

U Policie ČR je zavedeno několik typů služebních krátkých zbraní, které používají řadoví policisté. Nejrozšířenějším typem zbraní, se kterým se policisté v rámci základní odborné přípravy nejčastěji setkávají, je pistole CZ 75 D Compact, která byla po třech letech velmi náročných zkoušek zařazena do výzbroje Policie ČR.

Charakteristika **CZ 75D Compact**⁵ :

Tato zbraň vyniká skvělou ergonomií držení, vysokou přesností střelby, velkou kapacitou zásobníku a je jednou z nejslavnějších českých pistolí. Je odolná, spolehlivá, velmi dobře vyvážená a s nízkou hmotností. Je konstruována tak, aby vyhověla v podmínkách a situacích, které denně vyžaduje moderní ochrana zákona, a jako taková splňuje veškeré současné nároky policejních a armádních složek na celém světě.

- pistole splňuje přísné nároky NATO
- bezpečnostní prvky, jako jsou vypouštění kohoutku, bezpečnostní ozub a blokáce zápalníku, zaručují bezpečnou manipulaci ve všech situacích
- nový tvar spouště je ideální pro hladší a konzistentní chod s nízkým odporem
- tvar lučíku (ochrana spouště) umožňuje střelbu v rukavicích

5 PŘÍLOHA: Pistole CZ 75 D COMPACT.

- pažbičky opatřené rybinou, drážkování přední a zadní části rukojeti pro lepší držení zbraně jsou velkou výhodou
- rukojeť je opatřena očkem pro připevnění závěsné šňůry
- mířidla jsou vybavena třemi luminiscenčními body pro míření za snížené viditelnosti
- vykazuje velmi dobré výsledky při pudové střelbě (bez míření)
- drážky MIL-STD-1913 slouží k uchycení laserového zaměřovače nebo svítilny
- snadná rozborka pro účely čištění
- kovaná hlaveň
- vysoká životnost

Další technické údaje:

Ráže: 9 mm

Hmotnost zbraně s plným zásobníkem: 800 g

Celková délka: 184 mm

Délka hlavně: 92,5 mm

Výška zbraně: 128 mm (*www.czub.cz; Žemlička, 2009*)

Zásahové jednotky, jednotka ÚRN a další speciální jednotky pak při výkonu své práce užívají velkou škálu zbraní.

- **Pistole CZ 75**

Ve výzbroji útvarů se nacházela zhruba od poloviny 80. let až do roku 2006, kdy ji nahradila pistole GLOCK. Problémem totiž bylo, že neumožňovala využití taktického příslušenství, čímž byly limitovány možnosti jejího použití.

Ráže: 9 mm (náboj 9 x 19 Luger)

Úst'ová rychlost: 370 m/s

Hmotnost bez zásobníku: 920 g

Celková délka: 206 mm

Kapacita zásobníku: 15 nábojů

- **Walther P 99**

Tato pistole má řadu charakteristických prvků. V zadní části závěru se nachází rozměrné tlačítko, které funguje jako páka bezpečného vypouštění napnutého úderníku. Příslušníci ÚRN si mohou vybrat mezi touto pistolí a pistolí GLOCK 17.

Ráže: 9 mm (náboj 9 x 19 Luger)

Úst'ová rychlost: 350 m/s

Hmotnost bez zásobníku: 610 g

Celková délka: 180 mm

Kapacita zásobníku: 16 nábojů

- **Pistole GLOCK17**

Rakouská pistole, která se díky své spolehlivosti a odolnosti stala základem výzbroje speciálních jednotek celého světa. Zvláštností této zbraně je, že nemá vnější kohout ani manuální pojistku, nýbrž využívá unikátního systému tří automatických pojistek (Safe Action System). K jejich odjištění tak stačí stisknutí spouštěče. Pistole je nadstandartně bezpečná (což však není na úkor rychlosti). Má k dispozici další příslušenství, např.: prodlouženou hlaveň, tlumič hluku či taktickou svítilnu umožňující vedení střelby za špatných světelných podmínek.

Ráže: 9 mm (náboj 9 x 19 Luger)

Úst'ová rychlost: 370 m/s

Hmotnost bez zásobníku: 625 g

Celková délka: 186 mm

Kapacita zásobníku: 17 nábojů

- **GLOCK 26**

Díky své velikosti je určena pro skryté nošení a sebeobranu. Slouží jako záložní zbraň.

Ráže: 9 mm (náboj 9 x 19 Luger)

Úst'ová rychlost: 340 m/s

Hmotnost bez zásobníku: 560 g

Celková délka: 160 mm

Kapacita zásobníku: 10 nábojů

- **Manurhin MR 88**

Francouzský revolver. V jeho nerezové verzi se dnes používá jen výjimečně, a to u potápěčů.

- **Samopal Heckler & Koch MP5 A5**

ÚRN používá několik typů těchto dnes již legendárních zbraní, které využívají policijní, vojenské a speciální jednotky po celém světě. Jeho hlavní výhodou je kompaktnost a spolehlivost, navíc je vybaven taktickými doplňky. Tento má např. teleskopickou ramenní opěrku a nové provedení těla zbraně.

Ráže: 9 mm (náboj 9 x 19 Luger)

Úst'ová rychlost: 400 m/s

Hmotnost s prázdným zásobníkem: 3 250 g

Celková délka s vysunutou opěrkou: 700 mm

Kapacita zásobníku: 30 nábojů

Kadence: 800 ran/min

Dalšími typy těchto samopalů jsou: Samopal Heckler & Koch MP5 SD6 s integrovaným tlumičem hluku. Stejně jako verze A5 MP5 K je vybaven polouzamčeným závěrem pomocí válečkového systému a umožňuje střílet jednotlivě, třířannou dávkou nebo plnou dávkou.

Samopal Heckler & Koch MP5 K4 je pak nejkratší verzi německého samopalu MP. Používá se všude tam, kde by délka nebo účinnost útočné pušky byla na překážku, např. při ochraně osob, ve vozidlech, uvnitř budov apod.

- **Samopal FN P90**

Patří k samopalům v kategorii zbraní osobní ochrany (PDW – Personal Defense Weapon), protože používá speciální střelivo (náboje 5,7 x 28 mm v různých laboracích a naprosto unikátní podávání nábojů, které se z plastového zásobníku před podáním do komory otočí o 90°). Zbraň je navržena tak, aby ji mohl používat pravák i levák. Má atypický tvar, navržený pro bojovníka pohybujícího se ve stísněném prostoru.

Ráže: 5,7 mm (náboj 5,7 x 28)

Úst'ová rychlost: 716 m/s

Hmotnost bez zásobníku: 2 800 g

Celková délka: 400 mm

Kapacita zásobníku: 50 nábojů

Kadence: 1 000 ran/min

- **26, 5 mm signální pistole vz. 44/81**

Jedná se o signální pistoli české výroby. Je určena k vystřelování světlic a signálních či osvětlovacích nábojů.

- **Samopal vz 58**

Útočná puška s dlouholetou tradicí v československých ozbrojených složkách. Jde o zbraň spolehlivou, přesnou, s účinným dostřelem a dostatečnou energií střely. V současné době byla pro útvar ÚRN připravena verze se zkrácenou hlavní.

- **Heckler & Koch G36K**

Útočná puška používaná speciálními jednotkami nejen v Evropě, ale i v Americe. Pušku lze doplnit svítilnami, puškohledy, kolimátory (zaměřovači) i laserovým zaměřovačem.

- **Heckler & Koch HK417**

Tuto zbraň používají také odstřelovači jako doplňkovou odstřelovací pušku v otevřeném terénu, zvláště při zahraničních operacích.

- **SIG SAUER SSG 3000**

Opakovací puška od švýcarské firmy patří mezi jednu z nejlepších pušek tohoto typu.

- **SAKO TRG 42**

Finská odstřelovací puška používaná ve střelbě na dlouhé vzdálenosti. Je velmi přesná, spolehlivá a se širokou škálou doplňků, které výrazně zvyšují její efektivitu a užitnou hodnotu.

- **ACCURACY INTERNATIONAL AW 97**

Odstřelovací puška AW (Artic Warfare) vyrobená britskou firmou. Má vynikající optický zaměřovač, kvalitní střelivo a mimořádnou přesnost. Patří k ní velké množství příslušenství, např. noční zaměřovač, vynikající tlumič hluku atd.

Ráže: 7,62 mm (náboj 7, 62 x 51 NATO)

Úst'ová rychlost střely: 830 m/s

Hmotnost zbraně: 5, 9 kg

Délka zbraně: 1 180 mm

Kapacita zásobníku: 10 nábojů

Kadence: 1 000 ran/min

- **Dragunov SVD – 1**

Slavná ruská zbraň zavedena v československé armádě v 80. letech. Odtud přešla do výzbroje dalších složek. Je odolná a spolehlivá především při vysazovacích akcích.

- **Brokovnice Benelli M3T Super 90**

Italská brokovnice patřící do kategorie bojových brokovnic. Umožňuje používat různé druhy nábojů, z nichž některé jsou určeny k vystřelování dveřních zámků. Používá se při boji v budovách, k prolamování vstupních dveří a patří výhradně k výzbroji pyrotechniků. *(Stehlík, 2011; Crawford, 1998)*

3.4 Psychologické aspekty nošení zbraně a stejnokroje

Nošení zbraně

Dle současných výzkumů zatím nemůžeme vyvodit závěry, zda nošení zbraně evokuje agresi. Nicméně je potvrzeno, že za určitých okolností může (skutečné či domnělé) nápadné a vyzývavé nošení zbraně vyvolávat ve vnímajícím jedinci agresivní projevy (tzv. weapon elicited agresion). Zautomatizované pohyby policisty, který si i nevědomě v kontaktu s jiným člověkem porovnává uniformu a současně pouzdro se služební zbraní, mohou v jiném člověku vyvolat pocity strachu, úzkosti, potřeby se bránit. Může si je vykládat jako zvýraznění nátlakové pozice policistů, demonstrování síly a moci, bezdůvodné ponižování osobnosti jedince. To vše v něm může vyvolat agresivní jednání, které by se za jiných okolností nedostavilo, anebo agresivní projevy zesílit. Ač výzkumy zatím nedokážou říci, do jaké míry zvyšuje přítomnost zbraně a poukazování na ni agresivní chování ostatních, jedno je jasné. Situační a osobnostní faktory jak samotného policisty, tak druhé osoby velkou měrou ovlivňují výsledek celé události. Proto je policistům doporučováno, aby při kontaktu s občany zbytečně nevystavovali služební zbraň demonstračním způsobem do zorného pole protějšku. Viditelné nošení zbraně totiž může evokovat dva extrémy: snahu o únik z dané situace anebo potřebu se bránit. Je nutné si být vědom tohoto efektu, snažit se ho eliminovat na nejvyšší možnou míru a nedávat tak zbytečnou záminku k nevhodnému chování občanů. *(Čírtková, 2006)*

Stejnokroj

Psychologické výzkumy efektu stejnokroje jsou teprve v počátcích, stejně jako efekt nošení a viditelnosti zbraně. Není potvrzeno, že by uniforma sama o sobě vzbuzovala negativní postoj vnímajícího. Nicméně za určitých okolností může aktivizovat nepříjemné asociace. Vliv uniformy odlišně působí podle prostředí, ve kterém se objeví (jinak působí ve škole, jinak v domově důchodců a jinak na fotbalovém stadionu či při silniční kontrole). Navíc, individuální emoční odezva vnímajícího na uniformu je silně ovlivněna předchozí zkušeností. Důležitým prvkem je též otázka studu, který policisté v domě či bytě mohou způsobit v očích sousedů. Policista těžko tyto faktory eliminuje či vůbec nějak ovlivní. Nicméně opět je potřeba, aby si byl policista vědom faktu, že jeho uniforma může být spouštěčem určitých negativních reakcí vnímajícího, a bral tento fakt v potaz.

Uniforma však nepůsobí pouze na okolí, nýbrž má vliv i na jejího nositele a ovlivňuje jeho chování situačním způsobem. Výzkumy upozorňují na to, že nositelé uniforem se často cítí exponováni, pozorováni, a proto i svazováni, což může utlumovat některé způsoby jejich chování, které je jinak pro jedince normální v civilním oblečení. Efekt může být však i opačný, tzn. že stejnokroj může rovněž odbrždovat některé doposud skrývané projevy chování. U policisty se mohou objevovat tendence k přehnaně autoritativnímu vystupování, tendence k demonstrování moci, projevy nadřazenosti vůči běžným občanům apod. Obdobně jako u efektů vyvolaných nošením zbraně i zde záleží na směru a intenzitě efektů a konstelaci situačních a osobnostních faktorů. K odbrždění projevů arogance a panovačnosti dochází zejména u jedinců s nižším sebevědomím, trpícím nedostatkem sebedůvěry, zakomplexovaných, kteří se nedovedou prosadit zdravým a přiměřeným způsobem. Tyto projevy je však nutno chápat spíše jako určité tendence projevující se v různé míře a různých podobách. Jedinci, u kterých by došlo k plnému rozvoji takovýchto projevů, by se buď neměli k polici vůbec dostat, a nebo by měli být ze služby staženi, protože jsou silnou hrozbou pro občany i pro sebe. (Čírtková, 2006)

4 Stres

„ Z ničeho se neumím radovat, volný čas trávím v práci a žiju v neustálém vnitřním napětí a presu. V noci špatně spím, nedokážu se uvolnit.“ (Boušková, 2008)

„Začaly se u mě probouzet pocity úzkosti, neustálého napětí, v noci nemohu spát, z ničeho nemám radost.“ (Boušková, 2008)

Tak jako je 19. století označováno jako století páry, mohli bychom bez větší nadsázky to 20. nazvat „stoletím stresu“. Dvě světové války, politická pnutí totalitních systémů usilujících o nadvládu, rozum postrádající nacionalismus, rasismus, strmý vzestup mezilidské agresivity, xenofobie a konzumní orientace života většiny lidí, to všechno se spolupodepisovalo a spolupodepisuje na životě každého člověka. Do některých situací se člověk dostává bez vlastního přičinění vlivem okolních událostí, jiné si naopak navozuje sám, jako např. rizikové situace ve sportu. V každém případě však vyvstává otázka, kolik toho určitý jedinec vydrží bez poklesu výkonnosti, či bez maladaptivních projevů. (Hošek, 1999)

V dnešní přemodernizované a přetechnizované době orientované na výkon, úspěch, slávu a zisk bychom jen těžko hledali někoho, kdo nezná a nezažívá stres. Nevyhýbá se žádné věkové skupině či rase. Pouze se mění v závislosti na fyzickém, psychickém a sociálním stavu jedince. To, jak vnímáme stres a jednotlivé stresové situace, je závislé na mnoha faktorech. Svou roli v tom hraje životní období, ve kterém se právě nacházíme, práce, kterou vykonáváme, lidé, s jakými se setkáváme a kteří mají vliv na náš život, nároky, které jsou na nás kladeny, vrozené psychické a fyzické předpoklady, kterými disponujeme apod. Obecně můžeme říci, že stres se vyskytne tehdy, když se lidé setkají s událostmi, jež subjektivně vnímají jako ohrožení své vlastní tělesné či duševní pohody. (Atkinson, 2003)

Existují situace, které je možno označit za obecně stresující a mající vliv na téměř každého jedince. Takové situace obvykle spadají do jedné nebo více následujících kategorií: traumatické události mimo oblast běžné lidské zkušenosti, neovlivnitelné události, nepřed-

vídatelné události, události představující výzvu pro hranice našich schopností a našeho sebezpečí nebo vnitřní konflikty. (Atkinson, 2003) Přehled náročných životních situací předvedl například profesor T. Holmes se svým žákem R. Rahem (1967), kteří zkoumali vliv stresu na zdraví člověka. Cílem testu je pak zjistit objem stresu, kterému je člověk vystaven. Sestavili seznam náročných životních událostí, mezi které zařadili i na první pohled radostné události, např. svatbu či povýšení, které se vyznačují nutností adaptace na novou situaci. Každá situace pak byla označena hodnotou míry závažnosti, která byla dané situaci přidělena na základě dlouholetých výzkumů, a proto vypovídá poměrně přesně o vlivu stresujících událostí na jedince⁶. (Praško a kol, 2003; Eger, 2008) Mezi události, které s sebou nesou vysokou míru stresu, patří samozřejmě také traumatické události, mezi které řadíme například týrání, přírodou a lidmi způsobené katastrofy, nehody, znásilnění, dramatické změny zdravotního stavu a další. (Praško a kol., 2003) I přes fakt, že určité situace v sobě nesou větší míru stresu, nemůžeme kategoricky říct, že jiné, které však v seznamu zahrnuté nejsou, neobsahují naprosto stejnou stresovou hodnotu. Na tom, do jaké míry náš organismus vyhodnotí danou událost jako stresovou, se totiž ve velké míře podepisuje především subjektivní hodnocení dané situace. Jak už bylo naznačeno, lidé jsou komplexní bytosti, na které působí současně obrovské množství faktorů, které v různé míře ovlivňují jejich vnímání a hodnocení všeho, s čím se setkají. Stresu se tedy nemůžeme vyhnout, protože stres, jak se zdá, je určitou daní pokroku a modernizace, které vládnou světem. Není tedy možné žít život bez stresu a přitom být součástí moderní civilizace. Co ale možné je, je naučit se ho lépe zvládat a včas rozpoznat jeho negativní příznaky, které se manifestují mnoha variabilními symptomy (příznaky, projevy) ve všech oblastech života člověka. Projevy stresu nacházíme v duševní oblasti (zejména city a myšlenky), kde se vyskytují poruchy spánku, podrážděnost, unavenost, napětí (neschopnost uvolnit se jak po psychické, tak po fyzické stránce), strach, úzkost, zlost, agrese, deprese, apatie až rezignace, zhoršené myšlení, snížená myšlenková plynulost, produkce negativních myšlenek a negativní anticipace („skončí to špatně“), pokles koncentrace pozornosti, nerozhodnost, snížená sebejistota a sebedůvěra, netrpělivost, celkový pokles psychické výkonnosti, zhoršená koordinace všech kognitivních funkcí. Další oblastí, která trpí pod tíhou stresu, je sociální oblast jedince, kdy může docházet k narušení vztahů a komunikace jak na pracovní, tak na osobní úrovni. Dochází i ke změnám chování, kdy

6 PŘÍLOHA: Škála životních událostí.

se může zvýšit nebo snížit aktivita jedince, často se objevuje apatie, neklid, neúčelné a chaotické chování, zkratkovité jednání a chybné úkony. V neposlední části nacházíme také změny v tělesné oblasti jedince, které se projevují např. svalovým třesem nebo svalovou ochablostí, zvracením, průjmem, nutkáním k močení, nadměrným pocením a dalšími četnými vegetativními a metabolickými poruchami, jako jsou poruchy imunitního systému organismu. (Švingalová, 2006)

4.1 Definice stresu

“... Největší peklo si člověk dovede vytvořit ve svém vlastním nitru...” (Čírtková, 2006, str. 125)

„ Naše myšlení může ovlivnit náš zdravotní stav – k dobrému i ke zlému.“ Visintainer (in Křivohlavý, 1997)

Definovat stres je poměrně nesnadný úkol. Stres je v podstatě slovo, které ztratilo svůj význam. Richard Neufeld (1982) si zhruba před dvaceti lety povzdechl, že problém jednotné definice se řeší už desítky let a výsledek stále není uspokojivý. Navrhuje proto, abychom se zbavili představy, že se nám stres podaří jasně vymezit jako teoretický pojem a smířili se s tím, že jednoduše všichni víme, o čem je řeč. (in Baštecká, Goldmann, 2001)

I přesto se však spousta autorů pokoušela a pokouší definici stresu vytvořit a přispět tak jiným úhlem pohledu k dané problematice. Slovo stres (z angl. stress, tlak nebo zátěž) je používáno nejčastěji ve dvou významech. Za prvé jsou tímto slovem označovány faktory a situace, které člověk vnímá jako zátěžové, a za druhé jako reakce na tyto stresory. (Matušínek, 2011)

Dle Nakonečného (1995) vzniká stres v případě, kdy na jedince působí nadměrně silný podnět po dostatečně dlouhou dobu, nebo ocitne-li se v nesnesitelné situaci, který se nemůže vyhnout a je nucen v ní setrvat. Německý psycholog S. Brockert (1993) naopak spojuje vznik stresu s tím, když se naše životní cíle nekryjí s našimi aktuálními potřebami. Podle tohoto autora stres tedy vzniká ve chvíli, kdy nežijeme v souladu se svými osobními

potřebami. Vágnerová (1999) chápe stres především z psychologického hlediska to především jako stav nadměrného zatížení či ohrožení. Čírtková (2006) pro změnu uvádí, že pro zátěž (tedy stres) je podstatné především to, že rozpor mezi vnějšími nároky, způsobilostí a schopností jedince jim čelit musí být subjektivně zaregistrován a prožíván. Pokud si jedinec daný rozpor neuvědomuje, nepřipouští či je k němu lhostejný, pak k zátěži nedochází. Současně může dojít i k tomu, že situace je prožívána subjektivně zátěžově, aniž by rozpor mezi tlakem situace a připraveností a schopností jedince jí čelit skutečně nastal. I v případě, že zátěž je „pouze“ pomyslná, však může nastoupit příznačná zátěžová reakce se všemi průvodními jevy a důsledky. *Velmi trefným příkladem tak může být následek „kanadského žertíku“, který se stal v anglické policejní škole. Maskovaní studenti zde přepadli a svázali svého spolužáka. Za velmi věrohodně působících okolností ho odsoudili k trestu smrti stětím hlavy, které mělo být provedeno mokřým ručníkem. Tragickým výsledkem daného žertíku byla okamžitá smrt mladého policisty.*

Faktem tedy zůstává, že ať už je stres, který na nás působí, skutečný nebo pouze pomyslný (tj. stres vznikající v důsledku anticipované subjektivní nedostačivosti situaci zvládnout), narušuje naši psychickou rovnováhu a způsobuje subjektivně i objektivně pozorovatelné změny v chování a prožívání. (Švingalová, 2006)

Stres je tedy spíše souborem reakcí organismu na konkrétní podněty (neboli stresory), které narušují jeho normální fungování. Jedinec je vystaven takovým nárokům (zátěži), o nichž se domnívá, že k jejich zvládnutí nemá potřebnou adaptační kapacitu. Důležitá je ale především subjektivita emočního a kognitivního zpracování konkrétní situace. (Švingalová, 2006)

V dnešní běžné hovorové řeči používáme slovo „stres“ k označení jak vnější frustrující nebo ohrožující situace, tak k označení způsobu chování a jednání, kterým na ně organismus reaguje. Vnější spouštěčem neboli stresorem může být kde co. Pro ilustraci se do stresorů řadí například rozchod s partnerem, smrt v rodině, ztráta zaměstnání, ztráta sociálního statusu či pozice, dlouhodobě působící nepříznivé podmínky tedy hluk, horko, ale i bolest či silný tlak, soubor drobných a zdánlivě nenápadných náhod, které člověka pomalu ubíjí aj. Sílu prožívání stresu však ve velké míře ovlivňují i vnitřní faktory. Kromě vrozené zvýšené citlivosti sem můžeme zařadit celou řadu vlastností a postojů, které jsme získali během života (nadměrná ctižádostivost, perfekcionismus, negativní vnímání světa, nízké sebevědomí, psychické odchylky od normy apod.).

I když ale stres ve většině případů vnímáme jako něco negativního, určitá jeho míra je pro život potřebná. Pomáhá nám zlepšit paměť, mobilizuje naši energii k nalezení možného řešení atd. Život bez stresu by byl nudný, nesnesitelný a paradoxně by se nakonec sám stal stresorem. Existuje celá řada lidí (od sportovců, adrenalinových nadšenců až po „běžné“ jedince), které k lepšímu výkonu pohání právě stres. Vždy je však potřeba ho udržet v určité snesitelné míře, jinak začne působit nepříznivě, oslabuje náš výkon, znemožňuje uvolnění a nalezení řešení. Lidé, v jejichž životech se objevuje stres nad únosnou mírou, jsou více náchylní k nemocem jak fyzickým (srdeční infarkt, vysoký krevní tlak atd.), tak psychickým (úzkost, deprese, sebevražedný pokus atd.). (Praško, 2003)

4.2 Stres a jeho pojetí v historii

Pojmu stres bylo užito v angličtině již na přelomu 14. – 15. století. Zpočátku to bylo pojmenování strasti, těžkosti, obtížné situace anebo neštěstí. Slovo pochází z latinského „stringo“, což znamená utahovati nebo stahovati. Postupem času však došlo ke změně a posunu významu. Od 17. – 18. století se tento pojem začal užívat k vyjádření silného fyzikálního tlaku, síly či napětí. (Kebza, 2005, in Pluskalová, 2010).

S rozvojem psychologie se stres začal posunovat do středu zájmů ne jednoho významného badatele, kteří se zaměřili na výzkum stresu, včetně jeho somatických projevů.

4.2.1 Ivan Petrovič Pavlov

Jedním z prvních, kdo se začal zabývat studiem organismů podrobených zátěžovým situacím, byl ruský vědec I.P. Pavlov. Pavlov je znám především díky svým pokusům se psy a termínu klasické podmiňování. Ve 20. letech provedl řadu dalších pokusů, ve kterých se zabýval fyziologickými změnami organismů zvířat (v jeho případě psů), které nastanou v případě, že jsou vystaveni stresovým situacím. Zabýval se navozením tzv. „experimentální neurózy“, při níž u pokusných zvířat došlo k tzv. „stržení“ vyšší nervové soustavy – jak daný jev Pavlov nazýval. (Plháková, 2006)

V jednom z jeho pokusů šlo například o to, že Pavlov učil psa diskriminovat mezi elipsou a kruhem. Úspěch diskriminace mezi dvěma podněty byl posílen přísunem jídla v pří-

padě, že byl prezentován kruh (pokud byla prezentována elipsa, pak zvíře nedostalo nic). Pes se naučil postupně podmíněně reagovat (v daném případě slinit) pouze při prezentaci kruhu. Postupem času však docházelo k postupnému zakulacování elipsy. V případě, že už byl poměr délky a šířky elipsy 9:8, pes již nebyl schopen elipsu odlišit a reagoval na danou situaci podrážděním, zuřivým vrčením a pokusem o útěk. (*Goodwin, 1999, in Plháková, 2006*)

Za přední významné tvůrce teorie stresu jsou poté považováni W. B. Cannona, H. Selyeho a R. S. Lazaruse.

4.2.2 Walter Bradford Cannon

Byl americký fyziolog a profesor fyziologie. Cannon objevil význam tzv. sympatoadrenálního systému. Tento systém vede ke vzniku emocí, jakými jsou strach, úzkost či vztek, které následně vedou k obraně proti hrozícímu nebezpečí a můžeme je označit za poplachovou reakci. V dané situaci dochází k tomu, že zátěžové podněty vyvolávají sekreci látek dřeně nadledvin, které pak člověka připravují na příslušnou odezvu, jejíž základní typy se dají vyjádřit jako „fight or flight“, někdy ještě doplňovány slovy freeze či fright (tedy útok, útěk nebo ustrnutí či strach (zděšení)). Jsou tak v podstatě prototypem reakce daného organismu na stres. (*Baštecká, Goldmann, 2001; Bracha, 2004; Potterová, 1997*)

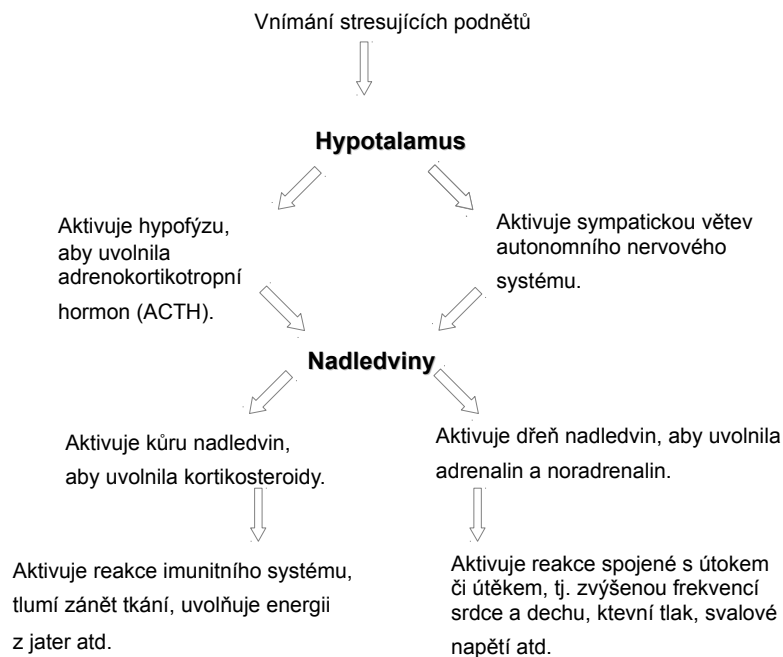
Vyvinul též koncepci homeostázy, kterým označil tendenci organismu k udržování stálosti vnitřního prostředí. (*Plháková, 2006*) Reakce organismu na ohrožení má pak typické fyziologické projevy, které jsou protipólem relaxovaného a uvolněného stavu, kdy se organismus cítí dobře. Dochází k vylučování katecholaminů do krevního oběhu a následně pak k tachykardii, zvýšení srdečního výdeje, zvýšení hladiny cukru v krvi, stažení (kontrakcím) sleziny, mydriáze (rozšíření zornic), husí kůže apod. Takto nastolené změny pak umožňují rychlý výdej energie při boji nebo útěku a organismus je též nastaven na sníženou vnímavost bolesti. (*Baštecká, Goldmann, 2001*).

4.2.3 Hans Selye

Selye je autorem obecného adaptačního syndromu (General Adaptation Syndrome, GAS), což vysvětlil roku 1936 jako nespecifickou fyziologickou reakci na různé stresující

podněty. (Hill, 2004) GAS popisoval jako biologickou reakci organismu na utrpený a neochabující fyzikální tlak (stres). (Baštecká, Goldmann, 2001) Celý proces podle něho probíhá ve třech fázích.

První fázi specifikuje jako fázi poplachu, kdy dochází k mobilizaci organismu do té míry, aby se byl schopen vypořádat se stresem. Je to v podstatě fyziologická odpověď spuštěná stresujícími podněty. Celá první fáze probíhá následujícím způsobem:



Ve druhé fázi, která se nazývá rezistencí, se organismus snaží aktivně vypořádat s vnímanou hrozbou. To nastává v případě, že stresor přetrvává nebo není řešen. Tělo se snaží udržet si nabuzení (aktivaci) na stálé, byť nižší úrovni. Existuje několik faktorů, které hrají svou roli v tom, jakým způsobem bude člověk na danou situaci reagovat. Důležitý je styl zvládacího chování a zvládací strategie. Svou roli též hrají osobnostní faktory, kognitivní styl a genderové a kulturní faktory. (Hill, 2004; Atkinson, 2003)

4.2.3.1 Styl zvládacího chování

Trvání stresující situace se odvíjí od toho, jak rychle a efektivně je řešena. Teorie optimální aktivace mluví o tom, že až do určité úrovně může mít stres užitečný motivační úči-

nek na chování daného jedince. Různí lidé disponují různými zvládacími strategiemi, které užívají v případě působení stresujících faktorů. Tyto strategie můžeme rozdělit na dva typy. Prvním jsou strategie zaměřující se na problém, který stres způsobil, a snaží se ho řešit. Druhým typem jsou strategie zaměřující se na emoční stav a řešící důsledky stresující situace. (Hill, 2004)

Při strategiích zaměřených na problém rozhoduje o úspěšnosti předchozí zkušenost jedince a jeho schopnostech sebeovládání. Tyto strategie zahrnují – vymezení problému, hledání alternativních řešení, zvažování těchto alternativ a jsou zakončeny realizací vybrané alternativy. Strategie zaměřené na problém mohou být zaměřeny i dovnitř, kdy daný jedinec mění něco v sobě.

Strategie zaměřené na emoce používají lidé proto, aby zabránili zaplavení negativními emocemi, které by jim následně mohly znemožnit provést potřebné kroky k vyřešení problému. Též je užívají v případě, že je problém neovlivnitelný. Možností, jak zvládnout negativní emoce, je několik. Někteří autoři je rozdělují na behaviorální a kognitivní. Behaviorální strategie zahrnují použití prostředků, např. tělesné cvičení, pití alkoholu, braní drog, vybití vzteku, hledání psychické podpory u přátel apod. Kognitivní strategie zahrnují dočasné odsunutí problému z vědomí nebo třeba změnu významu situace, kdy dochází ke změně významu a hodnocení situace. Některé z těchto strategií jsou adaptivní, mezi něž patří například vyhledávání podpory a porozumění v řadách přátel. Jiné naopak vedou spíše ke zhoršení problému, jako když se například člověk snaží překlenout danou nepříznivou situaci pitím alkoholu. (Atkinson, 2003)

4.2.3.2 Osobnostní faktory a kognitivní styl

Osobnost typu A:

Kardiologové Friedman a Rosenman (1974) přišli se zjištěním, že muži, kteří prodělali ischemickou chorobu srdeční, vykazovali podobné znaky chování. To označili jako chování typu A. Typ A se projevuje nepřátelstvem, netrpělivostí, vysokou dráždivostí. Bylo prokázáno, že děti, u kterých byl prokázán sklon k chování typu A, mají signifikantně nižší osobní a sociální sebevědomí a jsou více nejisté ve společnosti. Zjišťování daného typu chování od dětství je důležité proto, že typ A se vyvíjí postupně, tedy během života. Paradoxně lidé se sklony k chování typu A jsou ostatními viděni jako schopní jedinci, kteří mají

kontrolu nad úkoly, které plní, ačkoli to není pravda. Studie prokázaly, že v chování u typu A můžeme pozorovat větší energičnost a hektičnost (rychlost) a též vypadají, „že ví, co dělají“ a že jsou kompetentní pro danou činnost, ačkoliv oni to tak často necítí. Dále u těchto lidí pozorujeme impulsivnost, větší agresivitu, zvýšené tempo při různých aktivitách, silnou motivovanost. Jsou orientovaní na výkon, jsou soutěživí a perfekcionisté, neradi delegují úkoly na jiné a preferují samostatnou práci, často také prožívají během života více konfliktů a stresu, nejsou schopní relaxovat a jsou též popudliví, pokud jsou pod tlakem⁷. Typ B na druhou stranu prokazuje méně nepřátelskosti, zajímají se o druhé lidi, jsou flexibilní, řeší problémy s větším klidem a rozvahou a vykazují větší rovnováhu. (Sager, 1991; Cimický, 2007)

Odolnost jako vlastnost

Odolnost každého jedince se nepochybně odvíjí z konfigurace jeho osobnostních rysů. V historii psychologie nacházíme mnoho pokusů o interpretaci této skutečnosti. Počátky můžeme spatřovat už například v 19. století, kdy se objevil voluntarismus, který zdůrazňoval sílu vůle jako rozhodující vlastnost člověka v zátěži. Základní tezí bylo, že člověk se silnou vůlí může vyřešit vše a že to závisí pouze na míře chtění. Později se samozřejmě ukázalo, že věci nejsou tak přímočaré a že o výsledku situace rozhodují i další složky, jako je emocionalita. Navíc v některých případech může vysoká snaha znamenat opačný jev, a to pokles výkonu (Yerkes – Dodsonův zákon).

V rámci hlubinné psychologie postuloval S. Freud sílu ega. Označil ji za rozhodující vlastnost zajišťující odolnost člověka cestou egodefenzivních mechanismů (represe, regrese, vytěsnění, odčinění, introjekce, projekce, izolace). Na tyto myslitele navázali další pokračovatelé a přidali tak nové mechanismy. Dodnes je tento přístup zejména v klinické psychologii nosný, protože vysvětluje vnitřní obranu člověka v zátěži. (Hošek, 1999)

Locus of control (LOC)

Na spekulativní koncepcie navázala experimentální psychologie. Jednou z prvních koncepcí je LOC, dle které je odolnost člověka vůči zátěži (stresu) závislá na míře, do jaké si myslí, že má věci pod kontrolou. Když se člověk cítí ve vlastním životě pouze jako „pěšák“ (pan)

7 PŘÍLOHA: Výčet některých typických projevů chování charakteristických pro osobnosti s chováním typu A.

na cizí šachovnici, bude jeho odolnost mnohem nižší, než když se cítí původcem (origin) svého jednání. (Hošek, 1999)

Teorie Rottera – tzv. místo kontroly (1954) vychází ze zjištění, že existují dva přístupy k životním obtížím. Vychází z osobních představ o tom, do jaké míry jsou osobnostní úspěchy, selhání a vše, co v životě člověka potká, kontrolovatelné samotným individuem a jeho chováním (např. schopnostmi a dovednostmi jedince atd.) a do jaké míry jsou kontrolované nahodilými událostmi zvenčí, jako je např. štěstí, náhoda, osud, atd.

Na jednom pomyslném pólu jsou lidé s tzv. vnitřním neboli interním místem kontroly, kteří při řešení problému vycházejí ze sebe, ze svých vlastních schopností a dovedností a ze své vlastní iniciativy. Takoví lidé věří, že úspěchy a selhání v jejich životech jsou výsledky jejich vlastního chování a schopností a že mají vliv na svůj vlastní život a události v něm. Na druhé straně se nacházejí lidé s tzv. vnějším neboli externím místem kontroly, kteří věří, že šance, osud, štěstí, vedoucí, organizace a další osoby mají mnohem větší vliv na jejich vlastní životy než oni sami. Tudíž úspěchy a selhání nepřipisují vlastní osobě, ale faktorům působícím zvenčí.

Experimenty i praxe potvrzují, že hledisko interní či externí lokalizace kontroly chování skutečně ovlivňuje průběh činností a má význam i pro vzdorování zátěžovým vlivům, které na nás působí. Studie ukazují, že lidé s vnitřním místem kontroly jsou mnohem lépe schopni se vyrovnat se stresující situací, navíc bývají zdravější a spokojenější. (Karimi, Alipour, 2011; Křivohlavý, 2002; Hošek, 1999)

Nezdolnost v typu hardiness:

Pojetí vznikalo a začalo se prosazovat na samém konci 70. a v počátku 80. let. Tato koncepce byla úspěšná i proto, že nezůstala pouze u teorie, ale byla ověřována i v praxi. Kobasová (1979) při svém výzkumu se svými spolupracovníky navázala na starší koncepcie vztahu osobnosti a odolnosti a společně přišli s existenciálním pojetím houževnaté (tuhé) osobnosti, pro kterou je příznačné dominantní seskupení tří hlavních osobnostních rysů.

Kobasová se tedy zabývala pojmem hardiness (odolnost) – pevnost a tvrdost tváří v tvář těžkostem. Domnívala se, že lidé s „odolnou/tvrdou či nezdolnou osobností“ jsou méně zranitelní v důsledku působení stresujících faktorů. Za pomoci výzkumů došla

ke zjištění, že lidé, kteří dosahují vyšších hodnot v dimenzích tvrdosti (hardiness), lépe zvládají např.: různé zdravotní těžkosti, jsou tělesně i psychicky zdravější, lépe se o sebe starají, používají aktivnější a účinnější strategie řešení problémů než aby se vyhýbali těžkostem atd.

Pojetí hardiness má tři hlavní dimenze. Ty mají kladné póly, které se označují jako charakteristiky chápání těžkostí jako výzvy (challenge), ochoty angažovat se v boji s nemocí (commitment) a vidění možnosti řídit chod dění (kontrol). Pozdější studie ukázaly, že nejdůležitější složkou je právě ta třetí - zvaná kontrola. (*Hoskocová, 2006; Křivohlavý, 2002; Hošek, 1999*)

Pro lepší představu jednotlivých komponent tuhosti osobnosti je můžeme charakterizovat následujícím způsobem:

1. Kontrola, tj. vnitřně uvědomovaná osobní schopnost řídit chod dění v souvislosti s vlastní osobou a osobními potížemi. Tato komponenta navazuje na představu původce a interního místa kontroly a úzce souvisí se sebedůvěrou člověka v jeho uvědomění, že může pozitivně ovlivnit průběh zátěžových situací. Protipólem této dimenze je postoj manipulovaného pěšáka s vnější kontrolou dění, který je ovládán konceptem naučené bezmocnosti, kdy člověk trpně snáší „rány osudu“.

2. Závazek, tj. odpovědný postoj, cílově zaměřené životní orientace, odevzdanost, oddanost a osobní angažovanost. Lidé s touto dispozicí mají tendenci plně se věnovat tomu, co dělají, pokud to považují za hodnotné a smysluplné.

3. Výzva, lépe řečeno chápání změn a všech zátěží jako výzvy (challenge), která nás pohání k nalezení řešení. Lidé s touto dimenzí chápou změny a zvraty v životě jako něco, co k životu prostě patří a může je to posunout zase o kousek dál. Dimenze souvisí s dobrodružností a pružností osobnosti, nepřimo s určitým konzervatismem. (*Hošek, 1999*)

Nezdolnost typu osobnostní soudržnosti (SOC – sense of coherence)

Toto pojetí se prosazuje zhruba od 80. let a je spojeno s pracemi profesora Antonovského (1979 a 1987), který zkoumal zdravotní stav bývalých vězňů koncentračních táborů a zjistil, že asi tři čtvrtiny z nich zažívalo potíže v souvislosti s táborovými stresy. Rozhodl se zkoumat onu čtvrtinu, která při expozici stejné zátěže neutrpěla zdravotní újmu. Přišel se zjištěním, že pro tuto skupinu nezdolných lidí je společný určitý osobnostní rys, který nazval „vědomí souvztažnosti“ (angl. Sence of coherence – SOC).

Antonovsky upozornil v tomto pojetí na tři dimenze osobnosti, které se podílejí na faktu, zda těžkosti daného jedince snadno zlomí nebo zda se jim bude snažit vzdorovat. První je smysluplnost dané situace, druhou je srozumitelnost situace a třetí dimenzí je její zvládnutelnost. Srozumitelnost (comprehensibility) se týká kognitivní stránky osobnosti. Člověk vlastní větší míru této dimenze rozumí okolnímu světu, vnímá ho jako uspořádaný, konsistentní a nepřiliš chaotický. Důvěřuje pořádku okolního světa a umí do určité míry pochopit všechny nastalé potíže a zátěžové situace. Zvládnutelnost (manageability) se naopak týká vnímání vztahu mezi vlastními možnostmi (schopnostmi, dispozicemi) a nároky, které vyžaduje okolí (požadavky situací). Tato dimenze úzce souvisí se sebevědomím, aspirační úrovní a jejím hlavním znakem je pocit: „To se dá zvládnout, na to mám.“ Poslední dimenzí je smysluplnost (meaningfulness), která se váže na emocionální stránku osobnosti, která je spokojená s faktem, že věci mají smysl a problémy, které jsou, stojí za investování určité energie a času, protože cíl za nimi má nějaký smysl.

V podstatě to tedy znamená, že tam, kde jedinec vidí danou situaci jako smysluplnou, srozumitelnou a zvládnutelnou, tam se k ní staví mnohem kladněji a zvyšuje se pravděpodobnost, že ji s úspěchem vyřeší. SOC je hlavním faktorem určujícím schopnost člověka vyrovnat se i s tak drsnými situacemi, jako je například válka, a též ovlivňuje rychlost zotavení se po prožití nadměrného stresu. (Guy, 2010; Křivohlavý, 2002, Hošek, 1999)

Nezdolnost typu houževnatosti – resilience

Resilience znamená v podstatě něco jako pozitivní adaptaci nebo schopnost jedince zachovat si mentální zdraví namísto toho, aby se smířil s nepřízní osudu. Může být definována jako schopnost člověka chovat se vhodným způsobem a vybrat ten správný postup v případě, že prožije nějaké trauma. Takoví lidé se tváří tvář těžkostem snadno nevzdávají a jsou schopni k nim přistupovat flexibilně a volit různé způsoby jejich řešení. (Tracy, 2011; Křivohlavý, 2002)

4.2.3.3 Genderové a kulturní faktory

Jak mezi muži a ženami, tak mezi příslušníky různých kultur nacházíme signifikantní rozdíly ve vnímání, množství, druzích stresu a copingových strategií. Tyto rozdíly vyplývají z odlišností ve výchově, v genetických dispozicích, společenském a kulturním klimatu, zvycích atd.

Třetí a poslední fázi je fáze vyčerpanosti. Pokračující vysoká úroveň nabuzení je nakonec tak nesnesitelná, že vyčerpá tělesné zdroje, což má silně negativní fyzické a psychologické dopady na daný organismus.

Mezi fyziologické účinky můžeme zařadit:

Sníženou odolnost vůči infekcím, kdy různé výzkumy ukázaly, že vlivem dlouhodobého stresu může docházet k poruchám imunitního systému. Též byla díky dlouholetým výzkumům Rosenmana a kol. prokázána souvislost mezi stresem a srdečními chorobami u jedinců označených jako osobnost typu A. Nicméně nebylo prokázáno, zda osobnostní rysy jsou důsledkem stresu nebo jeho příčinou. Dále se v rámci fyziologických reakcí objevuje zrychlení metabolismu a srdeční činnosti, dilatace zornic, zvyšuje se krevní tlak, zrychluje se dechová frekvence, dochází k napětí svalů, vylučující se endorfiny a ACTH a uvolňuje se cukr z jater. (Hill, 2004; Atkinson, 2003)

K psychologickým účinkům patří:

Zlost, frustrace, vztek, agrese a oslabení kognitivních funkcí, které nemalou měrou přispívají k bludnému kruhu tvorby stresu, kdy samy o sobě přispívají ke stresujícímu prostředí. Dalšími faktory jsou apatie, deprese a bezmocnost. Seligman na základě experimentace formuloval koncepci tzv. naučené bezmocnosti. Jeho počáteční pokusy s krysami byly velmi jednoduché. Sledoval, kolik pokusů krysa potřebuje k tomu, aby se naučila vyskakovat z klece poté, co dostane slabý zásah elektrického proudu, který je zaveden do podlahy. Na základě těchto pokusů došel k závěru, že krysy, které zpočátku nemají možnost úniku a musí strpět elektrické ranky, potřebují později, když omezení úniku před rankou pomine, mnohem více času k osvojení únikové reakce. V období omezení se totiž naučily tzv. bezmocnosti. Díky těmto pokusům prokázal, že nepřetržitý stres, kterému není možno se vyhnout, vede k naučené bezmocnosti. (Badhwar, 2009; Hill, 2004; Hošek, 1999) Další vědci, jmenovitě např. R. Solomon, L. Kamin a L. Wynne, poté navázali na jeho teorii a uskutečnili pokusy se psy. Při svých pokusech umístili psy do kóje, ze které nebylo možné uniknout, a poté jim do podlahy pouštěli elektrické šoky. Když poté dané psy umístili do jiné kóje, ze které bylo možné utéci, a opět jim pouštěli elektrické šoky, psi se ani nepokusili o útěk a pasivně šoky přijímali. (Badhwar, 2009; Hill, 2004; Singer, 2005) Stres je také spojen s úzkostí, kdy různé stresující situace mohou vést k rozvoji úzkostných poruch. Jednorázový silný stres může vést například k postraumatické stresové

poruše, dlouhodobě působící stres může naopak vyvolat generalizovanou úzkostnou poruchu. (Hill, 2004.; Atkinson, 2003) Obdobný jev byl poté prokázán i u lidí, kdy u nich po období manipulace přetrvává nesvobodné, bezradné a depresivní chování. (Hošek, 1999)

4.2.4 Richard Stanley Lazarus

Jako jeden z nejvýznamnějších autorů v této oblasti definuje Lazarus stres jako ohrožení organismu, které vzniklo v důsledku neúměrných požadavků na fyziologické a psychické adaptační rezervy jedince. (Vizinová, Preiss, 1999) Podle tohoto autora dochází ke vzniku emočního vzrušení na základě subjektivního posouzení významu všech okolních vnějších podnětů. Toto hodnocení probíhá ve dvou po sobě následujících etapách:

- Nejdříve probíhá tzv. primární hodnocení, které je poměrně rychlé a jedinec si při něm klade otázky typu: „Je všechno v pořádku?“ či „Jsem snad v nesnázích?“ a jim podobné. Výsledek počátečního zhodnocení může pak nabývat třech rovin: neutrální, pozitivní a negativní. Vznik záporných emocí je pak spojen především se situacemi, které si jedinec interpretuje jako ohrožující jeho vlastní blaho (well – being). K nim patří především situace poškození (neboli ztráty), hrozby (která znamená anticipaci ztráty) nebo výzvy (kdy se situace sice jeví jako obtížná, ale její zvládnutí se zdá být pravděpodobné). Na primární hodnocení většinou bezprostředně navazují vyrovnávací, zvládací strategie (coping). Tyto strategie jsou především zaměřené na emoce (emotion – focused). Lazarus k nim řadí nevědomé obranné mechanismy, jakými jsou například racionalizace či popření negativních myšlenek a pocitů.
- Při sekundárním hodnocení si pak jedinec klade otázky typu: „Zvládnou to? A jak?“. Přemýšlí tedy, jaké konkrétní postupy má k dispozici, aby situaci úspěšně zvládl, jaké jsou jeho možnosti uspět v dané situaci, ale snaží se také předvídat pravděpodobný vývoj při použití té či oné strategie. Nezaměřuje se pouze na emoce, ale také na problém (problem – focused), což je cesta k nalezení řešení, jež spočívá především v navození změny vztahu mezi sebou samým a okolním světem. Při promyšleném sekundárním hodnocení dochází ke vzniku specifických emocí, které „zpřesňují“ citový prožitek.

Z Lazarusovy teorie pak vyplývá, že jsme schopni regulovat úroveň emoční aktivity na základě toho, kterým specifickým aspektům situace věnujeme pozornost a jak o ní uvažujeme. Pokud se tedy nevymkneme při hodnocení zátěžové situace racionální kontrole, měli bychom ji být schopni zvládnout. (Mohapl, 1988, in Plháková, 2007)

4.2.5 Alostatická teorie stresu

Se sjednocujícím pohledem na to, jaký význam hraje stres při vzniku nemocí, přišli např. psychologové McEwen a Stellar (1994). Vypomáhají si přitom s pojmem alostáza (z řečtiny allos = jiný, cizí, stasis = stav), který již v roce 1988 zavedli P. Sterling a J. Eyer. Alostáza pro ně představovala tzv. provozní rozmezí (tj. snášenlivost k odchylkám či změnám) schopnosti organismu reagovat na podněty snížením nebo naopak zvýšením hodnot životně důležitých funkcí. Poukazují především na proměnlivost vnitřního prostředí. Provozní rozmezí je pak vyšší u zdravého a mladého člověka. McEwen a Stellar zavedli pojem alostatická zátěž. Jejich teorie předpokládá, že existuje stav rovnováhy, kdy fyziologická reakce vyrovnává trvale působící podněty z prostředí do stavu, který je oproti výchozímu stavu změněn. Model stresu pak dle těchto autorů má dvě úrovně. Úroveň chování jedince a úroveň biologických reakcí jeho organismu. (Baštecká, Goldmann, 2001)

4.3 Klasifikace stresu

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

Eustres a distres

My všichni zažíváme stres. V případě, že nejsme schopni zvládnout psychické, fyzické či sociální dopady každodenního života, říkáme, že jsme pod stresem. V naší společnosti má slovo stres silně pejorativní význam, a proto vždy, když ho někde slyšíme nebo nám

přijde na mysl, rozezná se pomyslné zvony v našem mozku, které signalizují, že se něco děje a něco je špatně. Když se na celou situaci pokusíme podívat z jiného úhlu pohledu, zjistíme, že slovo stres ve svém původním významu není ani negativní, ale ani pozitivní. Negativního nebo naopak pozitivního významu nabývá až na základě toho, jakým způsobem celou událost vnímá jedinec a jak ho tato situace ovlivňuje. Pro lepší pochopení můžeme uvést příklad. Představme si, že máme nějaký úkol, na který se váže závazný termín, dokdy musí být splněn. Jeden člověk něco takového může brát jako výzvu, což ho pohání k tvrdé práci a dosažení daného cíle. U jiného jedince může stejná situace naopak vyvolat pocity frustrace a může to vést až ke zlomení jeho ducha.

Proto nemůžeme říct, že stres a stresory jsou buď špatné, anebo dobré. Vše záleží na tom, jak na ně reagujeme my sami. Když už je stresu na daného jedince příliš a on se s ním není schopen vypořádat, zažívá daný jedinec tzv. distres. Ten můžeme označit jako nezdravý a neutuchající, spojený s negativním vlivem na naši mysl a tělo. Tento druh stresu je nepříjemný, provázený negativním emočním zabarvením. Na druhé straně, pokud zažíváme stres, který se zdá být v mezích našich možností, a myslíme si, že máme schopnosti se s ním vypořádat, jedná se o tzv. eustres – neboli pozitivní stres. Zažíváme spokojenost a štěstí z toho, že jsme schopni se s danou situací vypořádat, což nám pomáhá v motivaci sama sebe a v lepší integraci vlastní osobnosti. Je pozitivně emočně zabarven, můžeme ho zažívat například v situacích, jako je svatba, narození dítěte apod. Lidé si mohou navozovat tento stres i sami, např. při adrenalinových sportech.

Výzkumníci tedy přišli se zjištěním, že nezáleží tolik na dané situaci, ale především na našem vnímání, které teprve rozhoduje o tom, zda zažívaný stres bude mít podobu eustresu či distresu, a stejně tak rozhoduje o stupni intenzity daného stresu. Jsou však samozřejmě situace, které jsou již primárně vnímány negativně a vedou ke vzniku distresu (nehody, úmrtí, těžká zranění, živelné katastrofy apod.). Jak již bylo řečeno, stres nelze celkově považovat za škodlivou záležitost. Nižší míra stresu pomáhá zvyšovat odolnost jedince. Za škodlivou se považuje až vysoká míra chronického nebo spíše intermitentního stresu, která ve většině případů vede k poškození organismu. Vždy je proto nutné snažit se o rozumné ovládnutí stresové zátěže a řízení stresu. (*Švingalová, 2006; Sen, 2008*)

Lidé si obvykle myslí, že stres je způsobován podněty zvenčí. Což však není pravda, jak již vyplývá z informací uvedených výše. Stres je soubor reakcí organismu na podněty (stresory), které svým působením narušují optimální fungování organismu. Jedinec je

vystaven takovým nárokům (zátěži), u nichž se domnívá, nebo je dokonce vnitřně přesvědčen, že k jejich zvládnutí nemá dostatečnou adaptační kapacitu. Podstatná je tedy především subjektivita emočního a kognitivního zpracování dané události. (Švingalová, 2006; Sen, 2008) Nejsou to podněty, které způsobují stres, nýbrž jejich interpretace. Stejná událost, která u jednoho člověka vyvolá eustres, může u druhého vyvolat nepříjemný distres. Je také faktem, že střední forma stresu může pro mnoho lidí působit jako motivační prvek, který jim dodává energii pro to, aby něco udělali. Nejsou výjimkou například studenti, kteří se dokážou plně soustředit na studium a učení až teprve ve chvíli, kdy se jim termín zkoušky neodkladně blíží a oni jsou v časovém presu. (Sen, 2008)

Akutní, chronický a intermitentní

„Úplné osvobození od stresu znamená smrt.“ (H.Selye)

Člověk je uzpůsobený k adaptaci na vnější prostředí. V případě, že je adaptace obtížná, mluvíme o zátěži, kde pojmy zátěž a stres považujeme v podstatě za synonyma. V nejširším slova smyslu mluvíme o energetickém nároku, který je vyvíjen na organismus, přičemž jakákoli energetická změna může být považována za zátěž. Stupeň zátěže pak závisí na možnostech jedince. O zvýšené zátěži mluvíme tehdy, kdy dochází k částečné mobilizaci rezerv člověka. V případě, že si zátěž nárokuje všechny možnosti člověka, jde o zátěž hraniční. Nejhorší případ nastává tehdy, kdy jsou požadavky zátěže větší než kapacita konkrétního jedince, kdy mluvíme o zátěži extrémní. Na to, jaký typ zátěže člověk zažívá, má vliv i působení zátěže – neboli stresu v čase. (Hošek, 1999)

Při tzv. akutním stresu je organismus vystaven náhlé a často nečekané zátěži a jeho odpověď bývá silná, prudká a nepřiměřená dané situaci. Například během doby strávené v práci můžeme zažívat neustálé vlny akutního stresu, kdy musíme rychle něco řešit. Když ale práci opouštíme a jdeme domů, stres ustupuje. Lidé jsou poměrně dobře vybaveni k tomu, aby takový typ stresu zvládali, a mohou ho snášet i po delší dobu. Vždycky je však potřebné najít si mezi stresujícími situacemi chvíli klidu, kdy dochází k odpočinku a k obnově naší energie. Akutní stres není pouze škodlivý a nabývá i formy eustresu, tedy dobrého stresu motivujícího a popohánějícího vpřed.

Chronický stres vzniká při dlouhodobém působení stresorů. Organismus se jim sice poměrně dobře může přizpůsobovat, nicméně zároveň dochází k jeho opotřebování. Člověk může zažívat pocity úzkosti, beznaděje, bezvýchodnosti dané situace. Chronický stres vzniká v okamžiku, kdy jeden stresový okamžik stíhá druhý. Přijdete z práce domů a nejste schopni vypnout a přestat přemýšlet o věcech, které vás frustrují. Vlivem neustávajícího stresu dochází k poruchám spánku, zažívání, imunitní systém začne jevit známky opotřebenosti a únavy a člověk snadněji podléhá infekcím. Nadměrný stres tedy působí jako rušivý prvek zhoršující výkonnost jedince. K jednomu z nejhorších důsledků chronického stresu, na nějž se neprávem zapomíná, je i úbytek neuronů. Pod vlivem dlouhodobého stresu odumírají mozkové buňky mnohem rychleji (a naopak při působení eustresu dochází ke stimulaci neuroneogeneze). Chronický stres tedy představuje zacyklený děj, v němž jedno poškození stíhá druhé. (Jones, Moorhouse, 2010; Večeřová - Procházková, Honzák, 2008)

Posledním typem stresu je tzv. stres intermitentní, který je nejnáročnějším typem pro organismus. Tento stres je svou povahou chronický, ale s tím rozdílem, že jedinec se na něho nemůže dobře adaptovat. V tomto případě se zátěž střídavě objevuje a zase mizí a organismus se na něj není schopen dobře připravit. Má také nejčastější vztah k psychosomatickým onemocněním a také k syndromu vyhoření. (Lečbych)

4.4 Stresory

V praxi se běžně setkáváme s pojmy jako stresor (zatěžující vliv) a stresová reakce (vyvolaná odezva – reakce) neboli evokovaný stav. Stresory jsou činitele nebo také podněty různého charakteru (fyzikálního, chemického, psychosociálního), které jsou subjektivně vnitřně prožívány a následně kognitivně hodnoceny jako zátěžové (stresové). Neexistuje však jednotný rejstřík toho, co je možné si pod těmito pojmy představit, protože zde panuje široká interindividuální a intraindividuální variabilita. Tentýž stresor může u jednoho člověka vyvolat silnou stresovou reakci a u druhého ne. Co víc, je také normální, že tentýž stresor u téhož člověka jednou stres navodí a jindy ne. Odolnost vůči zátěži je křehký jev, silně determinovaný individualitou osobnosti a danou situací. Důležitá je sféra prožívání a hodnocení zátěže. Pokud je však stresor dostatečně silný a intenzivní, může (akutní stresová porucha či jiné problémy) vzniknout i u jinak velmi odolného jedince.

Stresory můžeme dělit na tělesné a duševní. Nicméně častý je fakt, že se vzájemně prolínají. Fyzický stresor, např. výron kotníku, má okamžitě i své psychické konsekvence, evokující i psychickou zátěžovou odezvu. Naopak psychický stresor, např. úmrtí v rodině, může mít somatické důsledky. Nejčastější každodenní stresory, se kterými se lidé dennodenně setkávají, můžeme rozdělit zhruba do čtyř kategorií, na vztahové, pracovní, výkonové, související s životním stylem, nemoci a handicap⁸. Kromě dlouhodobých stresorů, které jsou zpravidla spojeny s problémy v životě jedince, na každého z nás dennodenně působí celá řada mikrostressorů (drobných situací, které spouštějí starosti a obavy)⁹, které mohou být o to zákeřnější, protože jim často není věnovaná dostatečná pozornost. (Hošek, 1999; Švingalová, 2006; Smolík, 1996; Praško, 2003)

4.4.1 Stresové situace

Člověk se v průběhu života neustále setkává s nejrůznějšími stresovými situacemi, které na něho mají menší či větší vliv. Zda daná situace bude působit na jedince stresově, resp. jakou míru stresu způsobí, závisí na mnoha faktorech, mezi které patří především subjektivní hodnocení situace a její interpretace, jinak řečeno kognitivní a emoční zpracování celé události. Dále pak psychofyzická odolnost organismu a jeho adaptační schopnosti, vědomí možností ovlivnitelnosti situace (nevléčitelná nemoc, úmrtí blízkého člověka), schopnost předvídatelnosti stresové situace (dlouhodobě se vyvíjející nemoc – autonehoda), míra důvěry ve vlastní schopnosti situace řešit a vyřešit, množství sociální podpory okolí a její provázanosti, aktuální psychický stav, osobnostní dispozice a trvalejších osobnostní charakteristiky (včetně temperamentu) a samozřejmě druh, intenzita a délka trvání působení stresoru apod.

Pro lepší představu můžeme stresory rozlišovat např. do těchto kategorií:

- Vnější, které jsou zapříčiněné především působením fyzikálních a chemických stresorů (hluk, teplo, chlad apod.).
- Časové, s těmi se setkáváme především tehdy, kdy má člověk zvládnout mnoho úkolů v krátkém časovém termínu a hrozí, že nestihne vše tak, jak má.

8 PŘÍLOHA: Příčiny psychického stresu.

9 PŘÍLOHA: Příklady každodenních spouštěčů obav a starostí.

- Vzniklé ze zodpovědnosti, v popředí je strach ze selhání, pocit rizika a ohrožení, interně vnímaná důležitost úkolu (např. vystoupení před mnoha lidmi – obava z ostudy). Do této kategorie můžeme zařadit i tzv. zkouškový stres (zkoušení ústní, písemné, maturita, státní závěrečné zkoušky apod.).
- Sociálně psychologické, vyskytují se v pracovních i mimopracovních oblastech života, patří sem komplikované (těžko řešitelné, s nejasným řešením) nebo konfliktní sociální situace (hádky, pře, rozdílnost názorů) všeho druhu, dehumanizované vztahy mezi lidmi, stále stupňované nároky na výkonnost (snaha být nejlepší, protože každý je nahraditelný), řešení složitých úkolů v časovém stresu, frustrace, sociální nejistoty, ohrožení životního standardu, nezaměstnanost a v některých částech světa dokonce válka či její hrozba. Za vůbec nejzávažnější psychosociální zátěž je všeobecně pokládána ztráta emočně blízké osoby (úmrtí, rozchod, rozvod).
- Pramenící z vnitřního nesouhlasu, jestliže má člověk plnit příkazy, které vnímá jako subjektivně nesmyslné.
- Pracovní a profesní, zde jde o specifický druh stresu spojený se specifickou pracovní a profesní situací. Zdrojem pracovního stresu mohou být nejrůznější faktory, např. sociální pracovní prostředí, do kterého spadají interpersonální konflikty, nesnadná komunikace, klima na pracovišti, konflikty vlastních životních rolí, kompetence. Dále s pracovním stresem souvisí i způsob organizace práce či náplň pracovní činnosti, jako jsou nároky na kvalitu, odpovědnost a výkon pracovníka či nízká autonomie pracovní činnosti (tj. možnost pracovníka rozhodovat o tempu práce, její povaze nebo podmínkách). Zahrnuta je i profesní perspektiva (nesrozumitelný kariérní řád a možnost růstu, nevyužití odborné kvalifikace). A v neposlední řadě se na pracovním stresu podílí fyzické prostředí, kde ke zvýšení stresu silnou měrou napomáhá např. hluk, prach, teplota, vyrušování jinými pracovníky, chybějící osobní prostor a klid na práci či špatně zajištěná bezpečnost. (*Švingalová, 2006*)

Výsledek psychické odezvy jedince na danou situaci záleží i na sociálních podmínkách, které jsou s ní spojené, a na naléhavosti splnění úkolu. Je-li splnění úkolu podmínkou získání odměny, může se člověk odměny vzdát. Horší situace ale nastává tehdy, kdy splnění úkolu znamená dosažení závažné životní potřeby (nadechnutí, žízeň, hlad, aj.), která je

nutná k přežití. Splnění úkolu se tak mění v sebezáchovu a průběh má povahu strádání (kde strádání můžeme popsat jako dlouhodobou zátěž nebo opakované vystavování zátěžovým vlivům). Nejnáročnější jsou pak situace, kdy je splnění úkolu podmínkou záchrany ještě vyšších hodnot, než je vlastní život jedince, které souvisí s pocity odpovědnosti a stupňované motivace. Modelové pokusy u primátů i u lidí prokázaly, že odpovědnost za poškození členů skupiny je snášena hůře (vyšší stresová odezva) než odpovědnost za vlastní bezpečí. (Hošek, 1999)

Nepřiměřené úkoly

Takové úkoly prezentují situace, kdy požadavky, které daná situace klade na fyzické i psychické kapacity člověka, jsou větší, než daný jedinec vlastní. Vystihuje to úsloví: „Bylo to nad jeho síly“. Principiálně nemluvíme pouze o situaci nadměrných úkolů, při kterých vystupuje jako závažný činitel zejména výkonnostní potence a pracovní kapacita člověka, i když tvoří většinu případů. Z psychologického hlediska sem patří i situace, kdy je „nad síly jedince“ vydržet situaci nepřiměřeně malých, často neustále se nabalujících (tj. deklasujících) úkolů. (Hošek, 1999)

Problémy a problémové situace

Zatímco situace nadměrných úkolů bývají spojeny především s množstvím požadavků, problémové situace se váží spíše na strukturu úloh a podmínek, v nichž jsou plněny. Problémová situace nabývá náročného rázu tehdy, kdy jedinec stojí před úkolem, pro jehož splnění a řešení je jen částečně vybaven schopnostmi, dovednostmi a informacemi. Zpravidla se jedná o něco nového, intelektuálně náročného, kdy řešení není jasně dané, ale musí se teprve obtížně hledat. Navíc se často člověku nabízí více řešení najednou a on si mezi nimi musí zvolit to správné. Od jedince je požadován vhled do nové, nestandardní situace, pro jejichž vyřešení nestačí dosavadní osvědčená schémata a postupy. Tyto zátěže mohou být spojené s přijetím nové funkce, s nutností použití nového technického zařízení, žádají si osvojení nové taktiky apod. S notnou dávkou zjednodušení můžeme říci, že nadměrné úkoly zatěžují organismus primárně fyzicky a sekundárně psychicky. Problémové situace jsou naopak zátěží rozhodovacích procesů a špatné rozhodnutí pak „trestá“ tělo zvýšenou námahou, což opět evokuje psychickou zátěž. (Hošek, 1999; Čírtková, 2006)

Frustrace

Frustrací se rozumí taková situace, kdy interní či externí překážky brání nebo minimálně znesnadňují možnost uspokojení aktuálních potřeb jedince. Na určitou, poměrně dlouhou dobu tyto „nepříznivé podmínky“ oddalují či znemožňují dosažení cíle. (Čírtková, 2006)

Deprivace

Deprivaci chápeme jako zvláštní frustrující situaci, kdy jedinec strádá v důsledku absence určitých vnějších podnětů, které uspokojují lidské potřeby. (Čírtková, 2006)

Konflikty

Slovo konflikt má latinský původ ve významu souboj či střetnutí. Konfliktní situace představují náročné životní situace, jejichž podstatou je spor. Konflikt může být jak interpersonální (spor mezi dvěma či více lidmi, rozdílnost názorů, neschopnost shodnout se na řešení apod.), tak intrapersonální (ty vznikají uvnitř jedince). (Hošek, 1999) K intrapersonálním konfliktům dochází tehdy, kdy se člověk musí rozhodovat mezi neslučitelnými nebo vzájemně se vylučujícími cíli nebo postupy jednání. Lidé často touží po věcech, které si vzájemně odporují nebo se vzájemně nedají skloubit. Cíle jsou v těchto případech neslučitelné, protože jednání zaměřené na dosažení jednoho cíle brání dosažení toho druhého. Kurt Lewin popsal konflikty, které mohou vznikat v psychologickém poli jedince, jakožto protiklady přibližně stejně velkých sil, mezi kterými se člověk musí rozhodovat. Lewin rozlišoval tři typy základních konfliktů.

- 1. Stav, kdy se člověk nachází mezi dvěma pozitivními valencemi: např. chce jít na sraz se spolužáky ze střední školy, ale zároveň chce jít do kina na premiéru nového filmu. Rozhoduje se tedy mezi dvěma cíli, které by rád uskutečnil, což ale není možné. Ať si však vybere kteroukoli variantu, bude to pro něho pozitivní.
- 2. Stav, kdy je člověk mezi pozitivní a negativní valencí: např. chce jít večer pose-
dět s přáteli, ale na druhou stranu se musí učit na test, jehož termín se neúprosně blíží, a on tak musí ke studiu využít každou volnou minutu. Jedná se tedy o stav, kdy by člověk rád dosáhl jednoho cíle, nicméně se při tom bojí, že zároveň nebude moci splnit ten druhý, který je pro něho sice nepříjemný, nicméně nutný.

- 3. Stav, kdy je člověk v sevření dvou negativních valencí: např. když se mu nechce strávit celé odpoledne u prarodičů, ke kterým je pozván na oběd, ale zároveň je nechce zklamat, protože ví, že by byli smutní. Ani jedna varianta člověku není příjemná, nicméně musí si vybrat tzv. menší zlo. (*Plháková, 2006*)

Konflikt však může vzniknout i v případě, kdy proti sobě stojí dva vnitřní motivy nebo potřeby. V naší společnosti se takové silné konflikty vyskytují zejména mezi následujícími motivy:

- Nezávislost vs. závislost. Člověk v době působení stresu může mít někdy potřebu vyhledat někoho, kdo se o něho postará a vyřeší za něj všechny jeho problémy. Na druhou stranu je mu však denně ze všech stran zdůrazňováno, že se o sebe musí umět postarat sám. Jindy bychom naopak rádi byli nezávislí (pocit závislosti na někom je vnímán jako ztráta vlastních schopností a kompetencí), ale okolnosti nebo někteří lidé nás do role závislých tlačí.
- Intimita vs. osamělost. Toužíme s někým sdílet náš každodenní život se všemi starostmi i radostmi, které přináší, ale na druhou stranu máme strach ze zranění, odmítnutí či nepochopení v případě, že se příliš odhalíme.
- Spolupráce vs. soutěžení. V naší společnosti je kladen velký důraz na soutěživost a úspěch, které jsou vyžadovány již od raného dětství, zároveň jsme ale v rámci přežití a udržení pracovní pozice nuceni spolupracovat s ostatními a pomáhat jim.
- Vyjádření impulzu vs. morální zásady. Něco chceme, toužíme po tom, ale zároveň se bojíme, abychom za tuto touhu nebyli morálně odsouzeni. Sex a agrese jsou pak dvě oblasti, v nichž se naše touhy a morální zásady dostávají do konfliktu nejčastěji. (*Atkinson, 2003*)

Krize

Výraz krize byl ze začátku používán zejména v medicíně, a to pro období, které předcházelo výrazné a klíčové změně v pacientově zdravotním stavu, ať již ve směru uzdravení nebo úmrtí. V posledních desetiletích se pak pojem krize stále více užíval a užívá v kontextu jevů majících psychologický, sociální či ekologický charakter.

Počátky teorie krize jsou spojeny se jménem Erika Lindemanna, který ve 40. letech 20. století věnoval pozornost reakcím lidí na katastrofu způsobenou požárem. Na jeho práci pak navazoval Gerald Caplan, který kromě klinického pohledu zdůrazňoval i kontext

komunity. Na základě jejich prací se krize od 60. let 20. století vymezuje jako proces – průběh reakce či odezvy na situaci, kterou jedinec nemůže snadno řešit v rámci svých obvyklých, naučených a již vyzkoušených strategií, jakými normálně zátěžové situace zvládá. Vymětal (1995) ji pak definuje v oblasti psychosociální jako důsledek střetu s nějakou překážkou, kterou nejsme schopni za pomoci vlastních sil, vyrovnávajících strategií, eventuálně za pomoci blízkých osob zvládnout v přijatelném čase a navyklým způsobem. R. Thom (1992) se zase zabývá problematikou krizí a katastrof a navrhuje definovat krizi jako stav, v němž každý objekt, který se na první pohled neprojevuje bezdůvodným oslabením regulativních mechanismů subjektu, je tímto subjektem samým vnímán jako ohrožení vlastní existence. Krizi tedy chápe jako subjektivně ohrožující situaci se silným dynamickým nábojem nesoucím potenciál změny, bez které by však nebylo možné dosáhnout životního posunu a zrání. Krize se vždy týká člověka jako celku a v jejím pozadí lze pak často vystopovat starší, nezvládnuté konflikty a traumata či nedůsledná a povrchní řešení starších krizí. Krize vzniká vždy v součinnosti dvou faktorů, jimiž jsou: vyladěnost organismu (připustit si krizi) a vnější spouštěč (defacto stresor). (Baštecká, 2005; Matoušek, 2003, Vymětal, 1995)

Obecně krize značí vyvrcholení nějakého děje směřujícího k nutné a neodkladné změně. V ději se rozhoduje o pozitivní nebo negativní povaze krize a o jejích důsledcích pro budoucnost. Předpokladem dobrého rozhodnutí v průběhu krize je schopnost rozlišit mezi podstatným a nepodstatným. Krize je na rozdíl od traumatu definovaná samotným jedincem. Pro každého je tedy tzv. krizová situace individuální záležitostí. Když jedinec v průběhu trvání krize porovnává vlastní zdroje a síly s požadavky prostředí, nabývá dojmu, že tyto požadavky překračují možnosti jeho zdrojů sil.

Krize s sebou většinou nesou prožitek naléhavosti a neodkladnosti, tísně, nouze a obav. V případě akutního průběhu krize (= vnímaný daným jedincem jako krize s prvky, které jsme jmenovali výše) trvá obvykle tak zhruba do šesti týdnů. Pokud se situace nezmění nebo nejlépe nevyřeší, začne docházet ke změně, prožitek krize se může proměnit v onemocnění těla. Situace se stává chronickou, a aby jedinec předešel větším problémům, musí se v ní naučit žít, přiměřenými způsoby ji zvládat a dojít k nějakému zdárnému řešení. V období krize člověk sám pociťuje potřebu nějaké změny. Podněty, které krizi způsobují, jsou např. ztráta, změna, nutnost volby – což pro jedince často představuje hrozbu

a ohrožení. Dochází tedy k tomu, že určitá změna tedy krizi navozuje a zároveň změnu často způsobí. (*Baštecká, 2005; Matoušek, 2003*)

Nakonec můžeme ještě rozlišit určité typy krizí, které mimo jiné rozlišujeme na základě:

1. Způsobu manifestace:

- Zjevné krize. Krize, které si člověk velmi dobře uvědomuje, připouští a většinou ho nutí něčemu se postavit a čelit tomu tváří v tvář, což podporuje jeho sebeobraz a hodnotový systém (př. rozpad vztahu, nevěra, nemoci apod.).
- Latentní krize: jsou takové, které si člověk neuvědomuje a nechce si je, nebo dokonce ani nemůže připustit. Tento stav může trvat poměrně dlouhou dobu a často vede k nevědomým a taktéž nevýhodným způsobům většinou krátkodobé adaptace. To se může projevit např. únikem do nemoci, přílišnou pracovní aktivitou, abúzem návykových látek apod. Tyto se po čase mohou manifestovat v krizi zjevnou.

2. Jejího průběhu:

- Akutní krize. Ty bývají bouřlivé, mají ostrý začátek, a někdy dokonce i konec. Bývají okamžitou reakcí na traumatické životní události (autonehoda, zranění apod.).
- Chronické krize. Bývají svým počátkem nenápadné (plíživé), o to déle však také trvají (řádově měsíce až roky). Nejčastěji jde o stavy mající charakter latentní krize a často vznikají v důsledku nedostatečného nebo povrchového řešení akutních krizí (typickým příkladem je nedořešený konflikt v manželství nebo ve vztahu). (*Matoušek, 2003*)

Zkušenosti z praxe potvrzují, že rozhodující pro klidné vyřešení krize bez dalších následků je rozmezí zhruba prvních čtyři až šest týdnů. Pokud v tomto období člověk najde způsob, jak prožitou událost akceptovat, řešit ji, vyrovnat se s ní a integrovat ji, má velmi dobrou naději na to, že krize nezanechá další následky. Avšak nepodaří – li se krizový stav zvládnout, obvykle dochází k jeho prohlubování, což může vést až k psychickému ohrožení jedince. To se projevuje např. nesnesitelnou úzkostí, neúnosnými pocity viny, studu, snížením sebehodnocení a může se objevovat i tzv. Ringelův presuicidální syndrom, který je charakterizován zejména tzv. dynamickým zúžením psychického pole, což znamená snížení schopnosti vnímat druhé lidi, sebe sama, jiné hodnoty. Do popředí se dostávají staré, z dřívějšíka fixované vzory chování (často maladaptivní), mizí kreativita

a potlačenou agresivitu zaměřuje člověk proti sobě. Postižený pak nedokáže nasměrovat energii správným směrem k nalezení řešení problému a rozvíjí se typické únikové taktiky chování, jakými jsou např. útek od zdroje ohrožení (z domova), útek za ochranou a péčí (do nemoci, regrese, k matce), útek do světa fantazie a snů, snaha o uskutečnění nereálných plánů a bohužel – někdy i útek od života (suicidiem). (*Matoušek, 2003*)

Traumatická událost

I když se každý z nás během života setká s mnoha stresujícími situacemi, ne každý se setká s traumatickou událostí. Traumatickou událost můžeme definovat jako zážitek, který téměř u každého jedince vyvolá v době jeho působení pronikavou tíseň a výraznou stresovou reakci – je tedy definovaná spíše podnětem (než samotným jedincem). Vesměs sem můžeme zařadit události, při kterých jde o ohrožení života, zdraví a tělesné či psychické integrity nebo nejdůležitějších hodnot. V našich podmínkách vznikají traumata nejčastěji v souvislosti s nehodou, železničním či důlním neštěstím, požárem, znásilněním, sexuálním zneužitím, týráním, přepadením, únosem, pokusem o vraždu nebo jinou násilnou trestnou činností.

Traumatizující události se vyznačují velkou silou působení; ale pozor, ne každá dopravní nehoda a ne každá povodeň mezi ně musí automaticky patřit. Mezi jejich charakteristiky můžeme řadit i náhlost a nezvladatelnost, důležitá je však podmínka, jak už bylo řečeno výše, aby došlo k „ohrožení fyzické integrity“. Pro naprosté ujasnění můžeme říci, že traumatizující událost je vymezena:

- Tím, co se děje, neboli typem události; obvykle jde o něco nenadálého, hrozivého a život ohrožujícího, narušujícího tělesnou celistvost jedince (znásilnění, mučení, dopravní nehoda, povodeň) nebo jeho blízkých.
- Tím, jak na dění jedinec reaguje, tedy typem reakce. Ač tíha traumatické události dopadá téměř na všechny a vyvolává skoro u všech poznatelné projevy tísně, beznaděje, hrůzy – i tak nacházíme velké rozdíly mezi tím, jak daného člověka událost poznamená. I když se může zdát, že někoho traumatická událost nezasáhla, neměli bychom péči o něj nikdy podcenit.

Trauma však daná událost nemusí vyvolat pouze u oběti, ale i u jejich svědků. Okamžik, kdy se událost stává traumatickou, nastává v tu chvíli, kdy z různých důvodů překročí schopnost člověka emočně ji zvládnout a dochází tedy k emocionálnímu zranění,

ke kterému dochází v případě, že člověk zakouší extrémní strach, bezmoc nebo hrůzu, a to alespoň v určitém úseku dané události. Podstatou traumatu je, že působením vnějšího podnětu dochází k poničení psychických a biologických adaptačních mechanismů jedince. Trauma pak vzniká působením jednoho extrémně stresujícího zážitku či dlouhotrvající stresové situace, jejichž charakteristikami jsou: příčina je pro jedince vnější, je pro něho extrémně děsivá, znamená bezprostřední ohrožení života nebo tělesné integrity či vytváří v jedinci pocit bezmocnosti.

Co víc, stresující nebývá jen sama ohrožující událost, ale také se jí často stávají i věci, které se stanou poté. Jako příklad můžeme uvést např. operace po dopravní nehodě, reakce rodiny a přátel (kam patří např. negativní reakce jako nezáměr, necitlivost, odmítnutí, nepochopení, kritika, výčitky, „cejchování“, či dokonce odvrácení se od postižené osoby), dále reakce policie – její jednání a následný výslech, soudní líčení atd. To vše může účinek traumatické události dále zesilovat a komplikovat její následné překonání. Smutným faktem bývá i to, že ne v ojedinělých případech bývají důsledky traumatu subjektivně vnímány jako více traumatizující než daná událost a třeba boj o holý život.

Traumatická událost je schopna vyvolat hluboké a trvalé změny v oblasti fyziologické, emoční i kognitivní. Události takového rozsahu se nelze přizpůsobit, protože ohrožuje základní představy o světě, které jedinec má. Narušuje jeho vnímání světa jako uspořádaného, smysluplného a bezpečného místa. Člověk není v dané události schopen nalézt smysl či význam a není schopen z ní uniknout a pochopit ji. (*Praško a kol., 2003; Vizínová, Preiss, 1999; Baštecká, 2005*)

Salutory

Jak už bylo řečeno, mezi lidmi existuje velká interindividuální a intraindividuální variabilita pojetí stresu a stresových situací. Je popisováno mnoho faktorů, které tuto variabilitu ovlivňují. Mezi jinými jsou to především osobnostní dispozice a trvalejší individuální charakteristiky osobnosti. Činitelé, které posilují a upevňují osobnost jedince v náročných životních situacích (jako jsou i stres), se nazývají salutory.

Vznik stresu je spojován se situacemi, kdy se v životě člověka objeví tzv. stresory (ať už je to jeden velký stresor nebo více malých). Kromě těchto stresorů, které na nás působí negativně, existují i tzv. salutory neboli schopnosti, dovednosti, síly a možnosti danou situaci řešit. Salutory – tedy faktory pomáhající úspěšně řešit vzniklou situaci a zvládat

stres, jsou individuální a záleží tedy na každém, co mu pomáhá. Můžeme je však preventivně posilovat různými aktivitami, jako je např. zájem o relaxaci a procvičování relaxačních technik, seznamování se s problematikou duševního zdraví, posilování vlastní nezdolnosti apod. (Křivohlavý, 1998; Švingalová, 2006)

4.5 Copingové strategie

„...když je toho na mě moc, cítím tu prázdnotu a myslím si: to přece nezvládneš, pak je pro mě vždy velkou útěchou, když si představím: vždyť se můžeš kdykoli zabít, a pak máš pokoj...“ (šestatřicetiletý lékař) (Schmidbauer, 2000, s. 20)

Ještě než se začneme zabývat tzv. copingovými strategiemi, měli bychom zmínit jednu skutečnost, která je důležitou součástí schopnosti jedince vyrovnat se se stresem (coping with). Mluvíme zde o schopnosti vůbec rozpoznat stav, kdy na nás stres působí (senzitivita k symptomům). Obvykle se jedná o:

Organické příznaky, kam řadíme: bušení srdce (palpitace), tj. když srdce bije příliš rychle a silně, mohou se dostavovat bolesti hlavy a pocity sevření na prsou. Dále sem řadíme:

- nechutenství
- svírání a bolesti břicha, průjem, případně zácpa
- častější puzení k močení
- pokles sexuální touhy až úplná impotence
- změny v menstruačním cyklu (nedostavení se krvácení apod.)
- nadměrné svalové napětí, bolesti v oblasti krční či bederní páteře, bodavé, řezavé a palčivé pocity v končetinách
- nepříjemné pocity v krku („knedlík“)
- dvojí vidění a obtíže se soustředěním zraku na jediný bod (fokuzace)

Emocionální příznaky:

- prudké změny nálad

- nadměrné „zabývání a trápení se“ s drobnostmi
- neschopnost vcítit se do jiných – chybějící empatie
- hypochondrické projevy
- únik do denního snění, autismus
- únava, neschopnost koncentrace, nemožnost dovést úkoly do konce
- podrážděnost, popudlivost, úzkostnost

Příznaky v chování:

- nerozhodnost, hořekování, naříkání
- absence v zaměstnání, pomalé uzdravování
- větší nehodovost, horší šoférování
- snížená kvalita práce, odmítání úkolů, snaha podvádět v souvislosti s úkoly – znaky pasivní agrese
- zvýšená tendence ke konzumaci cigaret, alkoholu a drog
- přejídání se nebo naopak nechutenství
- změna životního rytmu, nespavost
- snížení pracovního výkonu

Čím dříve jsme schopni rozpoznat na vlastním těle fyzické i psychické příznaky toho, že se „něco děje“, že „něco není v pořádku“, tím dříve a lépe jsme schopni zmobilizovat své síly a najít tu nejlepší variantu řešení, která nám pomůže se lépe s danou nepříjemnou situací smířit, vyrovnat a najít pro ni řešení. (*Švingalová, 2006*)

Zvládání a prevence stresu (tj. coping) je jedním z nejvýznamnějších témat psychohygieny (péči o psychiku a duši). Volba technik využívaných ke zvládání stresových situací a obranné reakce jsou silně individuálně specifické. Co tedy pomáhá jednomu, nemusí být vůbec účinné u někoho jiného a naopak. Každý člověk si v průběhu života vytváří své vlastní způsoby prevence proti stresu a vyrovnání se s ním. Jejich utváření se vyvíjí na základě: způsobu života, zařazení ve společnosti, genetických dispozic, stylu rodinné výchovy, prostředí, ve kterém jedince vyrůstá apod. Některé strategie jsou vysoce adaptivní a zralé, jiné méně, a některé z nich jsou dokonce až maladaptivní, nicméně všechny mají podobný cíl - zachování nebo znovuobnovení psychické i fyzické rovnováhy jedince. (*Švingalová, 2006*)

V zásadě je možné rozlišit dva základní způsoby zdolávání stresu:

Obranné mechanismy:

Představují defenzivní přístup určitého jedince k situaci, která se mu jeví jako nesnadná, těžko řešitelná a současně silně ohrožující vlastní sebeúctu, sebehodnocení a sebevědomí. U každého jedince se v průběhu vývoje vytvořily určité obranné mechanismy, které se aktivují v zátěžové situaci. Obranné mechanismy probíhají bezděčně (neuvědomovaně) a fungují jako pokusy o zvládnutí situace tím, že ji překrucujeme tak, aby se stala přijatelnější pro jedince a neohrožovala tak jeho sebepojetí. Jde o iluzorní zpracování dané situace v mysli, které probíhá spontánně a bezděčně. (Čírtková, 2006)

Mezi obranné mechanismy patří:

- **VYTĚSNĚNÍ** – při kterém dochází k vyloučení příliš ohrožujících nebo bolestných impulzů, vzpomínek či myšlenek z vědomí. Freud ho považoval za nejzákladnější a nejdůležitější obranný mechanismus. Vytěsnění se liší od potlačení, což je proces úmyslného sebeovládání, kdy člověk ovládá svoje impulzy a přání (vnitřně si je uvědomuje a připouští, ale na veřejnosti je popírá), případně je odsune jen na určitou dobu (např. v době, kdy se potřebuje soustředit na jiný důležitý úkol). Potlačované myšlenky si člověk uvědomuje, ale vytěsněné ne. Problém v jejich úspěšnosti je, že vytěsnění či potlačení je téměř vždy neúplné a málokdy zcela uspokojivé. Vytěsněné či potlačené myšlenky se totiž často „vrací zpět“ (v různých podobách) a nabývají ještě silnějšího rázu, jakmile bdělost člověka ochabne. Navíc vytěsnit vzpomínky a udržet je mimo vědomí je také velmi náročný proces, který oslabuje psychickou i fyzickou integritu člověka.
- **RACIONALIZACE** – nejde zde o to „jednat racionálně“, jak by se možná na první pohled mohlo zdát. V tomto případě dochází k tomu, že jedinec přisuzuje logické nebo sociálně žádoucí motivy našim aktivitám, o kterých nejsme naprosto vnitřně přesvědčeni, že jsou správné, nebo nám z nějakého důvodu nevyhovují. Snažíme se tak dodat zdání racionality našemu chování a jednání. Racionalizace slouží především ke dvěma účelům: měla by zmírnit naše zklamání, když se nám nepodaří dosáhnout vytouženého cíle („stejně jsem to nechtěl“, „možná je to tak nakonec lepší“) a za druhé nám poskytuje přijatelné motivy pro naše chování. Když např. jednáme impulzivně nebo na základě motivů, které si nechceme přiznat ani sobě, natož jiným, snažíme se toto jednání logicky zdůvodnit a podložit racionální-

mi argumenty. V podstatě dochází k tomu, že místo „skutečného“ důvodu (který by vysvětlil naše chování), hledáme „dobrý“ důvod. Dobrým a výstižným příkladem zde může být např. tzv. posthypnotická sugesce. Hypnotizér dá hypnotizovanému v průběhu transu nějaký úkol, který má splnit, až se z transu probere (to si samozřejmě zhypnotizovaný neuvědomuje). Když se pak probere z transu a učiní příkaz, který mu byl během hypnózy uložen, a je dotázán, proč tak učinil, snaží se podložit své chování nějakým racionálním důvodem, ačkoli vlastně vůbec nemá představu, proč cítil nutkání se tak zachovat.

- **REAKTIVÍ FORMACE** – (neboli reaktivní výtvar) v tomto případě dochází k tomu, že pro jedince neakceptovatelné sklony jsou nahrazeny opačnými (přijatelnými). Např. fanatický boj některých lidí proti úpadku morálky, alkoholu a hazardním hrám může být projevem reaktivní formace. U takových jedinců můžeme v minulosti vystopovat problémy s kontrolou vlastních impulzů a jejich horlivost tak může být pouze obranou proti možnosti spadnout opět na šikmou plochu.
- **PROJEKCE** – zde jedince připisuje vlastní nežádoucí vlastnosti druhým lidem, a to dokonce ve zvýšené formě. Tento nevědomý mechanismus nás chrání před poznáním našich vlastních nežádoucích rysů a vlastností tak, že je připisujeme druhým a pak na ně upozorňujeme. Jestliže uděláme něco špatného (např. podvedeme partnera), pak pro nás bude jednodušší žít s tímto faktem, když se „ujistíme“, že přeci podvádějí všichni. Projekce je formou racionalizace, nicméně je tak rozšířená, že je ve výčtu obranných mechanismů postavena samostatně.
- **INTELEKTUALIZACE** – snaha o oddělení se od stresující události užitím abstraktních, intelektuálních, silně logických výrazů. Člověk se snaží získat emoční odstup od dané situace. Tento druh obranného mechanismu je důležitý především u lidí, kteří se ve své každodenní práci setkávají s umíráním a smrtí (lékaři, hasiči, policisté atd.).
- **POPŘENÍ** – člověk zde popírá existenci nějaké reálné, ale nepříjemné či pro něho nepřijatelné situace. Např. vojáci, kteří prošli bojem či zajetím, uvedli, že popření možnosti smrti jim pomohlo přežít. Popření ale může vést k tomu, že člověk odkládá nepříjemné povinnosti až do té doby, kdy už je na jejich řešení pozdě.
- **PŘESUNUTÍ** – (neboli sublimace) při tomto mechanismu dochází k tomu, že motivy, které nelze uspokojit v čisté, jasné a konkrétní formě, jsou přesměrová-

ny na náhradní cíl. Např. erotické impulzy, které není možno vyjádřit a uspokojit přímo, mohou být vyjádřeny nepřímou tvořivou činností, jako je umění, poezie či hudba. Náhradní činnost tak pomáhá snižovat napětí, když není možno uspokojit základní pud. (Atkinson, 2003)

Strategie zvládnání stresu:

Představují účelné, uvědomované cesty využívané ke zvládnání životních obtíží. Jsou chápány jako složitý myšlenkový pochod, ve kterém se jedinec rozhoduje a vybírá určité řešení a snaží se stanovit si osobní postoj k tíživým událostem.

- Behaviorální techniky: do těchto technik patří např. biologická zpětná vazba (biofeedback), kdy jedinec dostává informace (zpětnou vazbu) o určité proměnné svého vlastního fyziologického stavu, a potom se snaží tento stav změnit. Dále pak relaxační trénink, meditace, cvičení.
- Kognitivní techniky: kognitivně – behaviorální terapie se snaží pomoci lidem zjistit typy stresových situací, které jsou příčinou jejich tělesných symptomů, a pak se snaží změnit způsob, jak se s nimi vyrovnat. (Atkinson, 2003, Švingalová, 2006)

Samozřejmě však existují i strategie neúspěšného zvládnání stresu, kam řadíme:

- Tzv. ruminační strategie, které spočívají v uzavření se do sebe, do vlastního „světa“, kde pak dochází k neustálému přemílání problému, trápení se, donekonečna se opakujícímu popisování pocitů, bez zjevné snahy situaci změnit. Jde spíše o neustále hlubší ponořování se do daného problému beze snahy ho jakkoli řešit („utápění“ se ve vlastním trápení).
- Tzv. vyhýbavé strategie, které spočívají v opíjení se, hazardérství s vlastním zdravím a životem, snaze změnit nepříjemný stav jakýmkoliv, i nebezpečným rozptýlením. (Švingalová, 2006)

Výběr vhodného způsobu vyrovnání se se zátěží

Vyjmenovali jsme si nejrůznější mechanismy a strategie, které lidé používají pro to, aby se vyrovnali se stresem a jeho následky. Soubor strategií a mechanismů je typický pro každého jednotlivce a vyvíjí se v průběhu celého života (ovlivňuje ho genetika, výchova, společenské postavení, sociální, školní a pracovní zařazení apod.).

K vývoji obranných mechanismů a strategií dochází postupně. Když na člověka začne působit nová zátěž, chová se nejprve náhodně vybraným způsobem (volí styl jednání a chování, ke kterému má určité dispozice, nicméně volba je poměrně náhodná na základě ne příliš racionálně podloženého úsudku). V průběhu ontogeneze se pak určité zátěže opakují a hlavně se opakují typy náročných životních situací (situace a zátěže vykazují podobné znaky). Po zprvu náhodném chování jedinec záhy pozná, že při volbě určitého způsobu chování je subjektivně negativní dopad zátěžové situace menší či naopak větší. Na základě principu podmiňování potom daný jedinec jeví tendence chovat se v obdobných situacích už ne náhodným způsobem, ale způsobem osvědčeným, který mu přinesl úlevu a pomoc v dané situaci, a naopak eliminovat chování a jednání, které dříve subjektivně zhoršily daný stav. Tímto způsobem se pak člověk naučí zvládat určité druhy zátěže tím, že si osvojí své „oblíbené, osvědčené a dříve úspěšné“ techniky chování pro určité situace a ty potom celkem stereotypně uplatňuje v náročných životních situacích. Osvojení těchto technik, kterými se člověk vyrovnává se zátěžemi se pro jedince stává jeho osobnostní výbavou a podstatným znakem jeho osobnosti. Jestliže si klademe za cíl poznat daného jedince nebo předvídat jeho chování v určitých situacích a chceme dosáhnout např. pozměnění jeho repertoáru chování v náročných situacích (např. z důvodu, že jím zvolené strategie a mechanismy jsou maladaptivní a ubližují mu), musíme se předem zabývat jeho osobním inventářem technik zvládnání náročných životních situací a otázkami, proč si daný jedinec osvojil právě tyto techniky a ne jiné. U mnoha lidí totiž dochází k tomu, že si osvojili nepříliš vhodné až maladaptivní techniky a strategie, které jim sice mohou v prvním okamžiku přinášet úlevu a falešný pocit, že situaci zvládli a zdárně vyřešili, v konečném důsledku jsou ale právě ony tím největším problémem. Člověk po nich vždy sáhne, protože mu přinášejí úlevu (alespoň dočasně) a vzdaluje se tak od těch mechanismů a strategií, které by byly mnohem účinnější, zralejší, vhodnější a úspěšnější. Typickým příkladem může být například obranný mechanismus vytěsnění. Člověk vytěsňuje nepříjemný zážitek (např. znásilnění) do podvědomí, což mu na krátkou dobu přinese úlevu. Problém je ale v tom, že tímto způsobem se člověk daného traumatu nezabaví, pouze ho odsune jinam. Navenek se pak může zdát, že daný člověk se s traumatickou událostí vyrovnal a zpracoval ji. Toto odsunutí ho však stojí velké množství psychických a fyzických sil, což vede k tomu, že jednoho dne tato obrana přestane fungovat a člověk se pod její tíhou zhroutí. Navíc se díky maladaptivní strategii odsouvá opravdové řešení problému do ústraní a místo toho,

aby docházelo ke zlepšení, dochází k vyčerpání daného jedince a možná i ke ztrátě šance se s danou traumatickou událostí vyrovnat a vyřešit ji. (*Hošek, 1999*)

5 Stres u policie

Policisté jako autority a představitelé složek prosazujících právo často v očích ostatních občanů naplňují a prezentují vlastnosti jako tvrdost, statečnost a hrdinství. Samozřejmě, každý policista by měl mít alespoň část těchto vlastností, nicméně v žádném případě nesmíme zapomenout, že jsou to především lidské bytosti, které zákonitě musí nějakým způsobem reagovat při mimořádně stresujících či traumatických událostech. (*Charoen, 1999*)

Problematika stresu je v současnosti postavena do popředí zájmu policejních psychologů a policejní psychologie jako takové. Hlavním důvodem je, že působení stresu a jeho důsledky jsou nejčastější příčinou pracovní neschopnosti či předčasného odchodu z aktivní služby. Samozřejmě policisté nejsou jedinou profesí, která trpí důsledky stresu, ale každá profese má své specifické zdroje zátěže. Takže otázkou není, zda policisté jsou vystaveni stresu více či méně než jiné profese, ale jaký druh stresorů ohrožuje právě policisty. Policisté jsou zatíženi jinými druhy stresorů než jiní zaměstnanci, protože se mnohem více než jiné složky dostávají do nebezpečných a život ohrožujících situací, kde o životě nebo smrti rozhodují i setiny vteřin. Musí prosazovat právo, zajišťovat veřejnou bezpečnost a pracovat v nebezpečném prostředí. Tento soubor pracovních podmínek se u jiných složek nevyskytuje. (*Patterson, 2009*)

Pod policejním stresem míníme takové situace, které jsou velkou většinou policistů vnímány jako zátěžové a jsou spojené s emocionálním a často i fyzickým vypětím. Když tedy někdo takovou situaci označí jako stresovou, je to naprosto normální a stres tak není důsledkem špatného výběru policistů či produktem osobnosti.

Policejní stres tedy musí být spojován s policistou, který:

- byl vybrán dle moderních výběrových procedur (prošel fyzickými i psychickými testy)
- je členem vcelku „normálního“ oddělení (na pracovišti funguje rozdělení rolí, disciplína, vládne tam poměrně příjemná atmosféra apod.)
- během výkonu služby se dostal do situace, která svými parametry přesahuje obvyklý rámec běžné lidské zkušenosti, narušuje emocionální stabilitu jedince, a příznaky stresu jsou v ní tudíž častým a zákonitým jevem

Psychologové se zabývají především posledním jmenovaným znakem. Snaží se identifikovat a popsat situace, při kterých často dochází k výraznému stresu. Do těch nejvýraznějších patří:

- post – shooting trauma (použití zbraně proti člověku)
- nasazení zásahové jednotky do nepřehledné situace včetně dramatického vyjednávání (zvláště když jsou na místě rukojmí – především pak děti)
- situace ohrožující život a zdraví zasahujících policistů
- některé mimořádné situace, ve kterých dochází ke kontaktu se smrtí (např. vyšetřování násilné trestné činnosti apod.)

V rámci násilné trestné činnosti dochází takřka každodenně ke kontaktu s násilnou nebo jinak tragickou smrtí. Obecně se však situace objasňování příčin úmrtí nepovažují za stresové (u „běžného člověka by samozřejmě stres vyvolat mohly, proto ne každý jedinec může tuto práci vykonávat). Stres u policistů zde vzniká až v případě, že jsou tyto situace spojeny s extrémními, mimořádnými charakteristikami vyšetřovaného případu. Výzkumy ukázaly, které okolnosti působí zvláště tíživě. Tyto okolnosti vyžadují zvýšené nároky na psychiku kriminalisty či vyšetřovatele. Ten musí vynaložit zvýšené úsilí, aby zvládl situaci na místě činu a všechny s tím spojené úkoly. Událost jim pak může: ulpívat v mysli, hůře se jim potlačují vzpomínky, vnucují se paralely k vlastnímu osobnímu životu. Je potřeba „bojovat“ s pocity trpkosti, bezmoci, apatie či smutku. Momenty, které působí stresově, jsou:

- Extrémní mrtvoly

Tak jsou označovány stresory vznikající bezprostředně při vnímání mrtvoly. Nepříjemné jsou např. nálezy mrtvol ve stádiu rozkladu či porušených a znetvořených mrtvol.

- Smrt dítěte

Vyšetřování případu smrti dítěte je pro policisty vždy psychicky mnohem náročnější (nezávisle na tom, zda je případ komplikovaný či snadný). Tento faktor zřejmě plyne z lidské podstaty, kdy děti představují nevinnost a vyvolávají ochranné pocity a potřeby. Navíc smrt máme spojenou spíše se stářím. Když zemře dítě, je to vnímáno jako nepřírozené, kruté a surové. Navíc takové případy často aktivují silné asociace s vlastním soukromým životem.

- Tragické okolnosti případu

Jsem je řazen komplex souvislostí, které „vtiskují“ případu obzvláště krutou tvář, okolnosti případu jsou tragické a působí i na zkušené policisty. Případ nabývá individuálního, lidského rozměru a vzbuzuje v policistech autentické pocity. Profesionální zvládnutí případu se tak stává náročnější. Psychická náročnost nevyplývá ani tak ze setkání s mrtvolou, nýbrž s kontaktem s pozůstalými osobami. Např. kontakt s mladou ženou, která po tragické smrti manžela zůstává sama s malými dětmi. V policistovi, který ji informuje o tom, co se stalo, vzbuzuje celá situace soucit a navozuje silné pocity bezmocnosti. Patří sem též skupina případů, kdy policista osobně oběť zná. (Čírtková, 2006)

Pro jasnější představu si můžeme zkoumané stresové situace rozdělit dle následujícího přehledu. Kritériem je zde především pravděpodobnost, s jakou daná událost může vést ke vzniku PTSP:

Základní typy policejních stresů	Konkrétní ilustrace
extrémní situace s velkým rizikem PTSP (většina osob má problémy své zážitky z místa akce psychicky zpracovat)	zákroky na místě masakrů a katastrof (v terminologii krizového managementu se v této souvislosti používá anglický pojem "disaster")
exponované (nenormální) situace riziko PTSP je v těchto situacích nižší (při jejich mentálním zpracování se více prosazují i individuální, subjektivní hlediska)	použití střelné zbraně smrt kolegy ve službě extrémní mrtvoly vyšetřování smrti dítěte mimořádné tragické nehody
náročné (zátěžové) situace riziko PTSP je minimální (při mentálním zpracování těchto okolností hrají obrovskou roli individuální, subjektivní momenty)	individuálně různé situace, které utkví v mysli jako tzv. "osobní pomníčky" (např. náročný zákrok vůči dětskému pachateli, pronásledování ujíždějícího auta pod majákem...)

(Čírtková, Spurný, 2001)

5.1 Posttraumatická stresová porucha (F43.1) - PTSP

Poprvé se o této poruše začalo mluvit v době první světové války. Část vojáků, kteří byli přímými svědky válečných běsů, začala trpět různými obtížemi a byl problém je dostat zpátky na frontu. Zpočátku byli podezříváni ze simulace (případně označováni za zbabělce a morální invalidy). Byli i různě trestáni, ale nic nepomohlo. Tito vojáci se budili v noci děsem, objevovali se u nich výbuchy hněvu, ztráceli sebekontrolu, trpěli poruchami paměti a prožívání, často sklouzli k nadužívání alkoholu či páchali sebevraždy. Nebyli schopni

se vrátit na frontu. Nejdříve byly tyto stavy nazývány „válečná neuróza“, „bitevní únava“, „granátový šok“ apod.

Ve 2. světové válce se mluvilo o tzv. „únavě z boje“ nebo o „bombovém šoku“. Psychiatri zde prokázali, že následkům válečných traumat může podlehnout i sebesilnější jedinec. Povaha psychiatrických obtíží je závislá na míře vystavení krutým podmínkám.

Cenné poznatky v tomto směru byly získané také ve vietnamské válce - respektive po ní. Když se u mnoha amerických vysloužilců objevily podobné potíže jako nespavost, deprese, zvýšená agresivita, či neklid, zavedli psychiatři pro tyto stavy společný název, tzv. postvietnamský syndrom. Veteráni z Vietnamu se v 70. letech sjednotili do svépomocných skupin a žádali psychiatrickou pomoc. Jejich poválečná aktivita podnítila mnoho výzkumů, které vedly k lepšímu popisu posttraumatické stresové poruchy jako následku válečných zážitků. Traumatické zkušenosti vojáků a vězňů z koncentračních táborů byly souhrnně označeny jako „syndrom přežití“. (Švingalová, 2006; Vizinová, Preiss, 1999; Hartl, Hartlová, 2004)

Nicméně podobné projevy jako u těchto vojáků se objevovaly i u dalších obětí, pročež bylo užíváno pojmů jako „nehodová neuróza“, „syndrom po znásilnění“ apod. Později se vžil jednotný název: posttraumatická stresová porucha. (Švingalová, 2006)

Posttraumatická stresová porucha je tedy definovaná jako opožděná protrahovaná reakce na určitou stresovou událost či situace, která mohla mít jak krátkodobé, tak i dlouhodobé trvání a vyznačovala se výrazně nebezpečným či katastrofickým charakterem, který by zanechal následky téměř na každém. (Smolík, 1996) Typické příznaky PTSP se zpočátku nemusí jevit nijak výjimečně a připomínají obvyklé reakce na ohrožující událost. Když však tyto příznaky trvají déle než měsíc, mluvíme o nich už jako o příznacích PTSP. Doba vzniku příznaků může být různá. Mohou se objevit ihned po události nebo i až po několika letech. Nejčastěji však vznikají s odstupem času, zhruba do šesti měsíců od události.

Protože jsou policisté vystaveni mnoha traumatickým událostem a neustále se setkávají s oběťmi a přeživšími, kteří zažili hodně bolesti a utrpení, jsou policisté velmi ohroženi poruchami vyvolanými stresem (ať už PTSP či akutní stresovou poruchou apod.). (Patterson, 2009)

Odborníci rozdělují příznaky PTSD do čtyř hlavních skupin:

1. dotírající a opakující se vzpomínky a sny (s úzkostným laděním), ve kterých dochází ke znovuprožívání traumatu

2. ztráta pozitivních emocí
3. vyhýbání se činností a situacím souvisejícím či připomínajícím traumatickou událost, vyhýbání se myšlenkám, pocitům nebo konverzaci o dané události
4. zvýšená psychická a tělesná zuřivost (*Praško a kol., 2003; Švingalová, 2006*)

Dalšími symptomy PSTP jsou:

- náhlé nezvládnutelné pocity, že se traumatický zážitek bude opakovat, obavy ze znovuprožití
- pociťování silné emocionální nebo mentální bolesti doprovázené nepříjemnými průvodními somatickými reakcemi, jestliže se člověk setká s něčím, co mu traumatizující událost připomíná
- pocit emocionální otupělosti
- odcizení se lidem (a to i blízkým)
- úzkost, deprese, emoční labilita, poruchy spánku, špatná koncentrace, zvýšená ostražitost
- neschopnost těšit se z činností a situací, které dříve člověku činily radost
- neschopnost plánovat budoucnost
- pocity viny z přežití (*Švingalová, 2006*)

Výzkumy ukazují, že u přibližně 25% lidí, kteří jsou nějaké katastrofické události vystaveni, se PTSP rozvine. Procento pak ještě výrazně narůstá u situacích, kterou zavinili druzí lidé, jako je tomu u znásilnění, mučení, týrání, přepadení a válečných událostí a zločinů. (*Praško a kol., 2003*)

Aby PTSP u člověka vznikla, nemusí být přímo obětí dané události, stačí, že je jí přítomen. Udává se, že PTSP v populaci trpí přes 10 % lidí a ještě více jich pak prožívá neúplný obraz této poruchy. Průběh této poruchy je u různých lidí odlišný. U někoho příznaky odezní samy, u jiných přetrvávají mnoho let a někdy i celý život. Záleží na mnoha faktorech, jakými jsou osobnost, vnitřní dispozice, pomoc okolí, životní podmínky atd. PTSP se nevyvine u každého (její rozvoj je ryze individuální). Obecně však platí, že čím těžší trauma a větší bezmocnost se mu bránit a čím menší podpora od okolí, tím je pravděpodobnost rozvoje PTSP vyšší. (*Praško a kol., 2003*)

5.2 Použití střelné zbraně (post – shooting trauma)

„Post – shooting trauma“ představuje jedno z relativně nových, ale velmi aktuálních témat v policejní psychologii. Tento termín pochází z Anglie, je však užívaný po celém světě. Do češtiny je možno ho volně přeložit jako psychickou stresovou reakci, která může vzniknout po použití střelné zbraně proti člověku. Tato problematika byla nastolena zhruba v 80. letech v USA v přímé souvislosti s posttraumatickou stresovou poruchou – viz výše. (Čírtková, 2006)

5.2.1 Výzkumy post – shooting traumatu

Na počátku 80. let byly publikovány zprávy amerických výzkumníků, které hovoří o příznacích PTSP vyskytujících se u policistů, kteří se ocitli v situaci, ve které došlo k použití zbraně proti člověku (když policista postřelí nebo zastřelí jiného člověka anebo když přihlíží k násilnému usmrcení kolegy při policejním zásahu). V těchto případech se vždy jedná o skutečnost, která přesahuje běžnou lidskou zkušenost, a proto představuje silnou psychickou zátěž. Důsledky takové události na konkrétního jedince jsou odlišné a silně individuální, závislé na mnoha faktorech (kromě osobnosti, sociálních podmínek apod.). Záleží především na zařazení k útvaru – protože speciální složky jako ZJ či jednotka ÚRN jsou na takovou situaci připraveny a cvičeny (na rozdíl od řadových policistů). To tedy znamená, že ne vždy, když je policista přítomen situaci použití střelné zbraně, se u něho automaticky vyvine post – shooting trauma. Současné poznatky a statistiky nám zatím umožňují pouze pravděpodobnostní závěry.

Dle amerických zdrojů vykazují až dva ze tří policistů příznaky PTSP s různým stupněm závažnosti. (Čírtková, 2006)

Nielsen ve své studii, do které zahrnul šedesát tři městských, krajských a státních příslušníků policejních složek majících za sebou zkušenost s použitím střelné zbraně, zjistil, že tři čtvrtiny příslušníků zaznamenalo zkreslené vnímání během celé události (např. tunelové vidění, sluchová otupělost). Neilson dále zaznamenal, že během prvního týdne po události se u více než 90 % probandů objevil alespoň jeden fyzický symptom jako nevolnost, bolesti hlavy, celková únava apod. Skoro 90 % z nich zaznamenalo i emoční či psychické obtíže jako deprese, úzkost či dotěrné myšlenky na daný incident. Nielson se dále zajímal o to (nezávisle na tom, zda pociťovali nějakou změnu – nějaké obtíže či

nikoli), zda se nějakým způsobem změnil jejich postoj v prvních třech měsících následujících po dané události, ve které použili zbraň. Zjistil, že téměř 80 % policistů uvedlo jako nejčastější změny apatii a zvýšenou opatrnost. (*Nielsen, 1981, in Klinger*)

Další výzkumy Strattona a kol. (1984) už nepřinesly tolik informací jako ty Nielsenovy. Jeho výzkum šedesáti příslušníků Los Angeleské policie, kteří se dostali do situace střelby, přinesl málo informací o následcích po události použití střelné zbraně. Došel pouze k závěrům, že někteří policisté „příležitostně“ prožívali flešbky (zpětné vzpomínky na událost) a měli „nějaké“ potíže se spánkem během prvního týdnu po incidentu. Konečný výstup byl takový, že 30% policistů prohlásilo, že je situace použití střelné zbraně ovlivnila hodně, 34% prohlásilo, že efekt byl „mírný“, zaznamenali nějaké obtíže lehčího rázu, a zbylých 36% prohlásilo, že jejich další život tato událost ovlivnila minimálně, anebo dokonce vůbec (*Stratton a kol., 1984, in Klinger*).

Další výzkumy v této oblasti pak pocházejí od Solomona a Horna (1986). Ti se dotazovali osmdesáti šesti policistů, kteří během výkonu služby zastřelili podezřelého. Zaznamenali, že:

- v okamžiku, kdy vystřelili ze střelné zbraně, 83% policistů zažívalo časové zkreslení celé situace
- 67% zaznamenalo určité sluchové zkreslení
- 56% zažilo zrakové zkreslení

V případech, kde se objevila nějaká post – shootingová reakce, bylo dále zaznamenáno:

- 58% pociťovalo zvýšenou míru agresivity a hněvu
- u 46% byly zaznamenány potíže se spánkem
- u 44% z nich se objevily dotěrné myšlenky

Dále z jejich výzkumů vyšlo, čím větší podporu policisté cítili ze strany rodiny, kolegů apod., tím mírnější byla jejich odezva na celou událost. Problém v jejich studii byl ten, že nezohledňovali působení času (jak dlouho po události se dané problémy vyskytly). (*Solomon, Horn, 1986, in Klinger; Lejsková, 2008*)

Artwohl a Christensen svou práci zaměřili pouze na reakce – percepční zkreslení vzniklé během střelby. V jejich průzkumu však různá zkreslení dosahují vyššího výskytu, než tomu je v jiných výzkumech. Podle nich např. u 82% policistů bylo zaznamenáno tunelové vidění (předchozí nejvyšší uvedená míra vzniku tunelového vidění bylo 44% - Campbell 1992), podobně vizuální zkreslení oni popisovali u 65% případů, zatímco před-

chozí výzkumy upozorňovaly na tento problém pouze u 18% případů (Solomon a Horn). Sluchové zkreslení Artwohl a Christensen diagnostikovali u 88% případů, zatímco předchozí výzkumy mluvily o 51% (Solomon a Horn). (*Artwohl, Christensen, 1997, in Klinger*).

Mezi nejobsáhlejší systematické výzkumy patří výzkum Campbella, který se ve svém výzkumu zaměřoval na agenty FBI. Campbell sestavil šestnáctistránkový dotazník, který zadával tváří v tvář daným policistům. Do výzkumu bylo zahrnuto sto šedesát sedm policistů, kteří se ocitli v situaci použití střelné zbraně v letech 1973 – 1989. Své objevy shrnul do třech kategorií:

- 1) fyzická a emocionální reakce v době střelby
- 2) psychologická odpověď následující po střelbě
- 3) fyzická a emoční odpověď po střelbě

Dle nejčastějších emočních a fyzických reakcí byly zaznamenány během události střelby především nedůvěra, že se daná situace vůbec děje (37%), pocit vzrůstající fyzické síly (46%), tunelové vidění (44%) a sluchové zkreslení (oslabení) (42%). Dotazník, který Campbell použil, zahrnoval položky, které zaznamenávaly psychologické, fyzické a emoční změny, které policisté zaznamenali do dvaceti čtyř hodin po události a pak během prvního týdne po události. Dotazník se také zaměřil na změny v postojích či emočních stavech, které se udály během prvních šesti měsíců po události. Výsledky ukázaly, že během prvního týdne po události se u 62% vyskytly myšlenky, které policistu vracely zpět k události, v 29% se objevily sny připomínající událost, 32% mělo problémy se spaním, 24% pociťovalo únavu a 25% zažívalo pocity úzkosti či tenze. Campbell prohlásil, že na mnoho agentů měla situace použití střelné zbraně negativní dopad. 27% z nich se velmi obávalo vyšetřování události a 20% identifikovalo massmedia jako největší zdroj potíží a nepříjemností. Na druhé straně 60% agentů věřilo, že diskuze o dané události s dalšími kolegy, kteří se také ocitli v situaci, kdy museli použít střelnou zbraň, jim pomohla vyrovnat se s jejich vlastními pocity. Co víc, Campbell zaznamenal, že u agentů, kteří prošli systematickým post – shootingovým debriefingem, měla situace méně negativních následků s porovnáním s kolegy, kteří debriefingem neprošli. (*Campbell, 1992, in Klinger*).

První studie z Evropy pak pochází z 80. let a potvrzují údaje z USA. Např. holandský autor Gersons uvedl, že z třiceti sedmi sledovaných policistů pouze tři nevykazovali žádné

příznaky PTSP, Ale na druhou stranu u sedmi policistů byla diagnostikována chronická poststresová porucha. K PTSP jsou náchylní především ti policisté, kteří se vědomě snaží potlačovat přirozené citové reakce, naučili se nedávat svoje city najevo a touží po získání role tvrdého a nekompromisního strážce zákona. To je také jeden z důvodů, proč zatím mnoho policistů odmítá pomoc, která je jim nabízena. Znovu se tu projevuje stereotyp „tvrdého policisty“ (tough cop). Prosba o pomoc v jejich očích vypadá jako projev slabosti, nebo dokonce nestabilita v profesi, kde jedinci spoléhají na psychickou tvrdost kolegů, když se ocitají v život ohrožujících situacích. (Čírtková, 2006; Charoen, 1999)

5.2.2 Projevy post-shooting traumatu

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

Při post – shooting traumatu hovoříme v podstatě o zvnitřněném stresu vzniklém po události, v níž byl policista nucen použít střelnou zbraň proti člověku. Je kombinací stresu, strachu, úzkosti a zmatenosti a většinou nastane v případě, že se naše morální představy a realita dostanou do konfliktu. Jedná se o emocionální distres vznikající u člověka, který byl nucen použít zbraň proti jiné lidské bytosti. Navíc psychická stránka je bohužel jednou z přehlížených aspektů obranné střelby.

Psychologická zkoumání v tomto směru přinesla odpověď na otázku, v čem spočívá traumatizující moment situace, ve které dojde k použití střelné zbraně proti jinému člověku a kde není podstatné, zda šlo o oprávněné použití střelby či nikoli dle právní kvalifikace. Ukazuje se, že důležitým faktorem je při tom zborcení základních životních iluzí, které každý z nás potřebuje k normálnímu, zdravému a plnohodnotnému životu. Jedná se především o:

- iluze nezranitelnosti či nesmrtelnosti (událost, v níž dojde ke zranění, či dokonce usmrcení jiné osoby aktivuje vědomí o konečnosti fyzické integrity)

- iluze kontroly či vlastní omnipotence (dochází zde k destrukci přesvědčení, že vše se dá vyřešit bez setkání se se smrtí)

Existuje mnoho symptomů, které se mohou objevit u člověka trpícího post – shooting traumatem. A u každého jedince se tyto symptomy mohou objevovat samostatně či v různých kombinacích. K typickým posttraumatickým reakcím po použití střelné zbraně pak řadíme následující projevy:

- Objevují se poruchy spánku.
- Noční můry, kdy postižení policisté často nechápou, proč dané vizualizace mají – nerozumí jim. Policisté mohou mít děsivé sny noc co noc. 80% policistů, kteří byli nuceni někoho zastřelit, trpí nočními děsy, které ho vrací zpět k dané události. 10% zažívá sny o jiné střelbě. Jednoho policistu pronásledoval sen, že osoba, kterou zastřelil, stojí u nohou jeho postele. Jiný zase přiznal, že měl tak děsivé sny, že se probouzel polítný studeným potem a s příšerným křikem. Jiný policista zas viděl noc co noc ve snu umírat své kolegy.
- U některých se mohou objevovat i halucinace. Např. jeden policista uvedl, že když byl na hlídce ve svém autě, náhle uviděl osobu, kterou předtím ve výkonu služby zastřelil, jak sedí vedle něho na sedadle.
- Flešbky. Při flešbecích dochází k tomu, že člověku se daná situace neustále přehrává v mysli. Při neustálém opakování si dané události v mysli často dochází k nejrůznějším zkreslením. Např. že člověk vnímá celou situaci jaksi zpomaleně (zkreslení času). Zkreslení pak vedou k dalšímu zmatení a vzniku úzkosti, protože policista začne věřit tomu, že na celou událost měl mnohem více času, a proto se mohl rozhodnout jinak a k incidentu třeba vůbec nemuselo dojít. Pravdou však je, že nikdy neměl čas na nic jiného, než myslet na vlastní přežití.
- Někteří mohou zažívat sluchová zkreslení. Sluchová zkreslení mohou pramenit jednak ze stresu a jednak ze zvuků z okolí, které na policistu během incidentu působily. Bušení srdce, křik lidí, zvuk policejních a dalších sirén. Mnozí z policistů vypověděli, že neslyšeli vlastní výstřel.
- Zraková zkreslení. Někteří policisté uváděli, že viděli střelu v hlavní pachatelovy zbraně, když na ně mířil. Někteří zase mluvili o tom, že viděli letící střelu, jak se blíží ke svému cíli (což samozřejmě není možné, protože letící střela je příliš rychlá, než aby ji někdo mohl vidět). Jiný policista uvedl, že neviděl pachatele,

kterého zasáhl, jak leží na zemi, a nechápal, co se s ním stalo a kam se poděl. Tolik se soustředil na cílený bod, že si utvořil určitou formu tunelového vidění, a tak neviděl nic, co bylo za tímto „tunelem“. Jeden policista při noční službě kontroloval zadní vchod jednoho obchodu, kde ho překvapil zloděj, který na něj vystřelil. Policista se automaticky ukryl za obrovský dub. Když se však šel na místo činu podívat za denního světla, zjistil, že obrovský dub nebyl ničím jiným než malým stromečkem.

- Deprese či bezmoc. U některých policistů se mohou objevovat bezdůvodné výbuchy pláče.
- U některých se objevuje určitá forma sebedestruktivního jednání ve formě zbytečného riskování. Tzv. "John Wayne Syndrom" se projevuje např. v tom, že policisté nedbají na vlastní bezpečnost a opatrnost. Nečekají na posily a sami se vrhají do nebezpečných situací. Cítí se nezníčitelní. Myslí si, že když přežili jednou, podruhé přežijí také.
- Často se objevuje zvýšená citlivost (přecitlivělost) na nebezpečí.
- Přítomné jsou obavy z budoucích situací, obavy a strach ze selhání.
- Vynořují se problémy s normami, předpisy, spolupracovníky, nadřízenými.
- Vznikají konflikty v rodině či v okruhu známých, příbuzných a přátel. Problémy v komunikaci s rodinou či příbuznými jsou častým jevem.
- Objevuje se kompulzivní jednání, např. sklony k alkoholismu či závislosti na jiných látkách, k přejídání, patologické hráčství, promiskuita apod.
- Tendence k hypochondrickému chování. Pro některé je jednodušší prostě zůstat doma a „vymluvit se“ na nějakou nemoc. Sedí doma, koukají na televizi a nevědomě se tak vyhýbají možnosti dostat se znovu do podobného ohrožení.
- Člověk se stává podrážděným, popudlivým.
- Někteří policisté si po takové události mohou začít vážit maličností ve svém životě, kterým předtím nevěnovali pozornost. Jiní se naopak stávají cynickými, nedůvěřivými a objevuje se u nich pasivní agresivita, např. v neuposlechnutí příkazů apod.
- Objevují se sebevražedné sklony. Policisté jsou vůbec skupinou s velkým počtem sebevražd.
- Problémy se objevují i v sexuální oblasti.

- Další příznaky obecně typické pro PTSP.

Psychologické zkoumání post – shooting traumatu je zaměřeno ryze na praktické cíle. Získané poznatky slouží především ke zkvalitnění střelecké přípravy policistů. Hlavním cílem je pak především zavedení psychologické péče o policisty, kteří použili zbraň proti jinému člověku. Psychologická péče probíhá mimo obvyklý postup vyšetřování použití zbraně. Jde především o souhrn opatření, která jsou nabídnuta „postiženému“ policistovi jak v profesionální, tak v osobní rovině. Hlavním smyslem je podpora daného policisty, aby se vyrovnal s působící krizí, pomoci mu pochopit události dříve, než se u něj začnou objevovat znaky pochybností a nejistoty o vlastním jednání, pomoci mu zpracovat celou událost. Další pomoc spočívá v poskytování informací danému policistovi o případných příznacích, které se mohou objevit, a to takovým způsobem, aby je byl sám schopen včas rozpoznat a případně si říci o pomoc. Dále se pomoc mu nabízená vztahuje i např. na zavedení daného policisty na zdravotní vyšetření, domů apod.

V řadě zemí nabývá psychologická péče pro policisty, kteří použili střelnou zbraň, institucionální podoby (v různých policejních sborech se však jejich podoba liší), tj. představuje systémové, uspořádané personální opatření prováděné určenými pracovníky policie a regulované jasnými interními pokyny, které tomu odpovídají. Zahraniční zkušenosti na tuto formu psychologické podpory jsou vesměs pozitivní a psychologická péče o policisty, kteří prožili v souvislosti s výkonem služby nějakou extrémní situaci, je chápána (nebo alespoň začíná být) jako samozřejmá a nutná povinnost organizace vůči svým zaměstnancům.

Je potřeba si uvědomit, že policista zahrnutý v situaci střelby je stejnou obětí jako např. přepadený vlastník obchodu, okradený důchodce či znásilněná žena. Policista tak není o nic menší obětí traumatické události než kdo další. Důležité pro policistu postiženého post – shooting traumatem je reakce jeho okolí a skupin, kterých je součástí. Za nejdůležitější je pak považována rodina, kolegové a pracovní oddělení. (*Čírtková, 2006; Bettinger, 2001; Wilson, 2011; Eimer, 2010*)

Výzkumná část

6 Metodologický rámec práce

V teoretické části naší práce jsme podali poměrně podrobný přehled týkající se oblasti související s naším zájmem. Tím myslíme stres u policejních složek s podrobnějším zaměřením na situaci použití střelné zbraně. Poskytli jsme přehled poznatků z policejní profese, a to od organizace a struktury policie, až po problémy, se kterými se její příslušníci v rámci výkonu svého povolání setkávají. Zabývali jsme se problematikou zbraní, typy zbraní, jimiž jsou policejní příslušníci vybaveni, a okruhem problémů souvisejících s tímto výrazným aspektem povolání policisty. Dále jsme se věnovali široké problematice stresu, jeho pojetí, definicím, stresorům a copingovým strategiím. Nakonec jsme se zaměřili na otázku stresu v policejní praxi, především pak v situacích, kdy je nutno použít střelnou zbraň, a na možné následky tohoto aktu.

Příslušníci policie se během výkonu služby setkávají s velkým množstvím stresových situací. Aby bylo možno zmírnit dopady stresu, je nejprve nutné zjistit, které situace vnímají jako nejvíce stresové sami policisté. Až když budeme mít jasno v tom, co samotným policistům nejvíce ztěžuje jejich práci, teprve pak se můžeme zaměřit na odstranění nebo alespoň zmírnění důsledků působení těchto stresorů. Stres je totiž jedním z velmi častých důvodů ukončení pracovního poměru policisty, který už tlak na něj vyvíjený jednoduše nezvládá.

Nejvýraznějším aspektem, který práci policistů odlišuje od všech ostatních a který je výrazným stresujícím prvkem, je nošení střelné zbraně a její možné užití proti člověku, kde takový incident může vést až ke vzniku post – shooting traumatu. V současné době zájem vědců z různých oborů (především pak psychologie) o tuto problematiku roste. Především řadoví policisté totiž nejsou dostatečně vycvičeni ke správné manipulaci a sebevědomému ovládnutí střelné zbraně a už vůbec nejsou připraveni na fakt, že mohou jinému člověku „vzít život“. Taková událost totiž přesahuje běžnou lidskou zkušenost. A i za předpokladu, že policista jedná oprávněně, tedy dle všech platných zákonů, může na něm taková událost zanechat hluboké psychické následky. Samozřejmě ne všichni policisté, kteří jsou nuceni během výkonu služby použít střelnou zbraň, budou postiženi post- shooting traumatem. Záleží to na mnoha faktorech, např.: na osobnosti policisty, prezentaci pachatele, okolnostech incidentu apod. Je však důležité pamatovat na fakt, že k něčemu takovému dojít může. Proto je nutné provést opatření, která budou vzniku post – shooting traumatu

předcházet a nebo včas detekovat prvotní příznaky jeho vzniku, což umožní jeho brzké řešení.

Abychom však mohli účelně upravit střelecký výcvik a přípravu policistů vůbec, je nejprve nutné zjistit, jaké okolnosti týkající se události, v níž dojde k užití střelné zbraně, vnímají jako nejvíce stresové. Především podrobné poznání dané situace nám umožní lépe s ní pracovat a zohlednit tak výsledky výzkumu při výcviku samotných policistů.

V případě, že si však vybereme za zkoumaný vzorek právě policisty, musíme zohlednit strukturu a organizaci policie, tedy všechny její složky. V rámci policie totiž funguje velké množství útvarů, které se specializují na jasně dané činnosti. A právě z cílového zaměření jednotlivých složek vyplývá i typ, styl a vedení jejich výcviku. Na určitý typ práce je totiž samozřejmě důležitý jiný typ dovedností. Policisté pracující v kancelářích a zabývající se spíše administrativní činností samozřejmě nemusí ovládat bojová umění či vykazovat výborné výsledky ve střelbě. Na druhou stranu policisté, které běžně potkáváme na ulicích a kteří přichází do přímého kontaktu s občany, by měli být schopni ochránit sami sebe a okolí a být si jisti v používání střelné zbraně natolik, aby nedošlo ke zbytečným ztrátám na životech. Situace u speciálních útvarů, jakými jsou zásahové jednotky a jednotka ÚRN, je pak vůbec diametrálně odlišná. Rozdíly ve vnímání stresu řadových policistů, kteří procházejí velmi podobným výcvikem a stejnými prověrkami, bychom zřejmě nenašli. Dle našich předpokladů by však rozdíly měly být v porovnání se speciálními útvary (ZJ a ÚRN), jejichž členové jsou neustále podrobováni tvrdému výcviku v taktice i technice boje a manipulaci a používání zbraně. V naší práci nás zajímá, jestli je náš předpoklad správný a jestli se míra stresu a stresující faktory budou lišit (a jak), pokud budeme porovnávat řadové policisty (z různých oblastí) a policisty ZJ a ÚRN. A to jak ve vnímání významných zdrojů stresu, tak ve vnímání stresu v situacích použití střelné zbraně.

Pro zjištění požadovaných výsledků jsme zvolili kvantitativní způsob výzkumu za použití dotazníkových metod. Naši testovou baterii jsme předkládali příslušníkům policie (řadovým příslušníkům a příslušníkům ZJ a ÚRN) v daném pořadí: informační údaje, IPSS – modifikace na povolání policisty, IPSS – modifikace pro situace použití střelné zbraně, SUPOS – 7.

6.1 Výzkumný problém

Které aspekty povolání policisty jsou dle samotných policistů nejvíce stresové, a tudíž nejvíce ohrožují jejich stabilitu a integritu?

Do jaké míry vnímají policisté jednotlivé situace spojené s použitím střelné zbraně jako stresové?

Na trénink jakých situací spojených s použitím střelné zbraně by měl být výcvik policistů zaměřen především?

6.2 Cíle studie:

1. Explorovat nejvýznamnější zdroje stresu v rámci výkonu povolání policisty pomocí dotazníku IPSS – modifikace pro povolání policisty.

2. Analyzovat strukturu vnímání významných zdrojů stresu v rámci výkonu povolání policisty opět za pomoci dotazníku IPSS- povolání.

3. Zjistit, do jaké míry policisté vnímají jednotlivé situace spjaté s užitím střelné zbraně jako stresující a to pomocí dotazníku IPSS – modifikace na situace použité střelné zbraně.

4. Nalézt nejvíce stresující okamžiky, které jsou spjaté se situací použití střelné zbraně (pomocí dotazníku IPSS modifikace na situace použité střelné zbraně).

5. Prozkoumat, zda existuje rozdíl ve vnímání významných zdrojů stresu mezi řadovými policisty a policisty zařazenými ke speciálním jednotkám (ZJ a ÚRN)

6. Prozkoumat, zda existuje rozdíl ve vnímání míry stresu v situacích použití střelné zbraně mezi řadovými policisty a policisty zařazenými ke speciálním jednotkám (ZJ a ÚRN).

6.3 Hypotézy:

H1: Průměrné skóre celkového vnímání významných zdrojů stresu v povolání je u skupiny policistů ze speciálních jednotek statisticky významně nižší než u skupiny řadových policistů.

H2: Průměrné skóre celkového vnímání stresu v situacích použití střelné zbraně je u skupiny policistů ze speciálních jednotek statisticky významně nižší než u skupiny řadových policistů.

H3: Mezi průměrným skóre celkové kvality psychického stavu policistů ze speciálních jednotek a řadových policistů existuje statisticky významný rozdíl.

H4: U skupiny řadových policistů existuje statisticky významná pozitivní korelace mezi celkovým vnímáním významných zdrojů stresu v povolání a sníženou kvalitou psychického stavu.

H5: U skupiny řadových policistů existuje statisticky významná pozitivní korelace mezi celkovým vnímáním stresu v situacích použití střelné zbraně a sníženou kvalitou psychického stavu.

H6: U skupiny policistů ze speciálních jednotek existuje statisticky významná pozitivní korelace mezi celkovým vnímáním významných zdrojů stresu v povolání a sníženou kvalitou psychického stavu.

H7: U skupiny policistů ze speciálních jednotek existuje statisticky významná pozitivní korelace mezi celkovým vnímáním stresu v situacích použití střelné zbraně a sníženou kvalitou psychického stavu.

7 Užité výzkumné metody

7.1 Informační údaje

Na začátku dotazníků proband zaznamenal nejprve následující data, aby bylo možné lépe specifikovat daný soubor. V informačních údajích jsme se dotazovali na:

1. Věk.
2. Dosažené vzdělání: ZŠ – základní škola, SŠ – střední škola bez maturity, SŠ – střední škola s maturitou, VŠ – vysoká škola.
3. Zařazení k útvaru PČR a případná specifická pozice.
4. Počet odsloužených let u PČR (seniorita)
5. Četnost absolvování střelecké přípravy.
6. Průměrné množství vystřeleného střeliva za rok.

7. Zda během výkonu služby použil střelnou zbraň. Použití střelné zbraně je ještě dále specifikováno, a to tak, že: k němu muselo dojít během výkonu služby a jejím užitím je myšlen výstřel ze střelné zbraně na pachatele (nepočítá se tedy varovný výstřel). V případě, že policista odpoví, že použil střelnou zbraň, odpovídá ještě na otázku, jak dlouho (kolik let) je to v současné době od dané události. Doba vyplňování zhruba 5 – 10 minut¹⁰.

7.2 IPSS – modifikace pro povolání policisty

Abychom zjistili situace, které působí stresově u námi vybraného vzorku, použili jsme dotazník IPSS – inventář pracovního stresu, jehož původním autorem je Spielberg, C.D., University of South Florida. Autoři české verze: H. Knotková, F. Man, Praha 2000. My jsme pro naše účely zvolili modifikovanou verzi tohoto inventáře - IPSS – modifikace pro povolání policisty (Z. Vtípil, KP FF UP Olomouc, 2002).

Záměrem tohoto přehledu bylo zjistit percepce významných zdrojů stresu, které se vyskytují při práci příslušníků policie.

¹⁰ PŘÍLOHA: Ukázka dotazníku: informační údaje.

Dotazník je tvořen 25 tvrzeními, které popisují činnosti a podmínky spjaté s prací policisty. Ke každému výroku je pak uvedena 9 bodová škála, na které proband hodnotí míru stresu. Nízká míra stresu je na škále označena číslem 1, vysoká pak číslem 9. Průměrně stresující podmínky a činnosti jsou označeny číslem 5. Proband tedy hodnotí, do jaké míry jsou pro něho jednotlivé podmínky a činnosti stresující. Výpověď zakládá jak na vlastních zkušenostech, tak na tom, co pozoroval u ostatních kolegů.

Celkový obsah dotazníku je možné ještě rozdělit na dvě části. První z nich je zaměřena na obsah práce a v této práci ji označujeme zkratkou POP (jedná se o položky č. 1, 2, 4, 5, 8, 10, 14, 15, 20, 22). Druhá část pak souvisí s kontextem práce – zkratka PKP (jedná se o položky č. 3, 6, 7, 9, 11, 12, 13, 16, 17, 18, 19, 21, 23, 24, 25). Doba vyplňování zhruba 10 minut¹¹.

7.3 IPSS – modifikace pro použití střelné zbraně

Pro zjištění míry stresu v situacích použití střelné zbraně, bylo nezbytné rozšířit testovou baterii o vlastní dotazník. Účelem námi vytvořeného dotazníku bylo zjistit percepce stresu v situacích, kde: se nabízí použít střelnou zbraň, dojde k jejímu použití, a které jsou spjaty s jejím užitím. V 44 předložených tvrzeních, týkajících se použití střelné zbraně (od nošení zbraně či kontaktu s agresivním jedincem, přes výstřel ze zbraně až po případné řešení dané události inspekcí, médií či soudem), jsme zjišťovali, do jaké míry policisté jednotlivé okolnosti vnímají jako stresogenní. Posuzování položek měli probandi založit na osobní zkušenosti a nebo na osobní představě o tom, do jaké míry jsou jednotlivé položky stresující. Výsledky by nám pak měly pomoci vypracovat doporučení, která by v praxi pomohla samotným policistům lépe dané okolnosti zvládat, připravit se na ně, potlačit vliv stresu a zvýšit tak jejich sebevědomí a psychickou pohodu.

Ke každému výroku je uvedena 5 bodová škála. Nízká míra stresu je označena číslem 1, vysoká pak číslem 5. Střední míra stresu je vyjádřena číslem 3. V úvodu dotazníku je krátký popis nízké, střední a vysoké míry stresu tak, aby si policista mohl lépe představit, co dané stupně vyjadřují.

¹¹ PŘÍLOHA: Dotazník IPSS – povolání (modifikace pro povolání policisty).

Jednotlivé otázky v dotazníku byly sestaveny jednak na základě studia příslušné literatury, ale především pak na rozhovorech s policisty a s odborníky, kteří se dané tématice věnují a v rámci své práce se s ní setkávají. Správná formulace otázek a jejich pořadí bylo prověřeno v pilotní studii na vzorku policistů. Ti hodnotili správnost a odraz reality jednotlivých položek.

Podrobné rozpracování situace v níž dojde k použití střelné zbraně a všech okolností s tím spojených nebyla dosud předmětem žádného cíleného zkoumání, proto jsou možnosti porovnání výsledků naší práce s jakýmkoli jinými značně ztíženy. Doba vyplňování zhruba 15 minut¹².

7.4 SUPOS – 7

Autorem tohoto dotazníku je O. Mikšík and Heuréka progress s.r.o. A poprvé byl vydán v Praze roku 1993. Dotazník je vytvořen na základě faktorové a multivariační analýzy široce ověřovaných škál adjektiv postihujících jednotlivé konkrétní symptomy psychických prožitků, pocitů a stavů zkoumaného subjektu.

Vybraná adjektiva ve svém celku umožňují postihnout psychický stav jedince a to pomocí proporcionálního zastoupení následujících komponent v jeho celkové, integrované struktuře. (*Mikšík, 1993*)

P – označuje „psychickou pohodu“ (vyjadřuje pocit spokojenosti, příjemného naladění až po pocity euforie a sebedůvěry). Je zde hodnocena míra pocitu svěžesti, spokojenosti, psychické vyrovnanosti, resp. optimismu a dobrého vyladění.

A – „aktivnost, činorodost“ (sem spadají pocity síly a energie spojené s vyhledáváním akce). Jedná se o zvýrazněnou pohotovost k aktivní interakci s dynamikou situačních proměnných. Je formulovatelná takovými kvalitami psychických jevů, jako je např. touha po činnosti a průbojnost.

12 PŘÍLOHA: IPSS – modifikace na použití zbraně.

O – značí „impulzivitu, odreagování se“ (kdy dochází k nekontrolovanému, samovolnému uvolňování energetického a psychického napětí). Je definovatelná sklony k náladovostí, vznětlivostí, mrzutostí a nekorigované agresivitě.

N – „psychický nepokoj, rozlada“ (poukazuje na psychickou tenzi, která se projevuje psychickým a motorickým neklidem, mrzutostí, netrpělivostí a roztěkaností, kdy člověk není schopen nalézt ventily pro její uvolnění).

D – „psychická deprese, pocity vyčerpání“ (jde o celý komplex pocitů a stavů, jejichž nejvýraznějším znakem je tendence k pasivitě spolu s nulovou tenzí). V prožívání i navenek je pro ni typický pesimismus, otrávenost, zmoženost a apatie.

U – „úzkostné očekávání, obavy“ (sem jsou zahrnuty pocity nejistoty, prožívání psychické tenze, úzkostná nálada). Jde o astenické prožívání psychického napětí v případech, kdy je vývoj situace nejistý a jedinci v tomto případě chybí pohotovost k interakci v určitém směru.

S – „sklíčenost“ (jedinec pasivně prožívá negativní důsledky psychické zátěže a působení situačních proměnných). Jde o prožitky, které lze vyjádřit adjektivy smutný, osamělý, přecitlivělý, nešťastný.

Uvedené komponenty se vyskytují u každého jedince v průběhu života, kdy je vystaven působení běžných životních podmínek a situací. Dynamické změny v exponovaných životních podmínkách a situacích se promítají do proporcionálních přesunů mezi jednotlivými komponentami, u každé z nich od proporce 0,00 (v dané struktuře psychického stavu zcela chybí) až po proporcii 1,00 (ovládla celou strukturu psychického stavu). (*Mikšík, 1993*)

Administrace

Dotazník je možné administrovat individuálně i skupinově. Instrukce k němu jsou uvedené v záhlaví záznamového archu a nevyžadují zvláštního vysvětlování, jelikož jsou jednoduché a jasné. Proband zde uvádí své pocity a stavy za určité vymezené období. Toto období může poukazovat na krátký časový úsek (posledních 24 hodin), přesně vymezené

období (uplynulý týden, měsíc, délka nějakého pobytu apod.) či obvyklé - běžné prožívání daných pocitů a psychických stavů. My jsme pro účely našeho zkoumání využili právě poslední možné období – tedy, jak proband jednotlivé pocity a stavy prožívá obvykle.

Daná metodika umožňuje i registraci situačních proměnných, klíčových problémů, záznam psychosomatických obtíží a vegetativních projevů stresu.

Indexy jednotlivých pocitů a stavů jsou v záznamovém archu sestaveny do 2 x 2 sloupců. U posuzovacích škál tohoto dotazníku sytí každou komponentu vždy jedna položka z každého sloupce a to přesně v tom pořadí, v jakém jsou komponenty uvedeny v předtisku pro záznam hrubých skóru. Celkové hrubé skóry pro každou komponentu získáme prostým součet zaškrtnutých hodnot. (*Mikšík, 1993*)

Závěrečná část dotazníku je pak zaměřena na aktuálně subjektivně vnímané potíže (NEU) respondenty, jakými jsou: bolesti hlavy, žaludeční potíže, nechutenství, potivost, poruchy spánku, nutkání na WC, tělesná únava a kouření.

Četnost a sílu pocitů pak respondenti zaškrťávají na 4stupňové škále:

0 = vůbec ne

1 = zřídka (mírně)

2 = často (silně)

3 = soustavně (velmi silně).

Doba vyplňování dotazníku se pohybuje zhruba okolo 5 minut.

7.5 Statistické metody analýzy dat

Ve výzkumu jsme se zaměřili na porovnávání výsledků jednotlivých položek v jednotlivých dotaznících a na úrovně vztahů mezi vybranými proměnnými. Proměnné v našem výzkumu jsou metrické a proto jsme stupeň závislosti popsali pomocí Pearsonova korelačního koeficientu.

Korelaci pro metrická data používáme k tomu, abychom byli schopni určit, zda rozdíly v naměřených hodnotách dvou proměnných jsou ve vzájemném vztahu a zda spolu korelují. K takovému rozhodnutí pak docházíme za pomoci korelačního koeficientu, který obvykle značíme r ; ze kterého se dá zjistit těsnost zkoumaného vztahu. . Korelační koefi-

cient nám pak určuje stupeň vztahu mezi dvěma proměnnými a vyjadřujeme ho hodnotou mezi 0 a 1 (-1) (kde 0 – žádný vztah, tedy, že proměnné jsou rozptýleny nezávisle na sobě, 1 – úplná pozitivní závislost, tedy, že mezi proměnnými existuje lineární souvislost, - 1 – úplná negativní závislost, tedy, že mezi proměnnými je výrazně protikladný vztah). S růstem hodnoty r od 0 k 1 (-1) se míra vztahu zvyšuje. (Reiterová, 2003)

Pro určení signifikantnosti korelace jsme pak použili tabulku kritických hodnot korelačního koeficientu u vybraných hladin významnosti. Hladina významnosti pro četnost 64 policistů není v tabulce uvedena, proto jsme zvolili hodnoty, které odpovídají četnosti 60 probandů.

Tabulka č. 1: Hladina významnosti

N - počet	5% hladina významnosti	1% hladina významnosti
60 - muži	0,250	0,324

(Reiterová, 2008)

Pro ujištění, že rozdíly mezi výsledky řadových policistů a policistů ZJ a ÚRN v dotazníku IPSS – povolání, IPSS – zbraň a SUPOS – suma jsou signifikantně rozdílné, jsme použili studentův T – test.

Další důležité vztahy jsme pak určovali za pomoci zjištění absolutních a relativních četností.

Absolutní četnost (AČ) udává počet prvků, u kterých se vyskytuje stejná obměna statistického znaku nebo mají hodnoty, které spadají do určité třídy nebo intervalu. Součtem všech absolutních četností pak dostaneme celkovou četnost souboru.

Relativní četnost (RČ) udává poměr absolutních četností vzhledem k rozsahu souboru. Součet všech relativních četností je pak roven jedné. (Reiterová, 2003)

Pro popis námi naměřených údajů ve výběrovém souboru jsme použili aritmetického průměru. Všechny výpočty jsme pak prováděli za pomoci výpočetní techniky v programu Microsoft Office Excel 2007.

8 Zkoumaný soubor

Základním souborem, kterého se týkalo naše zkoumání byli příslušníci policie. Soubor dotazovaných osob, od kterých jsme získávali potřebné informace, byl složen z řadových policistů z různých oddělení, z krajských správ Policie ČR s celorepublikovou působností a z příslušníků zásahových jednotek a jednotky ÚRN, též z různých částí ČR. Popisu jejich působnosti, pravomocí, forem výcviku, specializace zaměření výkonu služby, typických stresorů a dalších relevantních informací o jednotlivých útvarech jsme se věnovali v teoretické části naší práce.

U Policie ČR slouží zhruba 47 000 policistů (mužů i žen) na různých pozicích, ZJ pak mají přibližně třicet až čtyřicet členů v rámci jedné ZJ, přičemž jich v ČR působí osm. Jednotka ÚRN má okolo šedesát až osmdesát členů.

Dostupnost k policejním složkám a možnost provedení zde nějakého výzkumu je těžko určitelná. Je totiž silně závislá na právní úpravě, času a především pak na ochotě nejen samotných policistů, ale hlavně velitelů jednotlivých útvarů. U speciálních jednotek se vše pak ještě odvíjí od míry utajení a ochoty velitelů speciálních jednotek zpřístupnit komukoli příslušníky vlastní jednotky ke „zkoumání“. Vzhledem k množství řadových příslušníků policie je zkoumaný soubor poměrně dobře dostupný. Se souborem speciálních jednotek (ZJ a ÚRN) už to je o něco horší. Zásahové jednotky a jednotka ÚRN jsou silně specializovanými útvary. Mají omezený počet příslušníků, je k nim složitější přístup a tím je stížená i možnost kontaktu. Nicméně v rámci našeho výzkumu jsme se setkali s ochotou nadřízených i samotných policistů, kteří nám vyšli vstříc.

Jak už jsme řekli, v řadách policie jsou jak muži, tak ženy. Pro účely našeho výzkumu jsme však do výběrového souboru zařadily pouze muže. V ZJ a jednotce ÚRN totiž ženy nejsou, proto jsme se v rámci zachování určité homogenity souboru zaměřili pouze na muže.

8.1 Proces výběru

Soubor účastníků do našeho výzkumu byl vybrán metodou záměrného (účelného) výběru. Cíleně jsme tedy vyhledávali účastníky, dle stanovených kritérií, jakými byla (Miovský, 2006):

- příslušnost k PČR, kde do jedné skupiny spadali řadoví příslušníci policie a do druhé příslušníci ZJ a ÚRN,
- pohlaví – kde jsem do našeho výzkumu zařazovali pouze muže

Věk či délka praxe nebyla při výběru zohledňována, nicméně oba faktory byly zaznamenány na začátku každé předkládané testové baterie. Záměrně jsme se také vyhýbali specifickým pozicím, jakými jsou: potápěči, letecký služba, pyrotechnici apod.

8.2 Výběrový soubor

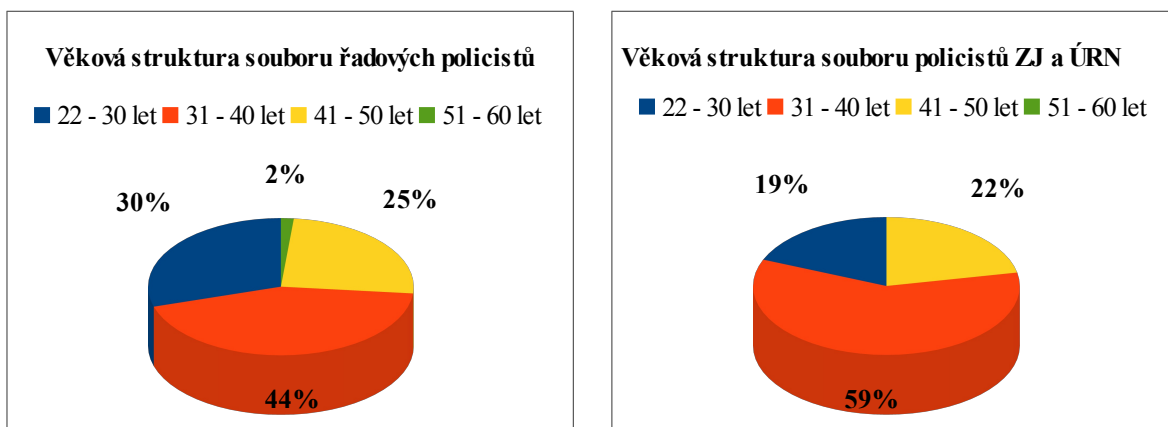
Cílovou skupinou se pro nás tedy stali příslušníci policie mužského pohlaví. Náš výběrový soubor tvoří 64 řadových policistů a 64 příslušníků ZJ a ÚRN. Věkové rozmezí souboru se pohybuje od 22 do 51 let a průměrná hodnota věku souboru je 35,36 let. Délka praxe policistů v podmínkách policie se pohybuje od 2,5 do 31 let, přičemž průměrná délka služebního poměru je 13,32 let. Ve výběru probandů jsme se snažili nesoustředit se na výpovědi policistů pouze z jednoho kraje, ale zahrnout do něho příslušníky z různých míst ČR působících na rozdílných odděleních policie. Stejně tak u výběru probandů ZJ jsme se nespokojili s daty pouze z jedné ZJ, ale snažili jsme se získat údaje od různých jednotek v rámci zachování reprezentativnosti vzorku. Probandi nebyli za účast ve výzkumu honorováni^{13 14}.

Charakteristiky souboru jsou zobrazeny v následujících tabulkách a grafech. V tabulkách je vždy zvýrazněna ta položka, která je zde nejvíce zastoupena.

13 PŘÍLOHA: Souhrnné informace o souboru – řadoví policisté.

14 PŘÍLOHA: Souhrnné informace o souboru – policisté ZJ a ÚRN.

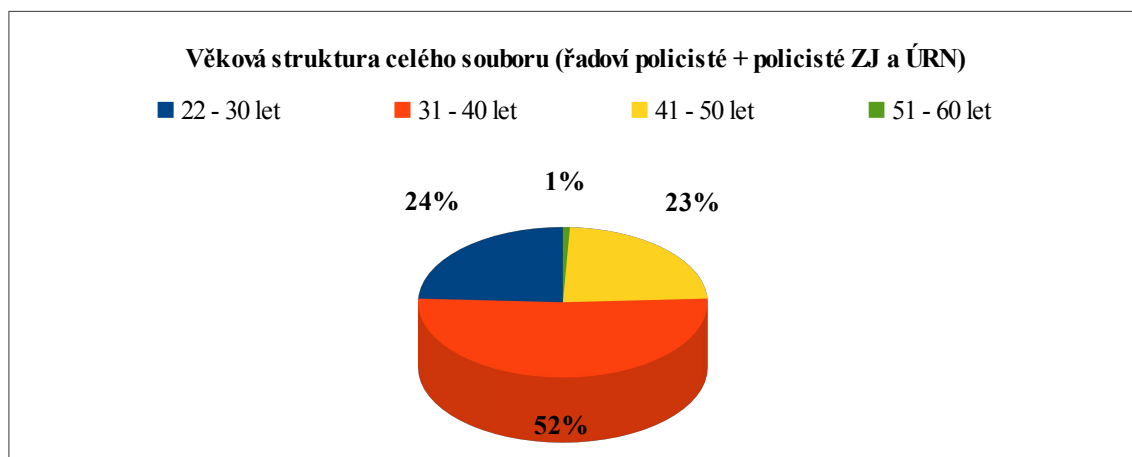
Graf č. 1 a 2: Struktura souboru dle věku



Tabulka č. 2: Struktura souboru dle věku

Věkové rozpětí	Řadoví policisté		Policisté ZJ a ÚRN	
	Absolutní četnost	Relativní četnost	Absolutní četnost	Relativní četnost
22 – 30 let	19	29,69%	12	18,75%
31 – 40 let	28	43,75%	38	59,38%
41 – 50 let	16	25%	14	21,87%
51 – 60 let	1	1,56%	0	0,00%

Graf č. 3: Struktura celého souboru (řadoví policisté + policisté ZJ a ÚRN) dle věku

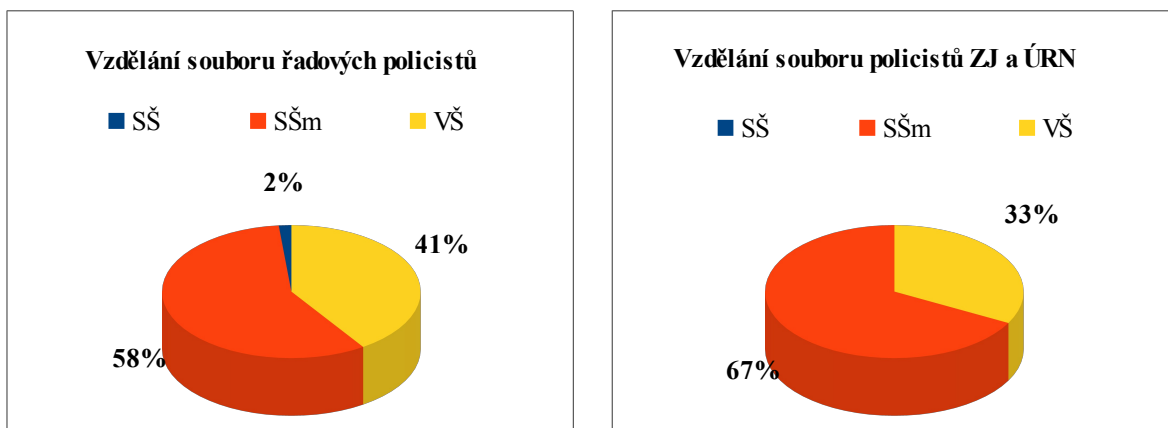


Tabulka č. 3: Struktura celého souboru (řadoví policisté + policisté ZJ a ÚRN) dle věku

Věkové rozpětí	Absolutní četnost	Relativní četnost
22 – 30 let	31	24,22%
31 – 40 let	66	51,56%
41 – 50 let	30	23,44%
51 – 60 let	1	0,78%

Z uvedených grafů je patrné, že v celém souboru respondentů převažují policisté ve věku od 31 – 40 let. V souboru řadových policistů se pak objevuje větší množství mladší policistů, tedy 30 let a níže (30%) než je tomu u policistů ZJ a ÚRN (19%).

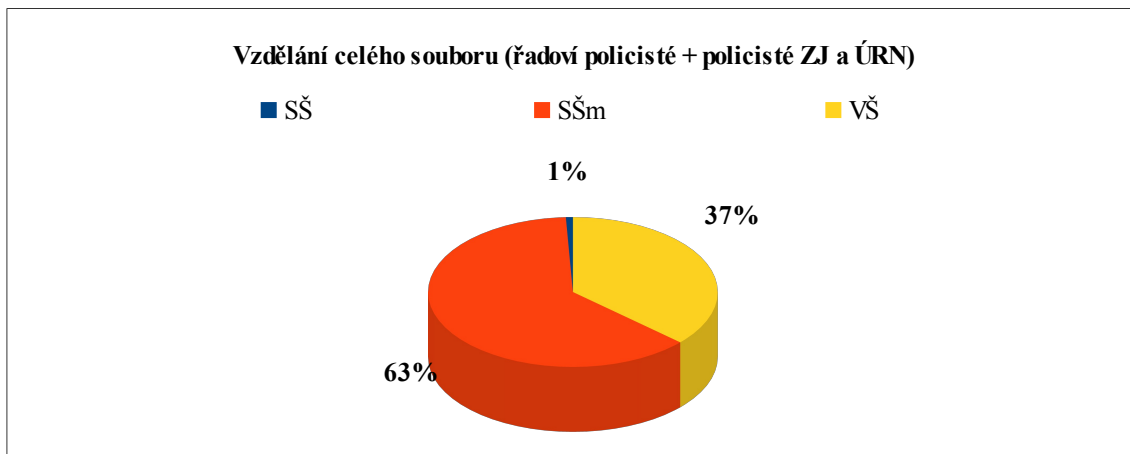
Graf č. 4 a 5: Struktura souboru dle vzdělání



Tabulka č. 4: Struktura souboru dle vzdělání

Dosažené vzdělání	Řadoví policisté		Policisté ZJ a ÚRN	
	Absolutní četnost	Relativní četnost	Absolutní četnost	Relativní četnost
SŠ	1	1,56%	0	0,00%
SŠm	37	57,81%	43	67,19%
VŠ	26	40,63%	21	32,81%

Grafy č. 6: Struktura celého souboru (řadoví policisté + policisté ZJ a ÚRN) dle vzdělání

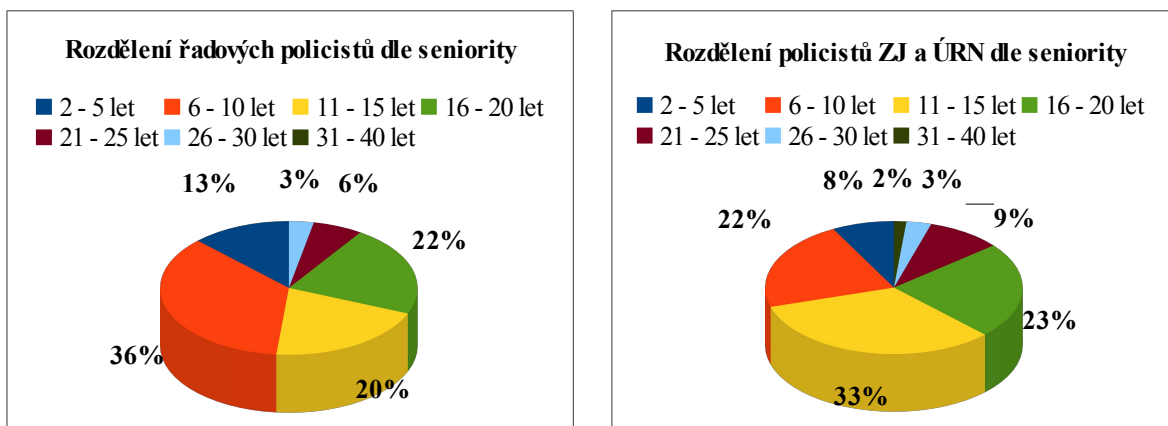


Tabulka č. 5: Struktura celého souboru (řadoví policisté + policisté ZJ a ÚRN) dle vzdělání

Dosažené vzdělání	Absolutní četnost	Relativní četnost
SŠ	1	0,78%
SŠm	80	62,5%
VŠ	47	36,72%

V celém souboru převažují absolventi SŠ zakončených maturitou. Vysoké procento – vždy přes 30%) však zastupují i absolventi VŠ. Pouze v jednom případě se v souboru řadových policistů vyskytl respondent se SŠ bez maturity.

Graf č. 7 a 8: Struktura souboru dle seniority (délky praxe)

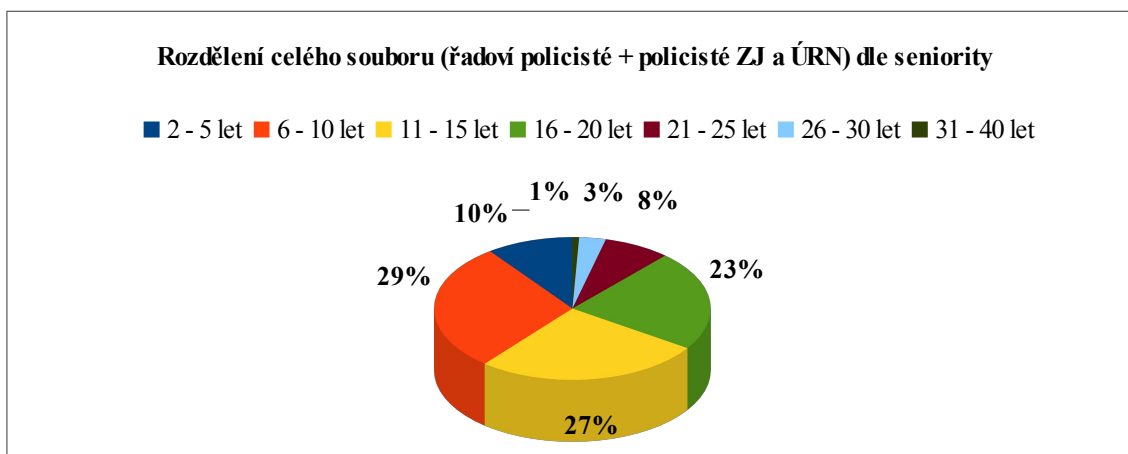


Tabulka č. 6: Struktura souboru dle seniority

Délka služby	Řadoví policisté		Policisté ZJ a ÚRN	
	Absolutní četnost	Relativní četnost	Absolutní četnost	Relativní četnost
2 – 5 let	8	12,5%	5	7,81%
6 – 10 let	23	35,94%	14	21,87%
11 – 15 let	13	20,31%	21	32,81%
16 – 20 let	14	21,88%	15	23,44%
21 – 25 let	4	6,25%	6	9,38%
26 – 30 let	2	3,12%	2	3,13%
31 – 35 let	0	0,00%	1	1,56%

Pokud soubor rozdělíme dle seniority, vyplyne nám, že délka praxe se nejvíce pohybuje v rozmezí od 6 do 20 let. Rozdělení je podobné jak u souboru řadových policistů, tak u souboru policistů ze ZJ a ÚRN. Mezi řadovými policisty je pak větší zastoupení těch, jejichž délka praxe se pohybuje v rozmezí 6 – 10 let (36%) a naopak u souboru policistů ZJ a ÚRN převládají respondenti s délkou praxe od 11 – 15 let (33%).

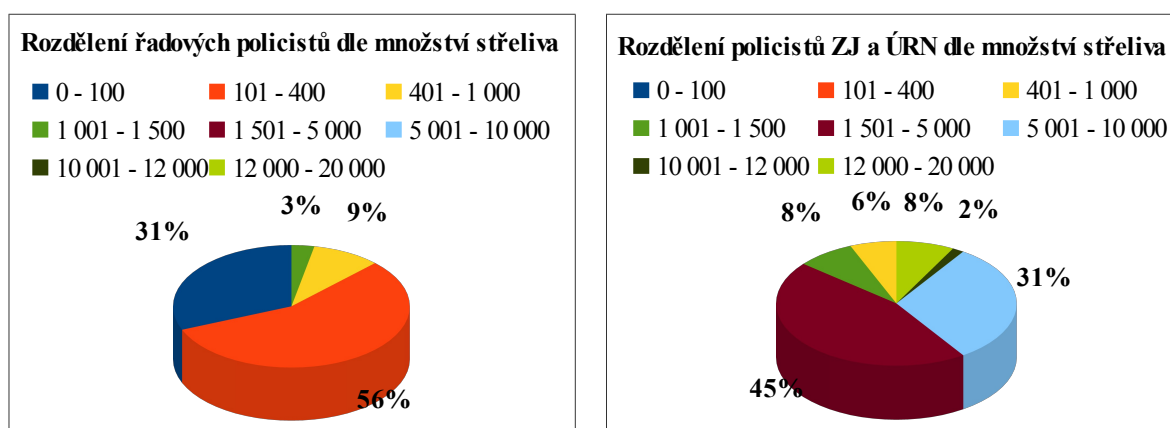
Graf č. 9: Struktura celého souboru (řadoví policisté + policisté ZJ a ÚR) dle seniority



Tabulka č. 7: Struktura celého souboru (řadoví policisté + policisté ZJ a ÚR) dle seniority

Délka služby	Absolutní četnost	Relativní četnost
2 – 5 let	13	10,16%
6 – 10 let	37	28,91%
11 – 15 let	34	26,56%
16 – 20 let	29	22,66%
21 – 25 let	10	7,81%
26 – 30 let	4	3,12%
31 – 35 let	1	0,78

Graf č. 10 a 11: Struktura souboru dle průměrného množství vystřeleného střeliva ročně



Tabulka č. 8: Struktura souboru dle průměrného množství vystřeleného střeliva ročně

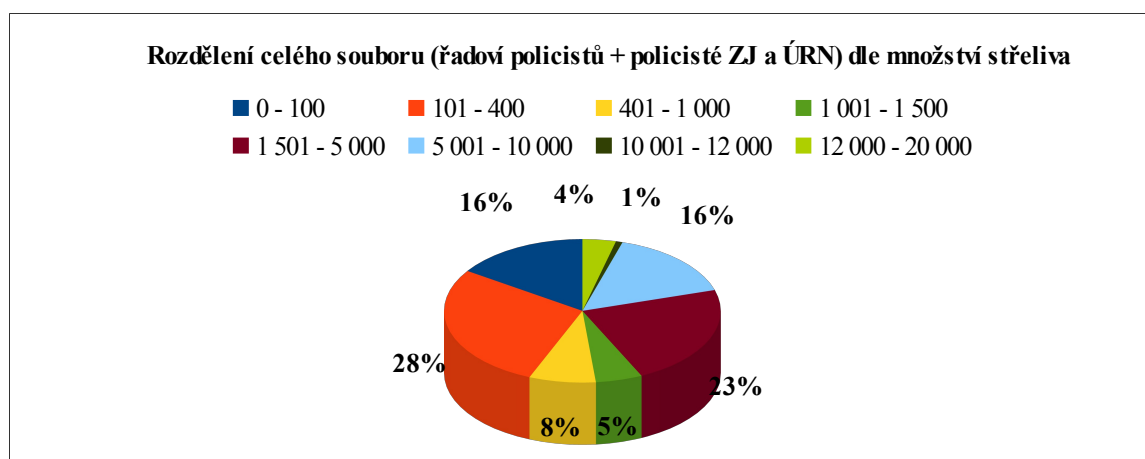
Průměrné množství	Řadoví policisté		Policisté ZJ a ÚRN	
	Absolutní četnost	Relativní četnost	Absolutní četnost	Relativní četnost
0 - 100	20	31,25%	0	0,00%
101 - 400	36	56,25%	0	0,00%
401 - 1 000	6	9,38%	4	6,25%
1 001 - 1 500	2	3,12%	5	7,81%
1 501 - 5 000	0	0,00%	29	45,32%
5 001 - 10 000	0	0,00%	20	31,25%
10 001 - 12 000	0	0,00%	1	1,56%
12 001 - 20 000	0	0,00%	5	7,81%

Rozdělení souboru dle množství vystřeleného střeliva ročně je čistě orientační a slouží spíše pro utvoření představy o tom, do jaké míry policisté střelbu trénují. Některým policistům – především pak těm ze speciálních jednotek (ZJ a ÚRN) činilo potíže s jistotou udat množství střel, což je pravděpodobně způsobeno tím, že střelbu trénují mnohem častěji než řadoví policisté a při nácviku taktiky a techniky nemají přehled o množství vystřelených nábojů.

Zde na grafech jsou vidět rozdíly u obou souborů (řadoví policisté a policisté ZJ a ÚRN) v množství střel vystřelených za rok. Řadoví policisté se nejčastěji pohybují v řádech stovek a nikdo z nich nepřesáhl hranici 1 500 střel za rok. Policisté ZJ a ÚRN se naopak pohybují v řádech 1 000, kde rozhovory vedené s jejich příslušníky a především veliteli nás vedly k předpokladu, že policisté ZJ a ÚRN udávali v dotazníku spíše menší množství než ve skutečnosti využijí. Faktem tedy je, že množství střel se u policistů ZJ a ÚRN pohybuje většinou ve vyšších sumách, než jak vyplývá z grafu, což je dáno stíženou možností odhadu.

S těmito údaji souvisí též četnost tréninku střelby, kterou policisté též zaznamenávali do dotazníku. Účelem bylo získat především představu o tom, jak často výcviky policistů ve střelbě probíhají a jak velké rozdíly jsou mezi řadovými policisty a policisty ZJ a ÚRN. Výsledky byly poměrně hodně individuální, nicméně z přehledu vyplývá fakt, že řadoví policisté trénují střelbu průměrně tak 1x měsíčně, přičemž se u respondentů objevovala i nižší čísla. Naopak policisté ZJ a ÚRN střelbu trénují v průměru tak 1 – 2x týdně. Z toho též vyplývají i rozdíly v množství vystřelených střel. Tyto údaje nám dávají podnět k zamyšlení, zda je trénink řadových policistů dostatečný k tomu, aby byli naplno a instinktivně schopni užívat střelnou zbraň. Na druhou stranu však nemáme údaje o tom, kolik z těchto řadových policistů trénuje střelbu ve svém volném čase a jak často se tak děje.

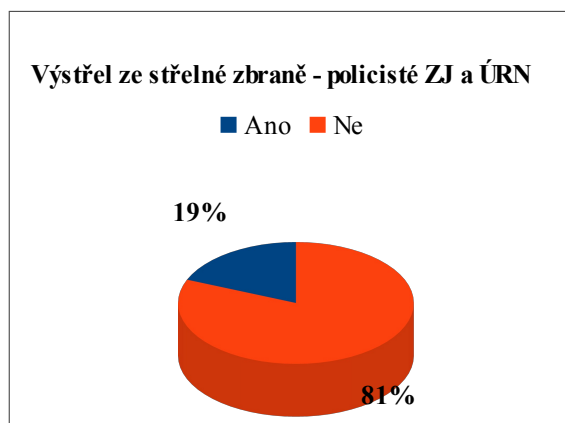
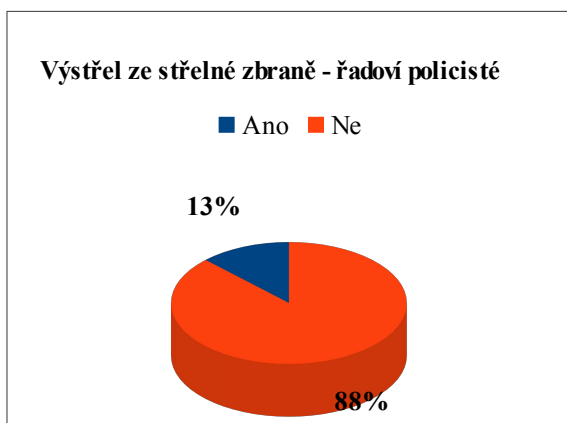
Graf č. 12: Struktura celého souboru (řadoví policisté + policisté ZJ a ÚRN) dle průměrného množství vystřeleného střeliva ročně



Tabulka č. 9: Struktura celého souboru (řadoví policisté + policisté ZJ a ÚRN) dle průměrného množství vystřeleného střeliva ročně

Průměrné množství	Absolutní četnost	Relativní četnost
0 - 100	20	15,62%
101 - 400	36	28,13%
401 - 1 000	10	7,81%
1 001 - 1 500	7	5,47%
1 501 - 5 000	29	22,66%
5 001 - 10 000	20	15,62%
10 001 - 12 000	1	0,78%
12 001 - 20 000	5	3,91%

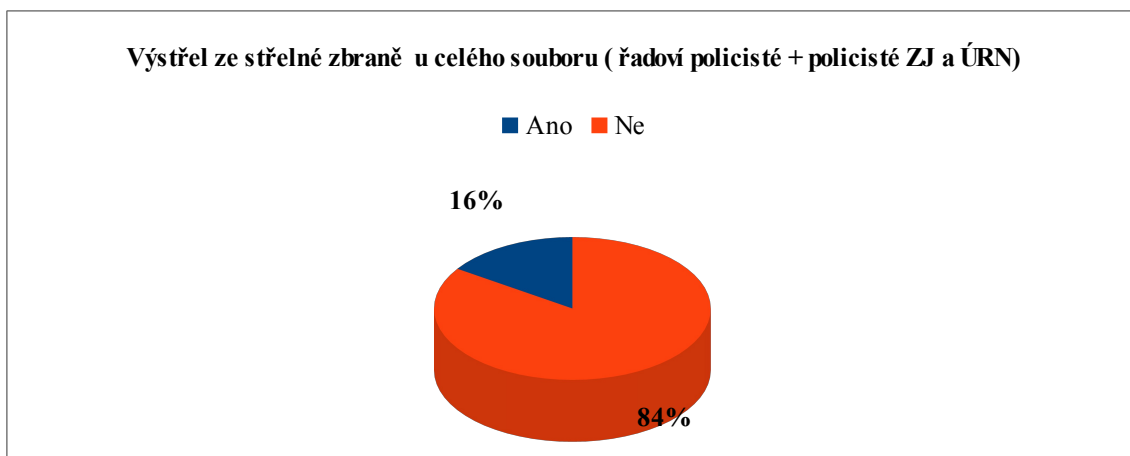
Grafy č. 13 a 14: Struktura souboru dle toho, zda během výkonu služby vystřelili ze střelné zbraně



Tabulka č. 10: Struktura souboru dle toho, zda během výkonu služby vystřelili ze střelné zbraně

Výstřel	Řadoví policisté		Policisté ZJ a ÚRN	
	Absolutní četnost	Relativní četnost	Absolutní četnost	Relativní četnost
ano	8	12,5%	12	18,75%
ne	56	87,5%	52	81,25%

Grafy č. 15: Struktura celého souboru (řadoví policisté + policisté ZJ a ÚRN) dle toho, zda během výkonu služby vystřelili ze střelné zbraně



Tabulka č. 11: Struktura celého souboru (řadových policistů + policistů ZJ a ÚRN) dle toho, zda během výkonu služby vystřelili ze střelné zbraně

Výstřel ze střelné zbraně	Absolutní četnost	Relativní četnost
ano	20	15,62%
ne	108	84,38%

Výstřel ze střelné zbraně během výkonu služby na jiného člověka naštěstí není u policie tak častým jevem, což i vyplývá z našich grafů. V obou případech přes 80% dotazovaných nebylo nuceno během výkonu služby užít střelnou zbraň s úmyslem postřelit či zastřelit jiného člověka. U řadových policistů je pak toto procento ještě o něco vyšší (88%) oproti policistům ZJ a ÚRN (81%).

8.3 Proces sběru dat

Výzkum byl realizován v době od konce listopadu 2011 až do února 2012 a probíhal na různých pracovištích PČR. Byl proveden za pomoci baterie vybraných dotazníků u souboru 64 řadových policistů a 64 policistů zařazených ke speciálním jednotkám (ZJ a ÚRN).

Proces sběru dat v rámci našeho výzkumu probíhal následujícím způsobem. Každému probandovi byla předložena testová baterie. Ta se vždy skládala z dotazníku s informačními údaji, kde proband uvedl věk, vzdělání, délku praxe u PČR apod. Poté následoval dotazník IPSS – modifikace pro povolání policisty, dále IPSS – modifikace pro povolání policisty se zaměřením na použití střelné zbraně a vše bylo zakončeno dotazníkem SUPOS – 7.

Dotazníky byly probandům rozdávány buď osobně autorkou práce anebo prostřednictvím pověřené osoby (nejčastěji nadřízeného nebo velitele daného útvaru či psychologa). V případě, kdy dotazníky předkládala sama autorka, vysvětlila probandům velmi stručně základní informace o celém výzkumu. V případě, že byly dotazníky probandům předkládány prostřednictvím třetí osoby, měla tato osoba k dispozici základní informace o účelu výzkumu a o jednotlivých dotaznících. Každý dotazník měl v úvodu stručný popis, k čemu slouží a jak se s ním pracuje. Práce s dotazníky nebyla nijak složitá a tudíž ji nebylo potřeba, až na výjimky, jakkoli dovysvětlovat. Časový limit respondentům stanoven nebyl. Průměrná doba vyplnění celé testové baterie se pohybovala cca 35 minut.

Probandi byli na začátku ujištěni o naprosté anonymitě poskytnutých údajů v souladu s etickými psychologickými principy. návratnost dotazníků byla vysoká i v případě, že byly distribuovány pomocí třetí osoby. Nevrátilo se pouze několik málo dotazníků, které byly zaslány na adresu policejních pracovišť s žádostí o pomoc bez předchozího telefonického či jiného kontaktu.

9 Výsledky výzkumu

9.1 Profil souboru z hlediska dotazníku IPSS – povolání policisty

Dotazník IPSS – inventář pracovního stresu (modifikace pro povolání policisty) je zaměřen na zjištění výše vnímání stresu v jednotlivých situacích a činnostech, které jsou spojené s prací a výkonem povolání policisty. Probandi zaznamenávali míru stresu v jednotlivých položkách na devíti stupňové škále, kdy hodnocení od 1 – 3 značí nízkou míru stresu, 4 – 6 značí střední míru stresu a 7 – 9 značí vysokou míru stresu. Získané výsledky jsou popsány v následující tabulce za pomoci aritmetického průměru:

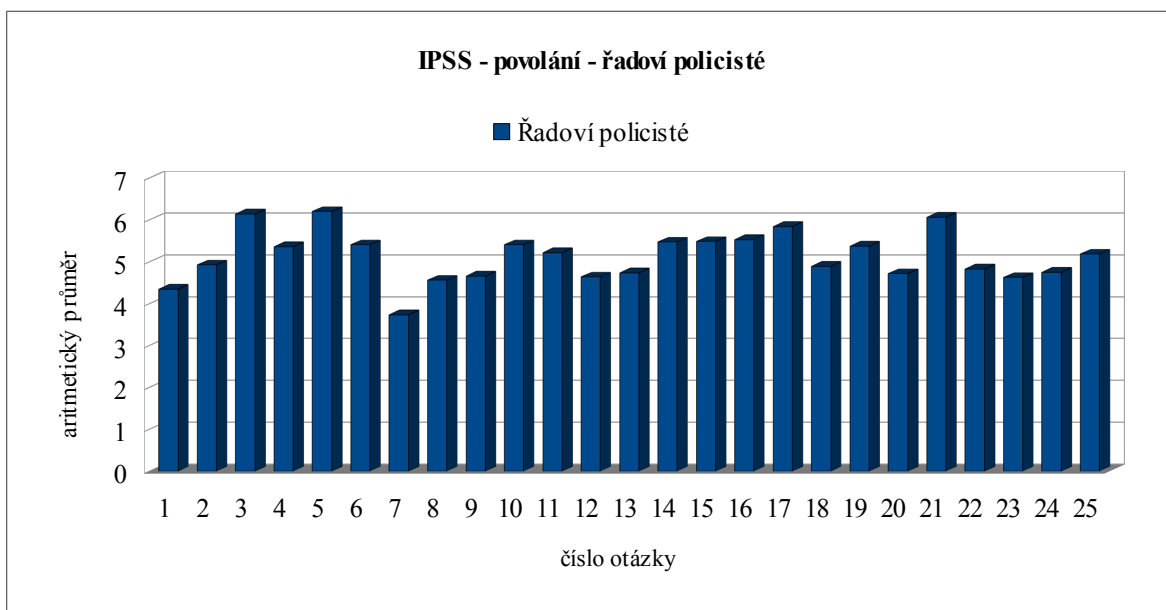
Tabulka č. 12: Aritmetický průměr – IPSS – povolání

		Míra stresu (aritmetický průměr HS)	
		řadoví policisté	policisté ZJ a ÚRN
1	Přidělení nepříjemných povinností	4,344	3,297
2	Nedostačující materiálně technické zabezpečení výkonu služby	4,922	3,734
3	Neodpovídající služební příjem	6,141	5,578
4	Nedokonalá organizace výkonu služby	5,359	3,969
5	Nadměrná administrativa policistů	6,203	4,344
6	Nevhodné chování občanů k policistům	5,406	4,5
7	Nepříznivé pracovní prostředí (hluk, změny teploty, klimatických podmínek, atd.)	3,734	2,516
8	Snížené možnosti funkčního postupu	4,563	3,344
9	Neodpovídající způsob jednání ze strany nadřízených	4,656	3,734
10	Nedostatečné pravomoci policistů	5,406	4,875
11	Neuznávání role policie veřejností	5,219	4,672
12	Narušené mezilidské vztahy mezi policisty	4,641	3,313
13	Odborné chybování nadřízených	4,734	4,031
14	Přetíženost ve službě	5,469	3,344
15	Nedokonalá legislativa ve výkonu služby	5,484	4,25
16	Neobjektivní posuzování vykonané práce	5,531	4,406
17	Nedostačující počet policistů ve službě pro odpovídající zvládnutí úkolů	5,844	3,703
18	Konflikty s občany	4,891	3,406
19	Nedostatek času na děláni důležitých rozhodnutí	5,375	3,313
20	Nesprávně orientovaný výcvik a vzdělání policistů	4,719	3,578
21	Nedostatečné sociální a existenční jistoty povolání	6,063	5,266
22	Nedostatečná oprávnění policie v přípravném trestním řízení	4,828	4,141
23	Nezájem nadřízených podílet se na řešení problému	4,625	3,734
24	Pocit ohrožení zdraví či života ve výkonu služby	4,75	3,594
25	Vyšetřování událostí s devastujícími či tragickými důsledky	5,188	3,75
	Součet	128,1	98,39

Pomocí dotazníku IPSS – inventář pracovního stresu (modifikace pro povolání policisty) jsme došli ke zjištění, které situace a okolnosti, se kterými se policista setkává v rámci výkonu povolání, jsou hodnoceny jako nejvíce stresující (a to samotnými policisty). Zároveň nám tato data umožnila vidět rozdíly u řadových policistů a policistů ZJ a ÚRN.

Grafické znázornění výsledků aritmetických průměrů jednotlivých položek v IPSS – povolání:

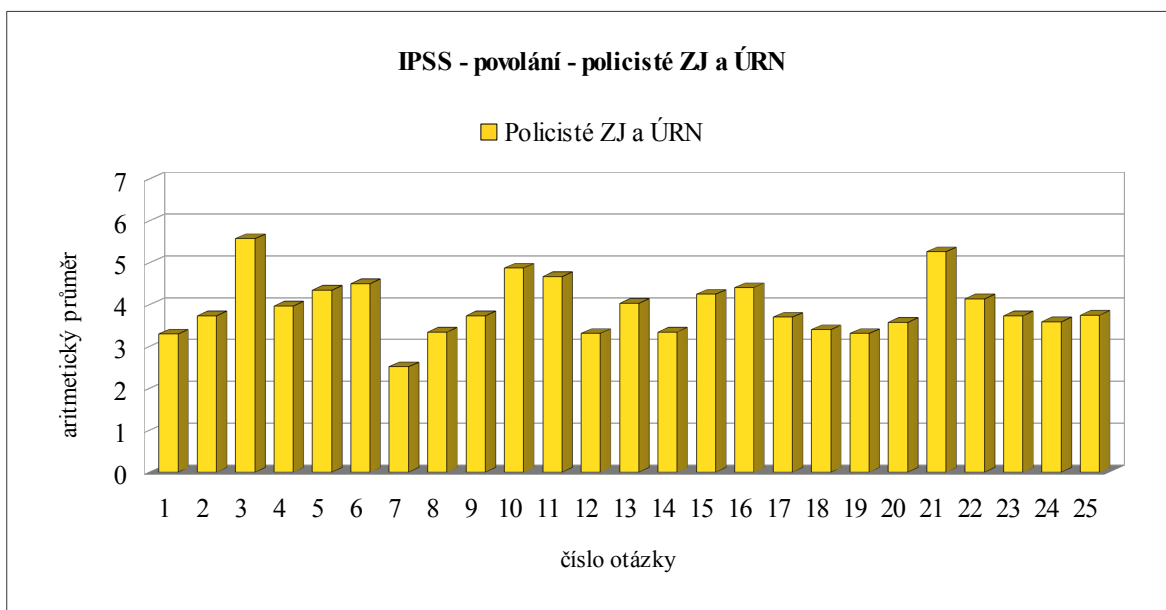
Graf č. 16: IPSS – povolání (řadoví policisté)



Řadoví policisté:

Soubor řadových policistů vykazuje nejvyšší míru vnímaného stresu v situacích a činnostech jakými jsou: neodpovídající služební příjem (ot. č. 3), nadměrné administrativní zatížení policistů (ot. č. 5) a nedostatek sociálních a existenčních jistot (ot. č. 21). Jako nejméně stresující pak řadoví policisté hodnotí nepříjemné pracovní prostředí (ot. č. 7).

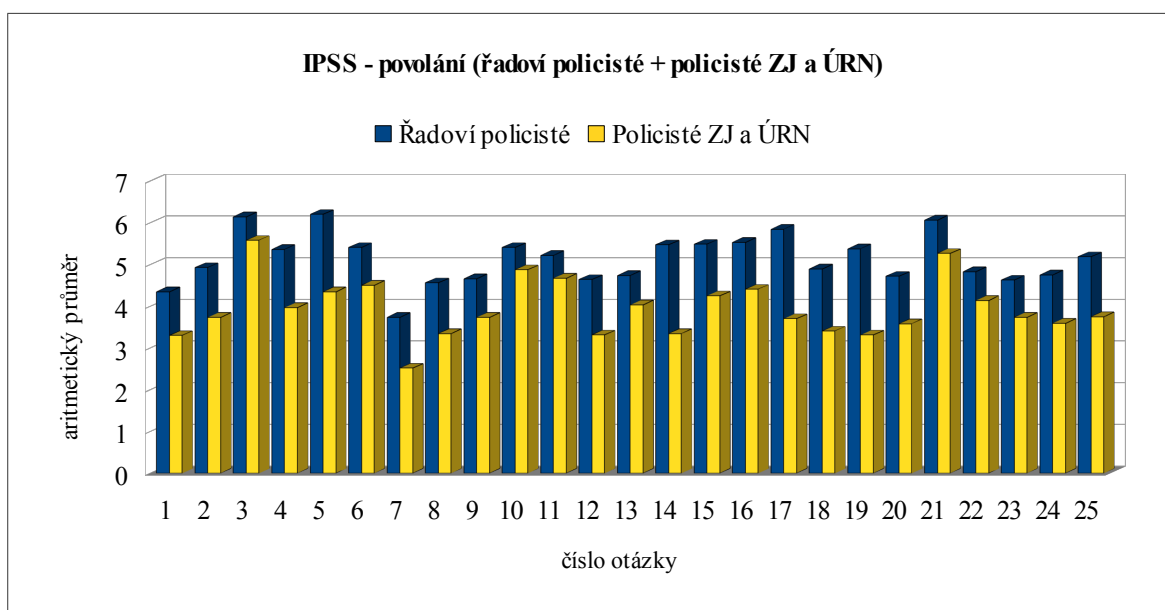
Graf č. 17: IPSS – povolání (policisté ZJ a ÚRN)



Policisté ZJ a ÚRN:

Soubor policistů ZJ a ÚRN vykazuje nejvyšší míru stresu v situacích a činnostech jakými jsou: neodpovídající služební příjem (ot. č. 3) a nedostatečné sociální a existenční jistoty (ot. č. 21). Nejméně stresující pak policisté ZJ a ÚRN hodnotí nepříznivé pracovní podmínky (ot. č.7).

Graf č. 18: IPSS – povolání celý soubor (řadoví policisté + policisté ZJ a ÚRN)



V případě, že porovnáváme výsledky vnímání stresu v situacích a činnostech spojených s povoláním policisty u souboru řadových policistů se souborem policistů ZJ a ÚRN, zjistíme, že řadoví policisté vykazují ve všech položkách vyšší míru stresu než policisté ZJ a ÚRN.

Nejvyšší rozdíly vnímání stresu se vyskytují v položkách: přetíženost ve službě (ot. č. 14), nedostatečný počet policistů pro zvládnutí daného úkolu (ot. č. 17) a nedostatek času na děláni důležitých rozhodnutí (ot. č. 19). Všechny tyto položky hodnotili řadoví policisté až o 2 body jako více stresující než policisté ZJ a ÚRN.

Porovnat jednotlivé odpovědi můžeme také z hlediska absolutních a relativních četností (AČ a RČ). Údaje jsou v následující tabulce:

Tabulka č. 13: IPSS – povolání (AČ a RČ)

		Míra stresu - řadoví policisté						Míra stresu – policisté ZJ a ÚRN					
		Nízká		Střední		Vysoká		Nízká		Střední		Vysoká	
		AČ	RČ (%)	AČ	RČ (%)	AČ	RČ (%)	AČ	RČ (%)	AČ	RČ (%)	AČ	RČ (%)
1	Přidělení nepříjemných povinností	23	35,938	35	54,688	6	9,375	36	56,25	27	42,188	1	1,563
2	Nedostačující materiálně technické zabezpečení výkonu služby	17	26,563	30	46,875	17	24,563	37	57,813	22	34,375	5	7,813
3	Neodpovídající služební příjem	9	14,063	27	42,188	28	43,75	16	25	22	34,375	26	40,625
4	Nedokonalá organizace výkonu služby	11	17,188	34	53,125	19	29,688	30	46,875	26	40,625	8	12,5
5	Nadměrná administrativa policistů	10	15,625	20	31,25	34	53,125	30	46,875	19	29,688	15	23,438
6	Nevhodné chování občanů k policistům	12	18,75	34	53,125	18	28,125	24	37,5	25	39,063	15	23,438
7	Nepříznivé pracovní prostředí (hluk, změny teploty, klimatických podmínek, atd.)	32	50	27	42,188	5	7,813	52	81,25	12	18,75	0	0,00
8	Snížené možnosti funkčního postupu	21	32,813	28	43,75	15	23,438	41	64,063	18	28,125	5	7,813
9	Neodpovídající způsob jednání ze strany nadřízených	20	31,25	32	50	12	18,75	34	53,125	22	34,375	8	12,5
10	Nedostatečné pravomoci policistů	13	20,313	30	46,875	21	32,813	22	34,375	27	42,188	15	23,438
11	Neuznávání role policie veřejností	11	17,188	39	60,938	14	21,875	23	35,938	27	42,188	14	21,875
12	Narušené mezilidské vztahy mezi policisty	18	28,125	38	59,375	8	12,5	39	60,938	21	32,813	4	6,25
13	Odborné chybování nadřízených	17	26,563	31	48,438	16	25	32	50	24	37,5	8	12,5
14	Přetíženost ve službě	8	12,5	36	56,25	20	31,25	38	59,375	22	34,375	4	6,25
15	Nedokonalá legislativa ve výkonu služby	10	15,625	35	54,688	19	29,688	28	43,75	26	40,625	10	15,625
16	Neobjektivní posuzování vykonané práce	11	17,188	35	54,688	18	28,125	24	37,5	29	45,313	11	17,188
17	Nedostačující počet policistů ve službě pro odpovídající zvládnutí úkolů	8	12,5	31	48,438	25	39,063	35	54,688	23	35,938	6	9,375
18	Konflikty s občany	12	18,75	38	59,375	14	21,875	36	56,25	26	40,625	2	3,125
19	Nedostatek času na děláni důležitých rozhodnutí	11	17,188	33	51,563	20	31,25	40	62,5	18	28,125	6	9,375
20	Nesprávně orientovaný výcvik a vzdělání policistů	24	37,5	27	42,188	13	20,313	36	56,25	21	32,813	7	10,938
21	Nedostatečné sociální a existenční jistoty povolání	6	9,375	28	43,75	30	46,875	15	23,438	29	45,313	20	31,25

22	Nedostatečná oprávnění policie v přípravném trestním řízení	19	29,688	32	50	13	20,313	30	46,875	25	39,063	9	17,063
23	Nezájem nadřízených podílet se na řešení problému	20	31,25	32	50	12	18,75	33	51,563	26	40,625	5	7,813
24	Pocit ohrožení zdraví či života ve výkonu služby	23	35,94	29	45,313	12	18,75	40	62,5	18	28,125	6	9,375
25	Vyšetřování událostí s devastujícími či tragickými důsledky	16	25	29	45,313	19	29,688	35	54,688	24	37,5	5	7,813
	Σ	382	596,88	790	1234,38	428	666,76	806	1259,38	579	904,69	215	338,94
	celkem	15,28	23,875 %	31,6	49,375 %	17,12	26,670 %	32,24	50,375 %	23,16	36,188 %	8,6	13,558 %

Z tohoto přehledu vyplývá, že většinu položek hodnotí policisté (jak řadoví, tak policisté ZJ a ÚRN) ve středním pásmu hodnocení – tedy jako středně zatěžující se střední mírou stresu.

Řadoví policisté:

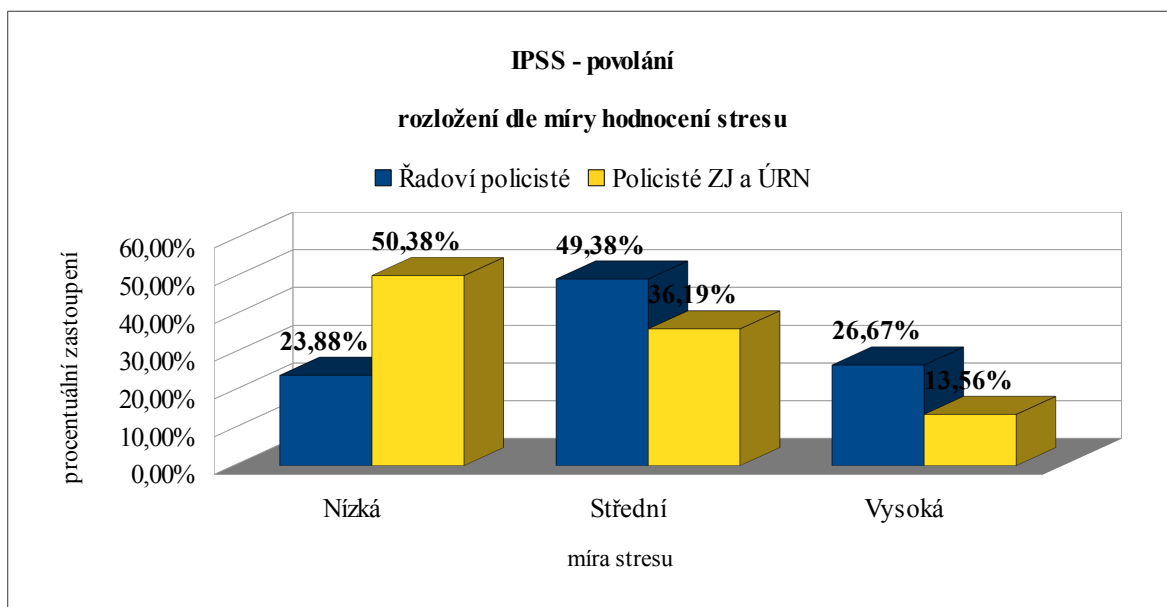
Řadoví policisté pak nejvyššími hodnotami (7, 8 či 9) hodnotili otázku č. 5 – nadměrná administrativa policistů (53,13%). Nejnižšími hodnotami (1, 2 a 3) je pak hodnocena otázka č. 7 – nepříznivé pracovní podmínky (50%).

Policisté ZJ a ÚRN:

Policisté ZJ a ÚRN hodnotili nejvyššími hodnotami (7, 8 či 9) otázku č. 3 – neodpovídající služební příjem (40,63%). Nejnižšími hodnotami (1, 2, a 3) pak otázku č. 7 – nepříznivé pracovní podmínky (81,25%).

Na následujícím grafu můžeme vidět rozložení míry hodnoceného stresu jak řadových policistů tak policistů ZJ a ÚRN. Vidíme na něm, kolika procentuální zastoupení má nízká, střední a vysoká míra stresu u obou souborů.

Graf č. 19: Procentuální zastoupení míry stresu



Následující tabulka nám ukazuje, zda řadoví policisté a policisté ZJ a ÚRN hodnotili jako více stresové otázky týkající se obsahu práce či kontextu práce.

Tabulka č. 14: Výše míry hodnocení stresu – POP a PKP

		Vysoká míra stresu			
		Řadoví policisté		Policisté ZJ a ÚRN	
		POP (%)	PKP (%)	POP (%)	PKP (%)
1	Přidělení nepříjemných povinností	9,375		1,563	
2	Nedostačující materiálně technické zabezpečení výkonu služby	24,563		7,813	
3	Neodpovídající služební příjem		43,75		40,625
4	Nedokonalá organizace výkonu služby	29,688		12,5	
5	Nadměrná administrativa policistů	53,125		23,438	
6	Nevhodné chování občanů k policistům		28,125		23,438
7	Nepříznivé pracovní prostředí (hluk, změny teploty, klimatických podmínek, atd.)		7,813		0,00
8	Snížené možnosti funkčního postupu	23,438		7,813	
9	Neodpovídající způsob jednání ze strany nadřízených		18,75		12,5
10	Nedostatečné pravomoci policistů	32,813		23,438	
11	Neuznávání role policie veřejností		21,875	12,64	21,875
12	Narušené mezilidské vztahy mezi policisty		12,5		6,25
13	Odborné chybování nadřízených		25		12,5
14	Přetíženost ve službě	31,25		6,25	
15	Nedokonalá legislativa ve výkonu služby	29,688		15,625	
16	Neobjektivní posuzování vykonané práce		28,125		17,188
17	Nedostačující počet policistů ve službě pro odpovídající zvládnutí úkolů		39,063		9,375
18	Konflikty s občany		21,875		3,125
19	Nedostatek času na děláni důležitých rozhodnutí		31,25		9,375
20	Nesprávně orientovaný výcvik a vzdělání policistů	20,313		10,938	
21	Nedostatečné sociální a existenční jistoty povolání		46,875		31,25
22	Nedostatečná oprávnění policie v přípravném trestním řízení	20,313		17,063	
23	Nezájem nadřízených podílet se na řešení problému		18,75		7,813
24	Pocit ohrožení zdraví či života ve výkonu služby		18,75		9,375
25	Vyšetřování událostí s devastujícími či tragickými důsledky		29,688		7,813
	průměr	27,46%	26,15%	13,9%	14,17%

U řadových policistů převažuje vyšší míra stresu v otázkách související s obsahem práce. Policisté ZJ a ÚRN vykazují lehce vyšší míru stresu v situacích spojených s kontextem práce. Rozdíly jsou však minimální.

9.2 Profil souboru z hlediska dotazníku IPSS – použití zbraně

Dotazník IPSS - modifikace pro povolání policisty se zaměřením na použití střelné zbraně jsme zkonstruovali proto, aby nám pomohl zjistit míru stresu v jednotlivých okamžicích, které jsou spojeny se situací v níž je policista nucen použít střelnou zbraň. Probandi zde zaznamenávali míru stresu v jednotlivých položek na pěti stupňové škále. Průměrné stresující činnosti a podmínky byly označeny číslem 3.

Získané výsledky jsou popsány v následující tabulce za pomoci aritmetického průměru.

Tabulka č. 15: IPSS – zbraň – aritmetický průměr

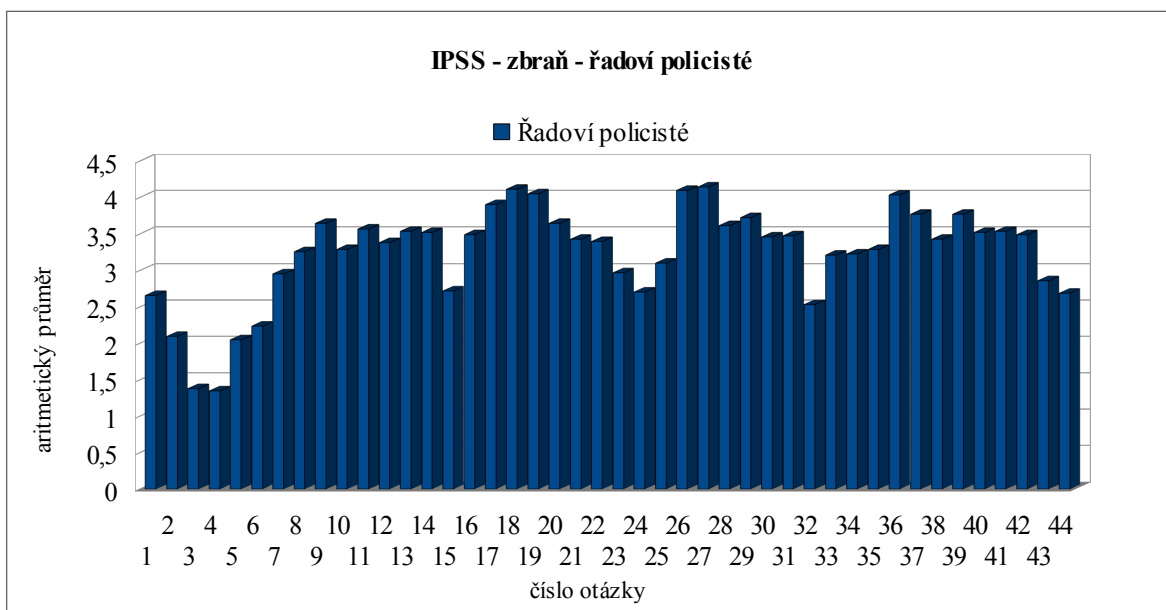
	Stres v situacích použití střelné zbraně	Míra stresu (aritmetický průměr HS)	
		řadoví policisté	policisté ZJ a ÚRN
1	Vědomí, že u sebe máte střelnou zbraň a že je možné, že ji budete nucen použít v PRVNÍCH TÝDNECH Vaší služby (když jste nastoupil k policii)	2,656	1,969
2	Vědomí, že u sebe máte střelnou zbraň a že je možné, že ji budete nucen použít V SOUČASNOSTI	2,094	1,188
3	Nošení střelné zbraně během výkonu služby	1,375	1,063
4	Vědomí, že u sebe máte střelnou zbraň při kontaktu s CIVILISTOU	1,344	1,109
5	Vědomí, že u sebe máte střelnou zbraň při kontaktu s PACHATELEM	2,047	1,313
6	Vědomí, že u sebe máte střelnou zbraň při NEVHODNÉM až AGRESIVNÍM chování pachatele	2,234	1,453
7	Příprava k použití střelné zbraně – ruka na pouzdru; vědomí, že v dané situaci může dojít na použití střelné zbraně	2,953	1,906
8	Vytažení střelné zbraně z pouzdra a její natažení, kdy jde náboj do nábojové komory	3,25	1,906
9	Namíření střelnou zbraní na člověka	3,641	2,109
10	Výzva: Jménem zákona, aby pachatel ukončil protizákonné jednání a vzdal se	3,281	2,125
11	Vteřiny po výzvě, kdy čekáte na reakci pachatele	3,563	2,344
12	Vystřelení varovného výstřelu	3,375	2,516
13	Rozhodování o použití střelné zbraně: zda vystřelit na pachatele či nikoli v případě, že pachatel má ZBRANĚ V PODOBĚ: nože, dřevěné či kovové tyče, atd. (nemá střelnou zbraň)	3,531	2,563
14	Rozhodování o použití střelné zbraně: zda vystřelit na pachatele či nikoli v případě, že pachatel MÁ STŘELNOU ZBRANĚ	3,516	2,391
15	Přítomnost Vašich kolegů v situaci, kdy je nutno použít střelnou zbraň	2,719	1,766
16	Naopak NEpřítomnost Vašich kolegů v situaci, kdy je nutno použít střelnou zbraň	3,484	2,219
17	Přítomnost dalších osob (civilistů, dalších pachatelů) v situaci, kdy je nutno použít střelnou zbraň	3,703	2,547
18	Hrozba, že VAŠE střela zasáhne nevinného CIVILISTU (pokud je přítomen)	4,109	2,906
19	Hrozba, že VAŠE střela zasáhne některého z KOLEGŮ	4,047	2,797
20	Hrozba, že SÁM budete zasažen střelou PACHATELE	3,641	2,422
21	Hrozba, že SÁM budete zasažen střelou jiného KOLEGY	3,422	1,859
22	Okamžiky následují bezprostředně po výstřelu – rozhodování o tom, co se stalo a jak se zachovat dál. Posuzování nastalé situace	3,391	2,484
23	Zjišťování následků střelby v okamžiku, kdy už je situace bezpečná (nehrozí další zranění, pachatelé jsou zneškodněni a zadrženi)	2,969	2,000
24	Poskytování první pomoci	2,703	1,984

25	Čekání na výsledky zdravotního vyšetření po Vašem výstřelu v případě, že VAŠE střela zasáhla PACHATELE	3,094	1,813
26	Čekání na výsledky zdravotního vyšetření po Vašem výstřelu v případě, že VAŠE střela zasáhla KOLEGU	4,094	3,609
27	Čekání na výsledky zdravotního vyšetření po Vašem výstřelu v případě, že VAŠE střela zasáhla CIVILISTU	4,141	3,594
28	Čekání na výsledky zdravotního vyšetření po zásahu v případě, že jste byl zasažen VY SÁM	3,609	2,953
29	Očekávání dalšího postupu vzhledem k dané situaci. Nejistota - co se bude dít dál; jak bude probíhat další vyšetřování; nejistota z následků, které z daného incidentu vyplynou	3,719	2,953
30	Očekávání názoru Vašich KOLEGŮ na danou situaci v případě, že VAŠE střela zasáhla jiného KOLEGU	3,453	3,109
31	Očekávání názoru Vašich KOLEGŮ na danou situaci v případě, že VAŠE střela zasáhla CIVILISTU	3,469	2,953
32	Očekávání názoru Vaší RODINY na danou situaci v případě, že VAŠE střela zasáhla PACHATELE	2,531	1,875
33	Očekávání názoru Vaší RODINY na danou situaci v případě, že VAŠE střela zasáhla jiného KOLEGU	3,203	2,453
34	Očekávání názoru Vaší RODINY na danou situaci v případě, že VAŠE střela zasáhla CIVILISTU	3,219	2,406
35	Vyšetřování vedené NADŘÍZENÝM	3,281	2,359
36	Vyšetřování vedené INSPEKČÍ	4,031	3,00
37	Nejistota očekávaných výsledků. Jak bude Vaše jednání posouzeno	3,766	2,734
38	Přijetí rozhodnutí nadřízených ohledně oprávněnosti a vhodnosti Vašeho jednání v dané situaci	3,422	2,578
39	Případné soudní řízení v dané věci	3,766	3,031
40	Případná medializace celé události v novinách a v televizi	3,516	2,813
41	Následná komunikace s CIVILISTOU, kterého zasáhla VAŠE střela	3,531	2,891
42	Následná komunikace s KOLEGOU, kterého zasáhla VAŠE střela	3,484	3,016
43	Opětovné setkání a komunikace s PACHATELEM, který zasáhl VÁS	2,859	2,188
44	Opětovné setkání a komunikace s KOLEGOU, který zasáhl VÁS	2,688	1,891
	Součet	141,92	103,16

Dotazník IPSS – modifikace pro povolání policisty se zaměřením na použití střelné zbraně jsme použili ke zjištění, které okamžiky spojené se situací, v níž hrozí nebo je nutno použít střelnou zbraň jsou pro policisty nejvíce zatěžující a jsou vnímány jako nejvíce stresové. Zároveň nám tato data umožnila vidět rozdíly u řadových policistů a policistů ZJ a ÚRN.

Grafické znázornění výsledků aritmetických průměrů jednotlivých položek v IPSS – zbraň:

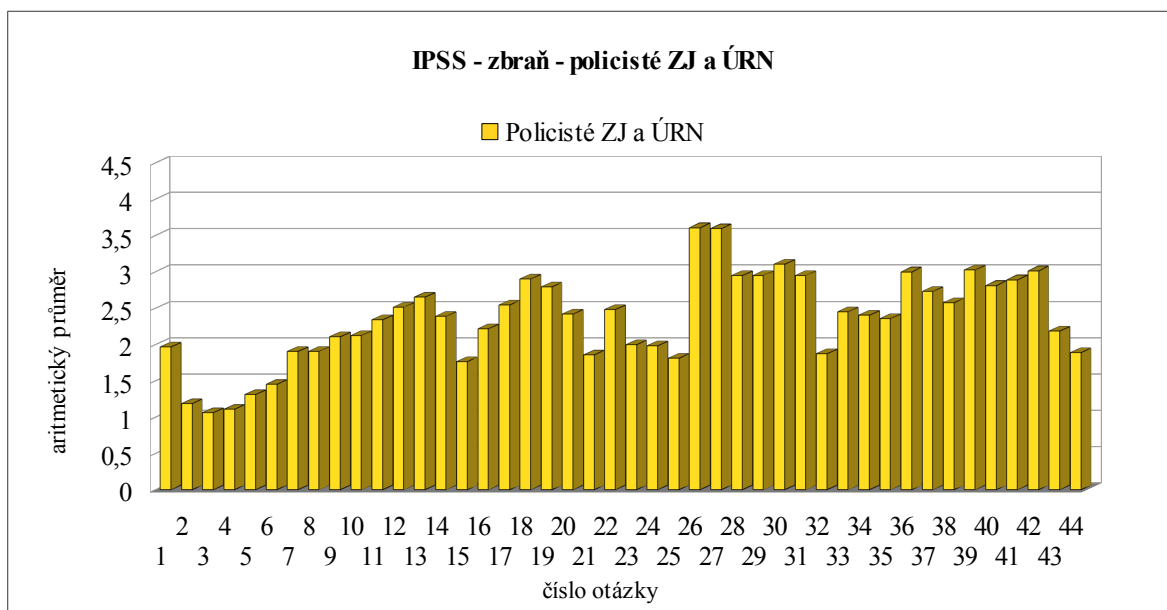
Grafy č. 20: IPSS – zbraň (řadoví policisté)



Řadoví policisté:

Soubor řadových policistů vykazuje nejvyšší míru stresu v případě, že hrozí, že jejich střela zasáhne nevinného civilistu a nebo kolegu (ot. č. 18 a 19), dále pak v okamžicích jako je čekání na výsledky zdravotního vyšetření v případě, že jejich střela zasáhla nevinného civilistu či kolegu (ot. č. 26 a 27). Vysokou míru stresu pak vzbuzuje i okamžik vyšetřování incidentu inspekcí (ot. č. 36). Nejnižší míra stresu je pak pocíťována v souvislosti vůbec s faktem nošení střelné zbraně během výkonu služby a v souvislosti s vědomím toho, že u sebe policista má střelnou zbraň při kontaktu s civilistou (ot. č. 3 a 4).

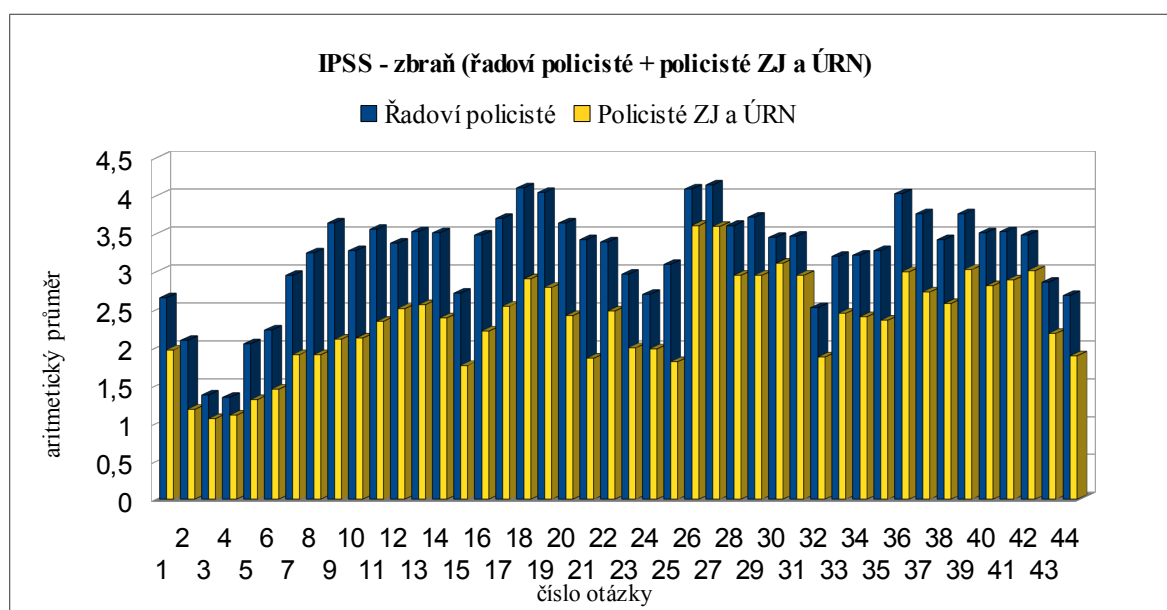
Grafy č. 21: IPSS – zbraň (policisté ZJ a ÚRN)



Policisté ZJ a ÚRN:

Nejvyšší vnímaná míra stresu u policistů z řad ZJ a ÚRN byla zjištěna v okamžicích, ve kterých se čeká na výsledky zdravotního vyšetření v případě, že jejich střela zasáhla nevinného civilistu či kolegu (ot. č. 26 a 27). Mezi další situace, které policisté jednotek ZJ a ÚRN hodnotili jako více stresující v porovnání s ostatními situacemi v dotazníku jsou: očekávání názoru kolegů v případě, že jejich střela zasáhla kolegu (ot. č. 30), při vyšetřování vedeném inspekcí (ot. č. 36), možnost případného soudního řízení v dané věci (ot. č. 39) a následná komunikace s kolegou, kterého zasáhla jejich střela (ot. č. 42). Nejnižší míra stresu je pak stejně jako u řadových policistů vnímána v situacích: vůbec nošení střelné zbraně a při vědomí, že u sebe má policista střelnou zbraň při kontaktu s civilistou (ot. č. 3 a 4).

Grafy č. 22: IPSS – zbraň – celý soubor (řadoví policisté + policisté ZJ a ÚRN)



V případě, že porovnáváme výsledky vnímání stresu v situacích spojených se střelnou zbraní u souboru řadových policistů se souborem policistů ZJ a ÚRN, zjistíme, že řadoví policisté vykazují ve všech položkách vyšší míru stresu než policistů ZJ a ÚRN.

Největší rozdíly mezi mírou hodnocení stresu se pak objevují v okamžicích jako: míření střelnou zbraní na člověka (ot. č. 9) a při hrozbě, že sám policista bude zasažen střelou jiného kolegy (ot. č. 21). Tyto položky hodnotily řadoví policisté zhruba o 1,5 bodu výše než policisté ZJ a ÚRN.

9.3 Profil souboru z hlediska SUPOS – 7 – PC

Testová metoda SUPOS – 7 byla použita ke zjištění psychického stavu probandů v souboru. Na základě 28 adjektiv probandi hodnotili své pocity a stavy na čtyřstupňové škále. Hodnocení probíhalo z pohledu: obvyklého stavu – tedy v jaké míře se u nich daná adjektiva vyskytují obvykle, v běžném životě, dle jejich subjektivního hodnocení. Zajímali jsme se též o jejich hodnocení subjektivních (psychosomatických) potíží – též na čtyřstupňové hodnotící škále.

Získané výsledky jsou popsány v následujících tabulkách. Nejprve se podíváme na podíl jednotlivých komponent dotazníku SUPOS – 7 na celkovém psychickém stavu řadových policistů a policistů ZJ a ÚRN.

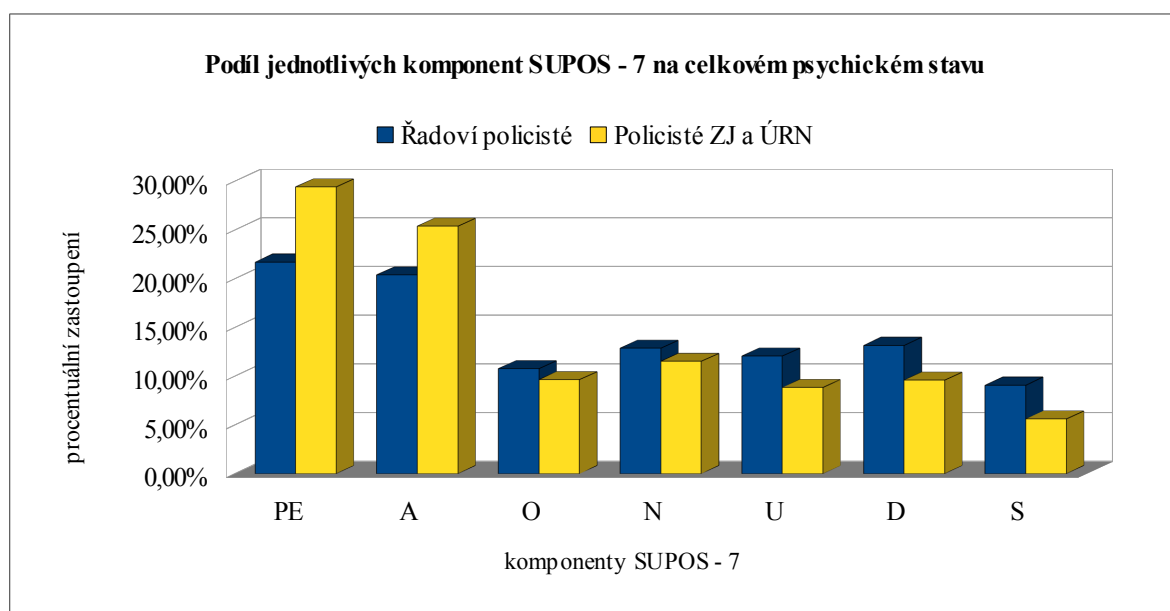
Tabulka č. 16: Podíl jednotlivých komponent SUPOS – 7 na celkovém psychickém stavu (řadoví policisté)

Řadoví policisté	PE	A	O	N	U	D	S
Procentuální zastoupení	21,7%	20,37%	10,78%	12,87%	12,06%	13,15%	9,07%

Tabulka č. 17: Podíl jednotlivých komponent SUPOS – 7 na celkovém psychickém stavu (policisté ZJ a ÚRN)

Policisté ZJ a ÚRN	PE	A	O	N	U	D	S
Procentuální zastoupení	29,41%	25,39%	9,64%	11,51%	8,84%	9,59%	5,62%

Graf č. 23: Podíl jednotlivých komponent SUPOS u celého souboru (řadoví policisté + policisté ZJ a ÚRN)



Z grafu nám vyplývá, že u policistů ZJ a ÚRN se na celkovém psychickém stavu podílejí komponenty PE a A ve větší míře. U PE je rozdíl 7,71% u A pak 5,02%. Ostatní komponenty (O, N, U, D a S) se pak naopak ve větší míře podílejí na celkovém psychickém stavu řadových policistů.

U obou souborů se však na celkovém psychickém stavu nejvíce podílejí komponenty PE a A (tedy psychická pohoda, aktivnost a činorodost).

Následující tabulka ukazuje aritmetický průměr všech naměřených proporcí pro konkrétní škálu. S normami se pracuje bez ohledu na věk, protože srovnávací studie roz-

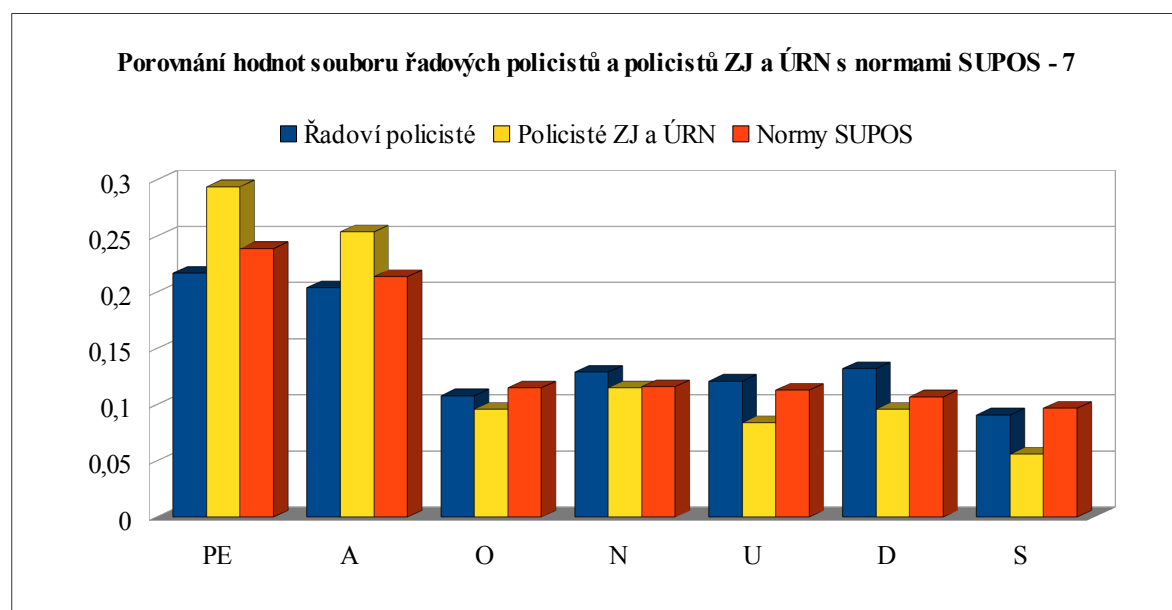
dílných věkových kategorií prokázali relativní nezávislost proporcionálních vztahů na věku. (Mikšík, 1993)

U všech komponent SUPOS – 7 uvádíme hodnotu sledovaného souboru, průměrnou hodnotu dle norem a směrodatnou odchylku vzorku i norem.

Tabulka č. 18: Profil souboru z hlediska SUPOS

Komponenta	Řadoví policisté				Policisté ZJ a ÚRN			
	Průměr vzorku	Směrodatná odchylka vzorku	Norma SUPOS – 7 - PC	Směrodatná odchylka norem	Průměr vzorku	Směrodatná odchylka vzorku	Norma SUPOS – 7 - PC	Směrodatná odchylka norem
PE	0,217	0.071236	0,239	0,119	0,294	0.076809	0,239	0,119
A	0,204	0.064308	0,214	0,078	0,254	0.065315	0,214	0,078
O	0,108	0.041576	0,115	0,055	0,096	0.04402	0,115	0,055
N	0,129	0.033121	0,116	0,055	0,115	0.04602	0,116	0,055
U	0,121	0.033967	0,113	0,056	0,084	0.037265	0,113	0,056
D	0,132	0.053305	0,107	0,050	0,096	0.050671	0,107	0,050
S	0,091	0.047622	0,097	0,065	0,056	0.044104	0,097	0,065

Graf č. 24: Srovnání komponent SUPOS u souboru s normami



Z daného grafu vyplývá, že jak soubor řadových policistů, tak soubor policistů ZJ a ÚRN neprojevuje významnější rozdíly oproti normě (tu tvoří proporcionální zastoupení jednotlivých komponent ve struktuře psychického stavu podle SUPOS 7).

U řadových policistů byl největší rozdíl oproti normě zjištěn v komponentě D – psychická depresivita a pocity vyčerpání, která u řadových policistů vychází vyšší (rozdíl: 0,025). Náš soubor řadových policistů tedy vykazuje sníženou pohotovost k interakci

se situačními proměnnými než je tomu u mužů ze srovnávací studie (norma). Druhý nejvyšší rozdíl byl pak zaznamenán v komponentě PE (rozdíl: 0,022) (psychická pohoda). Soubor policistů zařazených do výzkumu vykazuje snížené vnímání psychické pohody oproti normě.

U policistů ZJ a ÚRN pak největší rozdíl oproti normě nacházíme v komponentách PE (rozdíl: 0,055) a A (rozdíl: 0,041) (psychická pohoda a aktivnost – činorodost). Náš soubor policistů ze ZJ a ÚRN tedy vykazuje zvýšenou psychickou pohodu a aktivitu oproti normě. Rozdíl je také u normy S (rozdíl: 0,041) (sklíčenost), kdy policisté ZJ a ÚRN vykazují nižší podíl této komponenty. Pocity sklíčenosti se u nich objevují v nižší míře, než je tomu u normy.

Zajímavé je porovnání výsledků řadových policistů a policistů ZJ a ÚRN. Policisté ZJ a ÚRN vykazují oproti normě vyšší hodnoty komponent PE a A (psychická pohoda a aktivita) – ty se tedy na jejich psychickém stavu podílejí ve větší míře. Naopak všechny ostatní komponenty – O (impulzivita), N (psychický nepokoj), U (úzkostné očekávání, obavy), D (psychická deprese, pocity vyčerpání), S (sklíčenost) se na psychické stavu tohoto souboru podílejí v menší míře než je tomu u normy.

U řadových policistů je tomu naopak. Řadoví policisté vykazují nižší podíl komponent PE a A (psychická pohoda a aktivita) oproti normě. V komponentách - N (psychický nepokoj), U (úzkostné očekávání, obavy), D (psychická deprese, pocity vyčerpání) naopak normu lehce převyšují.

V oblasti subjektivních potíží jsme u zkoumaného souboru řadových policistů zaznamenali průměr 5,39. U souboru policistů ZJ a ÚRN byl průměr nižší, a to 3,45.

10 Vybrané koreláty

10.1 Koreláty IPSS - povolání

Koreláty IPSS – inventář pracovního stresu (modifikace pro povolání policisty).

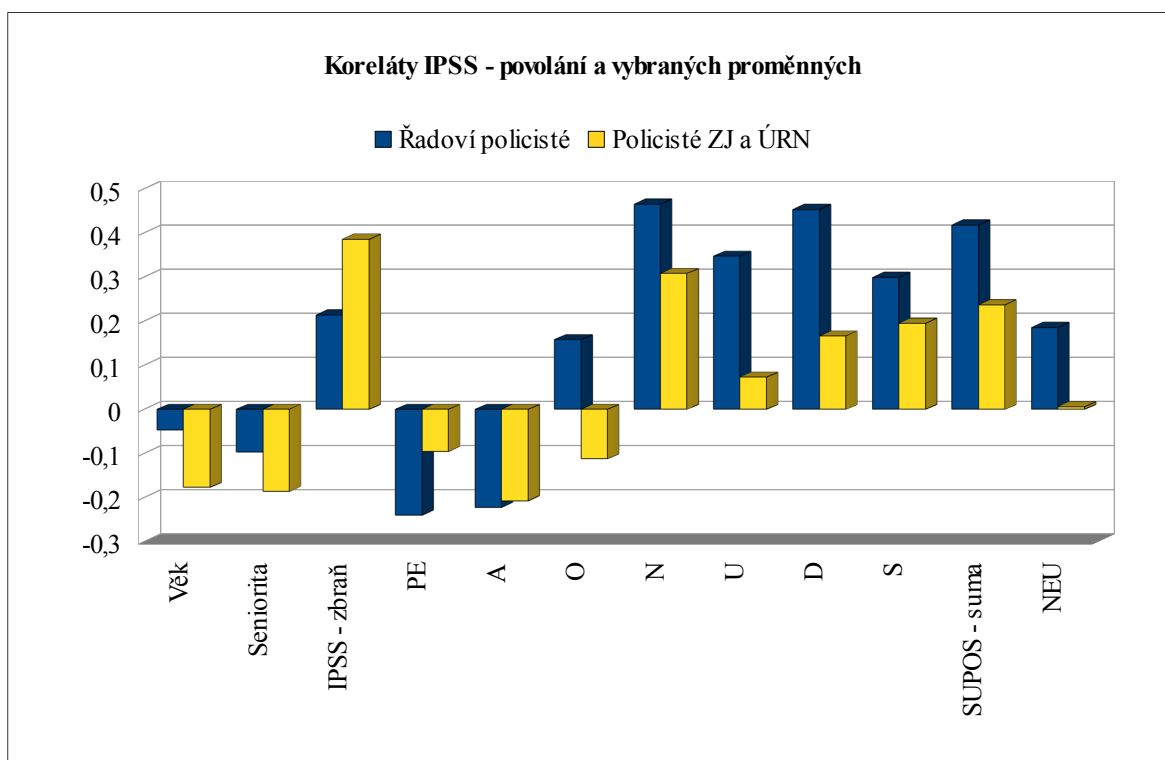
V této části jsme pomocí Pearsonova korelačního koeficientu zkoumali vztah mezi námi získanými charakteristikami výběrového souboru (věk, seniorita), dotazníkem IPSS – zbraň a dotazníkem SUPOS - 7 s údaji z dotazníku IPSS – povolání.

Výsledky byly porovnány s tabulkou kritických hodnot korelačního koeficientu (signifikantnost korelace) s hladinou významnosti 1% a 5%.

Tabulka č. 19: Koreláty IPSS – povolání a vybraných proměnných

Řadoví policisté		Policisté ZJ a ÚRN	
Proměnná	Korelace IPSS – povolání	Proměnná	Korelace IPSS - povolání
Věk	-0,047	Věk	-0,177
Seniorita	-0,097	Seniorita	-0,186
IPSS - zbraň	0,214	IPSS - zbraň	0,386 **
SUPOS - PE	-0,240	SUPOS - PE	-0,095
SUPOS - A	-0,222	SUPOS - A	-0,207
SUPOS - O	0,158	SUPOS - O	-0,112
SUPOS - N	0,465 **	SUPOS - N	0,308 *
SUPOS - U	0,347 **	SUPOS - U	0,073
SUPOS - D	0,453 **	SUPOS - D	0,166
SUPOS - S	0,299 *	SUPOS - S	0,195
SUPOS - suma	0,418 **	SUPOS - suma	0,237
NEU	0,186	NEU	0,006
*0,005 = 0,250		*0,005 = 0,250	
**0,01 = 0,324		**0,01 = 0,324	

Graf č. 25: Koreláty IPSS – povolání a vybraných proměnných



Za pomoci následujících korelátů dostáváme přehled o významných či nevýznamných vzájemných vztazích mezi celkovou mírou stresu vyplývající z dotazníku IPSS – povolání a vybraných proměnných z dotazníku IPSS – zbraň, SUPOS – 7 a demografických dat vzorku jakými jsou věk a seniorita.

Na základě koeficientu signifikantnosti korelace můžeme určit, které komponenty vykazují signifikantní závislost s dotazníkem IPSS – povolání.

Řadoví policisté:

- pro hladinu významnosti $\alpha = 0,05$:

S (sklíčenost) a IPSS – povolání ($r = 0,299$)

- pro hladinu významnosti $\alpha = 0,01$:

N (psychický nepokoj) a IPSS – povolání ($r = 0,465$)

U (úzkostné očekávání, obavy) a IPSS – povolání ($r = 0,347$)

D (deprese, pocity vyčerpání) a IPSS – povolání ($r = 0,453$)

SUPOS – suma a IPSS – povolání ($r = 0,418$)

Za pomoci výpočtů a měření jsme tedy došli k závěru, že u řadových policistů existuje pozitivní závislost mezi mírou úzkostného očekávání (S) a mírou vnímání stresu v rámci povolání (IPSS – povolání). Z toho tedy vyplývá, že s rostoucí mírou úzkosti roste i výše vnímání stresu v rámci výkonu povolání.

Další závislosti jednotlivých komponent byly zjištěny na 1% hladině významnosti. Pozitivní závislost zde byla nalezena mezi mírou psychického nepokoje (N) a vnímáním stresu v rámci povolání (IPSS – povolání). S rostoucí mírou psychického nepokoje tedy roste i vnímání stresu v rámci povolání. Další pozitivní závislost se objevila mezi úzkostným očekáváním a obavami a IPSS – povolání. S vyšší mírou prožívání úzkosti roste i vnímání stresu v rámci výkonu povolání. Pozitivní závislost byla zaznamenána také mezi mírou depresivity a IPSS – povolání. Jinými slovy, čím vyšší je míra prožívání depresivních pocitů a vyčerpání, tím vyšší je míra vnímání stresu v rámci povolání. Poslední pozitivní závislost byla zaznamenána mezi sumou SUPOSU a IPSS – povolání. Čím vyšší je tedy celková hodnota dotazníku SUPOS (čím vyšší hodnota, tím horší psychický stav), tím vyšší je míra vnímání stresu v rámci povolání.

Policisté ZJ a ÚRN:

- pro hladinu významnosti $\alpha = 0,05$:

N (psychický nepokoj) a IPSS - povolání ($r = 0,308$)

- pro hladinu významnosti $\alpha = 0,01$:

IPSS – zbraň a IPSS - povolání ($r = 0,386$)

Naše výpočty nás dovedly k závěru, že u policistů ZJ a ÚRN existuje pozitivní závislost mezi psychickým nepokojem (N) a mírou vnímání stresu v rámci povolání (IPSS – povolání). Čím vyšší je míra psychického nepokoje, tím vyšší je i míra vnímaného stresu v rámci výkonu povolání.

Další závislost jednotlivých komponent byla zjištěna na 1% hladině významnosti. Pozitivní závislost byla nalezena mezi IPSS – zbraň a IPSS – povolání. Jinak řečeno, čím výše je vnímán stres v situacích souvisejících s použitím střelné zbraně, tím vyšší je vnímána míra stresu v rámci výkonu povolání.

Relace mezi ostatními proměnnými byly statisticky nevýznamné.

10.1.1 Koreláty IPSS – povolání POP

Koreláty IPSS – inventář pracovního stresu (modifikace pro povolání policisty) – část zaměřená na obsah práce.

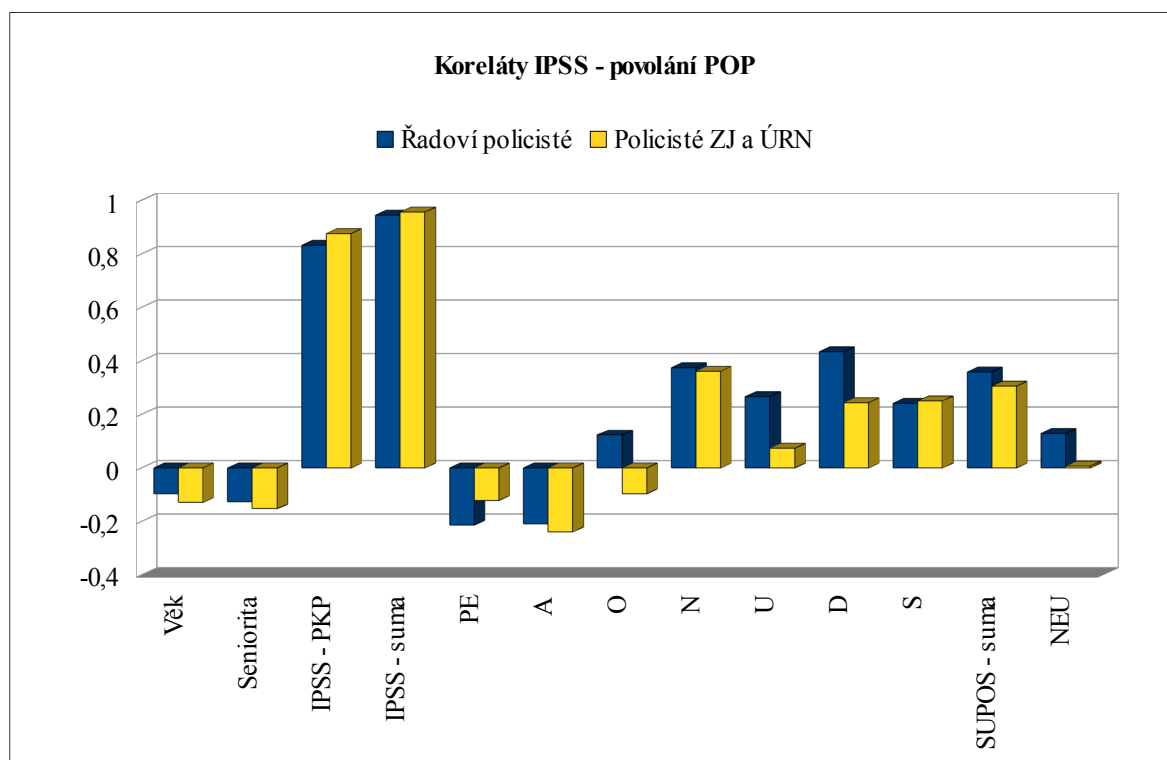
V této části jsme pomocí Pearsonova korelačního koeficientu zkoumali vztah mezi námi získanými charakteristikami výběrového souboru (věk, seniorita atd.), dotazníkem IPSS – suma, IPSS PKP a SUPOS – 7, NEU s údajů z dotazníku IPSS – povolání POP.

Výsledky byly porovnány s tabulkou kritických hodnot korelačního koeficientu (signifikantnost korelace) s hladinou významnosti 1% a 5%.

Tabulka č. 20: Koreláty IPSS – povolání POP

Řadoví policisté		Policisté ZJ a ÚRN	
Proměnná	IPSS – povolání POP	Proměnná	IPSS – povolání POP
Věk	-0,096	Věk	-0,128
Seniorita	-0,126	Seniorita	-0,153
IPSS – povolání PKP	0,831**	IPSS – povolání PKP	0,876**
IPSS – povolání suma	0,945**	IPSS – povolání suma	0,956**
SUPOS - PE	-0,213	SUPOS - PE	-0,121
SUPOS - A	-0,210	SUPOS - A	-0,24
SUPOS - O	0,123	SUPOS - O	-0,097
SUPOS - N	0,375**	SUPOS - N	0,361**
SUPOS - U	0,266*	SUPOS - U	0,074
SUPOS - D	0,434**	SUPOS - D	0,244
SUPOS - S	0,241	SUPOS - S	0,25*
SUPOS - suma	0,359**	SUPOS - suma	0,305*
NEU	0,128	NEU	0,006
*0,005 = 0,250		*0,005 = 0,250	
**0,01 = 0,324		**0,01 = 0,324	

Graf č. 26: Koreláty IPSS – povolání POP



Nyní si tedy uděláme přehled těch komponent, které vykazují signifikantní závislost s dotazníkem IPSS – povolání POP – situacemi a činnostmi týkajícími se obsahu práce.

Řadoví policisté:

- pro hladinu významnosti $\alpha = 0,05$:

U (úzkostné očekávání, obavy) a IPSS – povolání POP ($r = 0,266$)

- pro hladinu významnosti $\alpha = 0,01$:

IPSS – povolání PKP a IPSS – povolání POP ($r = 0,831$)

IPSS – povolání suma a IPSS – povolání POP ($r = 0,945$)

N (psychický nepokoj) a IPSS – povolání POP ($r = 0,375$)

D (deprese, pocity vyčerpání) a IPSS – povolání POP ($r = 0,434$)

SUPOS – suma a IPSS – povolání POP ($r = 0,359$)

Pomocí výpočtů jsme tedy došli k následujícím závěrům. Našli jsme pozitivní závislost mezi pociťováním a prožíváním úzkosti a mírou stresu vnímanou v rámci obsahu práce

(IPSS POP). Čím více se u jedince objevují rysy prožívání úzkosti, tím výše hodnotí míru stresu v souvislosti s obsahem práce.

Další závislosti pak byly zjištěny na 1% hladině významnosti. Pozitivní závislost s mírou vnímání stresu v rámci činností spojených s obsahem práce byla zjištěna u míry vnímání stresu v rámci kontextu práce (IPSS PKP) a míry vnímání stresu v rámci povolání obecně (IPSS – povolání). Čím vyšší je tedy míra vnímání stresu v činnostech a situacích spojených s obsahem práce, tím vyšší je míra vnímání stresu i v rámci kontextu práce a celková míra vnímání stresu v povolání. Další pozitivní závislost s obsahem práce (IPSS POP) byla dále zjištěna i mezi mírou psychického nepokoje (N), pocity vyčerpání a depresi (D) a celkovou sumou SUPOS. Jinými slovy, s vyšší mírou pocíťování psychického nepokoje, depresivním prožíváním či rostoucí hodnotou psychického stavu (čím vyšší hodnota, tím horší psychický stav), roste i míra vnímání stresu v rámci obsahu práce.

Policisté ZJ a ÚRN:

- pro hladinu významnosti $\alpha = 0,05$:

S (sklíčenost) a IPSS- povolání POP ($r = 0,25$)

SUPOS – suma a IPSS – povolání POP ($r = 0,305$)

- pro hladinu významnosti $\alpha = 0,01$:

IPSS – povolání PKP a IPSS – povolání POP ($r = 0,876$)

IPSS – povolání suma a IPSS – povolání POP ($r = 0,956$)

N (psychický nepokoj) a IPSS - povolání POP ($r = 0,361$)

Pozitivní závislost u policistů ZJ a ÚRN v souvislosti s obsahem práce (IPSS – POP) byla zjištěna s komponentami: mírou sklíčenosti (S) a sumou SUPOS. Čím vyšší je míra pocíťování sklíčenosti a sumou SUPOS – psychického stavu (čím je psychický stav horší), tím vyšších hodnot nabývá i míra vnímání stresu v souvislosti s obsahem práce.

Na 1% hladině významnosti byly zjištěny pozitivní závislosti, a to mezi mírou vnímání stresu v rámci kontextu povolání (IPSS PKP), celkovou mírou vnímání stresu v povolání (IPSS – povolání) a psychickým nepokojem s mírou vnímání stresu v rámci obsahu povolání (IPSS POP). S vyšší mírou hodnocení stresu v povolání rámci kontextu práce, vyšší

celkovou mírou vnímání stresu v rámci povolání nebo vyšší mírou prožívání psychického nepokoje, roste i míra vnímání stresu v povolání v rámci obsahu práce.

Relace mezi ostatními proměnnými byly statisticky nevýznamné.

10.1.2 Koreláty pro IPSS – povolání PKP

Koreláty IPSS – inventář pracovního stresu (modifikace pro povolání policisty) – část zaměřená na kontext práce.

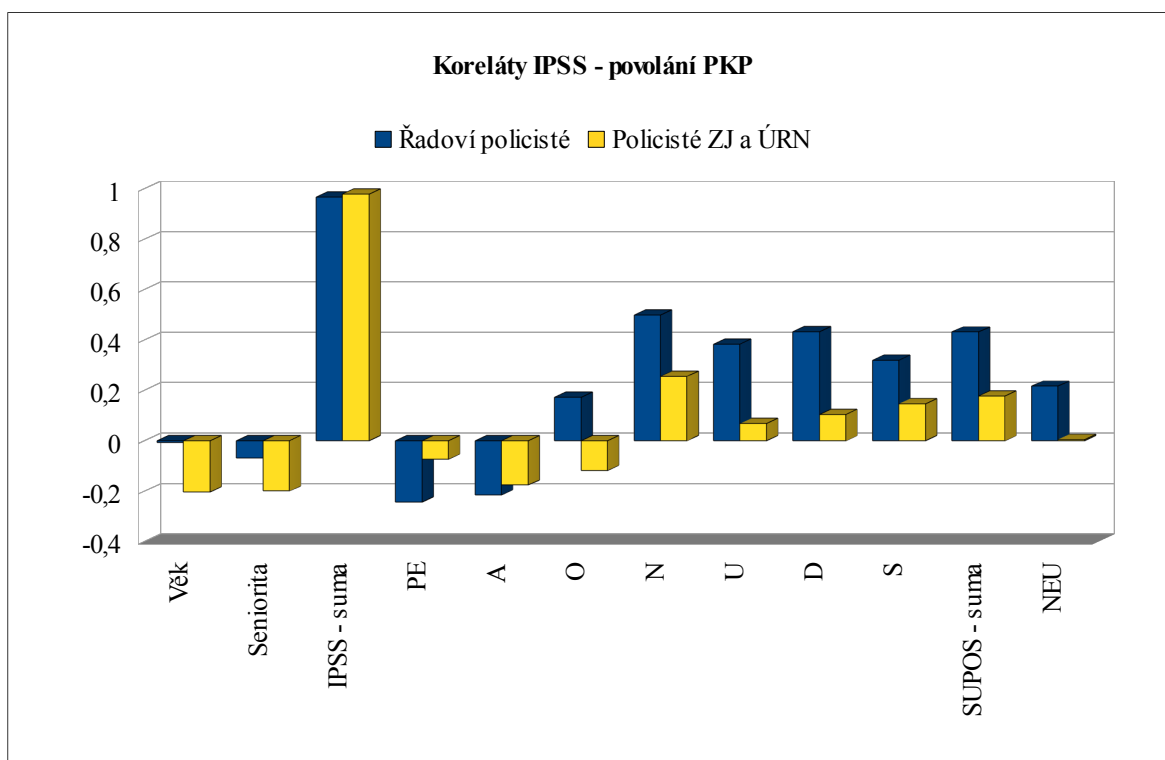
V této části jsme pomocí Pearsonova korelačního koeficientu zkoumali vztah mezi námi získanými charakteristikami výběrového souboru (věk, seniorita), dotazníkem IPSS – suma, SUPOS - 7 a NEU s údaji z dotazníku IPSS – povolání PKP.

Výsledky byly porovnány s tabulkou kritických hodnot korelačního koeficientu (signifikantnost korelace) s hladinou významnosti 1% a 5%.

Tabulka č. 21: Koreláty IPSS – povolání PKP

Řadoví policisté		Policisté ZJ a ÚRN	
Proměnná	IPSS – povolání PKP	Proměnná	IPSS – povolání PKP
Věk	-0,006	Věk	-0,202
Seniorita	-0,068	Seniorita	-0,199
IPSS – povolání suma	0,967 **	IPSS – povolání suma	0,979**
SUPOS - PE	-0,243	SUPOS - PE	-0,072
SUPOS - A	-0,214	SUPOS - A	-0,175
SUPOS - O	0,173	SUPOS - O	-0,117
SUPOS - N	0,499**	SUPOS - N	0,256*
SUPOS - U	0,383**	SUPOS - U	0,069
SUPOS - D	0,433**	SUPOS - D	0,104
SUPOS - S	0,320*	SUPOS - S	0,148
SUPOS - suma	0,432**	SUPOS - suma	0,178
NEU	0,217	NEU	0,006
*0,005 = 0,250		*0,005 = 0,250	
**0,01 = 0,324		**0,01 = 0,324	

Graf č. 27: Koreláty IPSS – povolání PKP



Zjišťování významných a nevýznamných vztahů pro hodnotu IPSS – povolání PKP (kontext práce) s ostatními proměnnými jako jsou demografické znaky, IPSS – povolání suma, komponenty SUPOS a suma SUPOS a NEU nám přinesla následující poznatky, které nás informují o komponentách, které vykazují signifikantní závislost s dotazníkem IPSS – povolání PKP – situace spojené s kontextem práce.

Řadoví policisté:

- pro hladinu významnosti $\alpha = 0,05$:

S (sklíčenost) a IPSS – povolání PKP ($r = 0,320$)

- pro hladinu významnosti $\alpha = 0,01$:

IPSS – povolání suma a IPSS – povolání PKP ($r = 0,967$)

N (psychický nepokoj) a IPSS – povolání PKP ($r = 0,499$)

U (úzkostné očekávání, obavy) a IPSS – povolání PKP ($r = 0,383$)

D (deprese, pocity vyčerpání) a IPSS – povolání PKP ($r = 0,433$)

SUPOS – suma a IPSS – povolání PKP ($r = 0,432$)

Závěry našich výpočtů jsou tedy následující. Existuje pozitivní závislost míry pocitů sklíčenosti (S) a mírou vnímání stresu v povolání v rámci kontextu práce (IPSS PKP). Se zvyšujícími se pocity sklíčenosti se zvyšuje i míra vnímání stresu v povolání v rámci kontextu práce.

Na 1% hladině významnosti pak byly zjištěny pozitivní závislosti mezi sumou IPSS - povolání, mírou psychického nepokoje (N), prožívání úzkosti (U), depresivních pocitů (D), sumou SUPOS – psychický stav (čím vyšší hodnota, tím horší psychický stav) a mírou vnímání stresu v povolání v rámci kontextu práce. Čím více je tedy pocíťován celkový stres v rámci povolání, čím vyšší je míra psychického nepokoje, úzkosti, depresivního ladění či čím vyšší je hodnota psychického stavu, tím více je pocíťován a zažíván stres v povolání v rámci kontextu práce.

Policisté ZJ a ÚRN:

- pro hladinu významnosti $\alpha = 0,05$:

N (psychický nepokoj) a IPSS- povolání PKP ($r = 0,256$)

- pro hladinu významnosti $\alpha = 0,01$:

IPSS – povolání suma a IPSS – povolání PKP ($r = 0,979$)

Pozitivní závislost u souboru policistů ZJ a ÚRN s vnímáním stresu v povolání v rámci kontextu práce jsme zjistili u míry psychického nepokoje (N). Čím více je pocíťován a prožíván psychický nepokoj, tím výše je hodnocena míra stresu v povolání v rámci kontextu práce.

Na 1% hladině významnosti se pak objevuje pozitivní závislost mezi mírou vnímání stresu v povolání v rámci kontextu práce (IPSS – povolání PKP) a mírou vnímání stresu v povolání (IPSS – povolání) Jinak řečeno, čím vyšší je pocíťován stres v povolání (IPSS – povolání), tím vyšší je i míra prožívání stresu v povolání v rámci kontextu práce.

Relace s ostatními proměnnými nebyly statisticky významné.

10.2 IPSS zbraň

Koreláty IPSS – inventář pracovního stresu (modifikace pro povolání policisty se zaměřením na použití střelné zbraně).

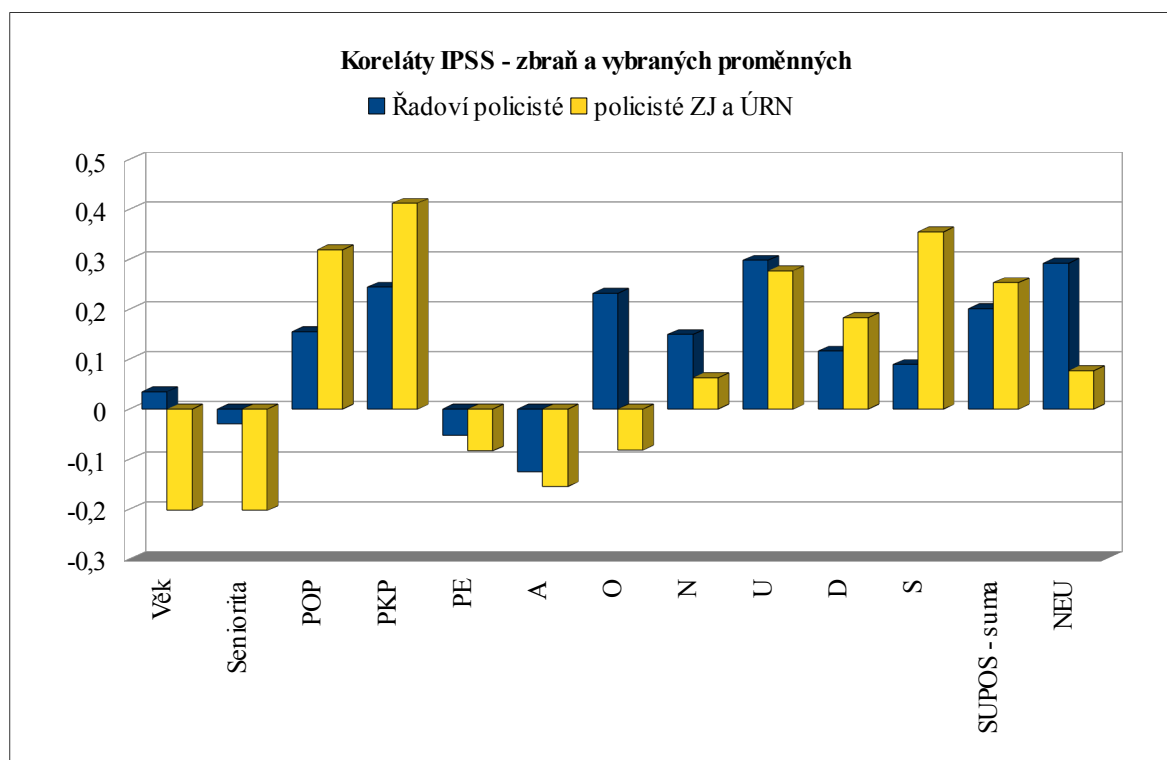
V této části jsme pomocí Pearsonova korelačního koeficientu zkoumali vztah mezi námi získanými charakteristikami výběrového souboru (věk, seniorita), dotazníkem IPSS – povolání POP a PKP a dotazníkem SUPOS - 7 s údajů z dotazníku IPSS – zbraň.

Výsledky byly porovnány s tabulkou kritických hodnot korelačního koeficientu (signifikantnost korelace) s hladinou významnosti 1% a 5%.

Tabulka č. 22: Koreláty IPSS - zbraň

Řadoví policisté		Policisté ZJ a ÚRN	
Proměnná	Korelace IPSS – zbraň	Proměnná	Korelace IPSS - zbraň
Věk	0,035	Věk	-0,202
Seniorita	-0,030	Seniorita	-0,203
IPSS – povolání POP	0,155	IPSS – povolání POP	0,319 *
IPSS – povolání PKP	0,244	IPSS - povolání PKP	0,412 **
SUPOS - PE	-0,053	SUPOS - PE	-0,084
SUPOS - A	-0,126	SUPOS - A	-0,155
SUPOS - O	0,232	SUPOS - O	-0,082
SUPOS - N	0,149	SUPOS - N	0,063
SUPOS - U	0,298 *	SUPOS - U	0,277*
SUPOS - D	0,116	SUPOS - D	0,183
SUPOS - S	0,089	SUPOS - S	0,355 **
SUPOS - suma	0,201	SUPOS - suma	0,253 *
NEU	0,292 *	NEU	0,077
*0,005 = 0,250		*0,005 = 0,250	
**0,01 = 0,324		**0,01 = 0,324	

Graf č. 28: Koreláty IPSS - zbraň



Uvedené koreláty nám dávají přehled o významných či nevýznamných vzájemných vztazích mezi celkovou mírou stresu vyplývající z dotazníku IPSS – zbraň a vybraných proměnných z dotazníku IPSS – povolání, SUPOS – 7 a demografických dat vzorku jakými jsou věk a seniorita.

Na základě koeficientu signifikantnosti korelace můžeme určit, které komponenty vykazují signifikantní závislost s dotazníkem IPSS – zbraň.

Řadoví policisté:

- pro hladinu významnosti $\alpha = 0,05$:

U (úzkostné očekávání, obavy) a IPSS – zbraň ($r = 0,298$)

NEU a IPSS – zbraň ($r = 0,292$)

- pro hladinu významnosti $\alpha = 0,01$:

nebyla nalezena signifikantní závislost.

Na základě našeho výzkumu jsme tudíž došli k závěru, že u řadových policistů existuje pozitivní závislost mezi úzkostným očekáváním, obavami (U) a celkovou mírou vnímání

stresu v situacích spojených s použitím střelné zbraně (IPSS – zbraň). Čím více tedy jedinec pocítuje úzkost a prožívá úzkostné očekávání a obavy, tím více pocítuje a vnímá stres v situacích spojených s použitím střelné zbraně. Rovněž nám vyšla pozitivní závislost mezi subjektivním vnímáním obtíží (NEU) a celkovou mírou vnímání stresu v situacích spojených s použitím střelné zbraně. To nám říká, že čím více subjektivních obtíží u sebe jedinec pozoruje, tím více se zvyšuje míra vnímání stresu v situacích použití střelné zbraně.

Relace mezi ostatními proměnnými byly statisticky nevýznamné.

Policisté ZJ a ÚRN:

- pro hladinu významnosti $\alpha = 0,05$:

IPSS - povolání POP (obsah práce) a IPSS – zbraň ($r = 0,319$)

U (úzkostné očekávání, obavy) a IPSS – zbraň ($r = 0,277$)

SUPOS - suma a IPSS – zbraň ($r = 0,253$)

- pro hladinu významnosti $\alpha = 0,01$:

IPSS – povolání PKP (kontext práce) a IPSS – zbraň ($r = 0,412$)

S (sklíčenost) a IPSS – zbraň ($r = 0,355$)

Na základě našeho výzkumu jsme došli k závěru, že u policistů ZJ a ÚRN existuje pozitivní závislost mezi mírou stresu v dotazníku IPSS – povolání POP (otázky zaměřené na obsah práce) a celkovou mírou stresu v situacích spojených s použitím střelné zbraně (IPSS – zbraň). Znamená to tedy, že čím více jedinec pocítuje a vnímá stres v činnostech a situacích spojených s obsahem práce, tím více se zvyšuje míra stresu spojená s použitím střelné zbraně. Dále nám vyšla pozitivní závislost mezi úzkostným očekáváním a obavami (U) a celkovou mírou stresu v situacích použití střelné zbraně (IPSS – zbraň). Neboli čím více jedinec zažívá a subjektivně pocítuje úzkost, tím více vnímá situace spojené s použitím střelné zbraně jako stresové. Také jsme zjistili pozitivní závislost mezi sumou SUPOS a celkovou mírou stresu v situacích použití střelné zbraně (IPSS – zbraň). Čím vyšší je tedy celková hodnota dotazníku SUPOS (čím vyšší hodnota, tím horší psychický stav), tím vyšší je i míra vnímání stresu v situacích použití střelné zbraně.

Další závislosti jednotlivých komponent byly zjištěny na 1% hladině významnosti. Pozitivní závislost se objevuje i mezi IPSS – povolání PKP (kontext práce) a IPSS – zbraň.

Čím víc stresující jsou hodnoceny činnosti a situace spojené s kontextem práce, tím více stresově jsou vnímány i okamžiky spojené s použitím střelné zbraně. Pozitivní závislost existuje také mezi komponentou S (sklíčenost) a mírou vnímaného stresu v IPSS – zbraň. Čím více jedinec zažívá pocity sklíčenosti, tím více vnímá situace spojené s použitím střelné zbraně jako stresové.

Relace mezi ostatními proměnnými vyšly jako statisticky nevýznamné.

10.3 Koreláty zbývajících proměnných mezi sebou

10.3.1 Věk

Tabulka č. 23: Korelace: věk s ostatními proměnnými

Řadoví policisté		Policisté ZJ a ÚRN	
Proměnná	Věk	Proměnná	Věk
IPSS – povolání POP	-0,096	IPSS – povolání POP	-0,128
IPSS – povolání PKP	-0,006	IPSS – povolání PKP	-0,202
SUPOS - PE	-0,176	SUPOS - PE	-0,006
SUPOS - A	-0,139	SUPOS - A	0,058
SUPOS - O	0,199	SUPOS - O	0,033
SUPOS - N	0,087	SUPOS - N	-0,092
SUPOS - U	0,147	SUPOS - U	-0,062
SUPOS - D	0,105	SUPOS - D	-0,004
SUPOS - S	0,232	SUPOS - S	-0,051
SUPOS - suma	0,209	SUPOS - suma	-0,059
NEU	0,30*	NEU	0,096
*0,005 = 0,250		*0,005 = 0,250	
**0,01 = 0,324		**0,01 = 0,324	

Na základě koeficientu signifikantnosti korelace můžeme určit, které komponenty vykazují signifikantní závislost s věkem respondentů.

Řadoví policisté:

- pro hladinu významnosti $\alpha = 0,05$:

NEU a věk ($r = 0,30$)

- pro hladinu významnosti $\alpha = 0,01$:

Nebyly nalezeny žádné závislosti.

Vnímání subjektivních potíží (NEU) se nachází v pozitivní závislosti s věkem. Z toho vyplývá že čím vyššího je respondent věku, tím vyšší vychází hladina subjektivních potíží (tím vyšší subjektivní potíže zažívá).

Policisté ZJ a ÚRN:

U daných komponent nebyla nalezena závislost na věku.

10.3.2 Seniorita

Tabulka č. 24: Korelace: Seniorita se zbylými proměnnými

Řadoví policisté		Policisté ZJ a ÚRN	
Proměnná	Seniorita	Proměnná	Seniorita
IPSS – povolání POP	-0,126	IPSS – povolání POP	-0,153
IPSS – povolání PKP	-0,068	IPSS – povolání PKP	-0,199
SUPOS - PE	-0,192	SUPOS - PE	-0,015
SUPOS - A	-0,06	SUPOS - A	0,052
SUPOS - O	0,197	SUPOS - O	0,104
SUPOS - N	0,052	SUPOS - N	-0,060
SUPOS - U	0,14	SUPOS - U	-0,066
SUPOS - D	0,098	SUPOS - D	0,039
SUPOS - S	0,276 *	SUPOS - S	-0,022
SUPOS - suma	0,197	SUPOS - suma	-0,009
NEU	0,185	NEU	0,078
*0,005 = 0,250		*0,005 = 0,250	
**0,01 = 0,324		**0,01 = 0,324	

Na základě koeficientu signifikantnosti korelace můžeme určit, které komponenty vykazují signifikantní závislost s věkem respondentů.

Řadoví policisté:

- pro hladinu významnosti $\alpha = 0,05$:

S (sklíčenost) a seniorita ($r = 0,276$)

- pro hladinu významnosti $\alpha = 0,01$:

U daných komponent nebyla nalezena závislost na senioritě

Vnímání pocitů sklíčenosti se nachází v pozitivní závislosti s senioritou. Z toho vyplývá že čím vyšší seniority respondent dosahuje, tím vyšší je hladina pocitů sklíčenosti.

Policisté ZJ a ÚRN:

U daných komponent nebyla nalezena závislost na senioritě.

10.4 SUPOS

Tabulka č. 25: Korelace: SUPOS -suma a NEU

Řadoví policisté		Policisté ZJ a ÚRN	
Proměnná	SUPOS - suma	Proměnná	SUPOS -suma
NEU	0,524**	NEU	0,458**
*0,005 = 0,250		*0,005 = 0,250	
**0,01 = 0,324		**0,01 = 0,324	

Na základě koeficientu signifikantnosti korelace můžeme určit, zda suma SUPOS vykazuje signifikantní závislost vůči komponentě NEU.

Řadoví policisté:

- pro hladinu významnosti $\alpha = 0,05$:

U daných komponent nebyla nalezena závislost na vnímání subjektivních potíží.

- pro hladinu významnosti $\alpha = 0,01$:

SUPOS suma a NEU ($r = 0,524$)

Byla zjištěna pozitivní závislost sumy SUPOS a komponenty NEU (subjektivní potíže). Čím vyšší hodnotu vykazuje subjektivní hodnocení psychického stavu, tím výše jsou vnímány subjektivní potíže.

Policisté ZJ a ÚRN:

- pro hladinu významnosti $\alpha = 0,05$:

U daných komponent nebyla nalezena závislost na vnímání subjektivních potíží.

- pro hladinu významnosti $\alpha = 0,01$:

SUPOS suma a NEU ($r = 0,458$)

Stejně jako u souboru řadových policistů i zde byla zjištěna pozitivní závislost sumy SUPOS a komponenty NEU (subjektivní potíže). Čím vyšší hodnotu vykazuje subjektivní hodnocení psychického stavu, tím výše jsou vnímány subjektivní potíže.

11 K cílům výzkumu a platnosti hypotéz

Na základě našich zjištění se nyní můžeme vyjádřit k cílům a platnosti hypotéz, které jsme si stanovili na začátku.

11.1 Cíle studie:

1. **Explorovat nejvýznamnější zdroje stresu v rámci výkonu povolání policisty pomocí dotazníku IPSS – modifikace pro povolání policisty.**

Pomocí dotazníku IPSS – inventář pracovního stresu (modifikace pro povolání policisty) se nám podařilo vymezit situace a činnosti, které v sobě nesou dle samotných policistů z našeho souboru největší míru stresu.

Souboru řadových policistů se jako nejvíce stresující situace a činnosti jeví: neodpovídající služební příjem s výsledkem 6,141 pro průměrný hrubý skór (až 43,75% policistů tuto otázku hodnotilo vysokou mírou stresu), nadměrné administrativní zatížení s výsledkem 6,203 (vysoké hodnocení míry stresu až u 53,13%) a nedostatek sociálních a existenčních jistot 6,063 (vysoké hodnocení stresu až 46,88%)

Pro soubor policistů ZJ a ÚRN se pak jako nejvíce stresující ukázaly situace a činnosti podobné jako souboru řadových policistů. Tedy neodpovídající služební příjem s výsledkem 5,578 (vysoká míra stresu až u 40,63%) a nedostatečné sociální a existenční jistoty s výsledkem 5,266 (vysoká míra stresu až u 31,25%).

2. **Analyzovat strukturu vnímání významných zdrojů stresu v rámci výkonu povolání policisty opět za pomoci dotazníku IPSS.**

Pomocí získaných výsledků z dotazníku IPSS – povolání jsme došli k závěru, že ve vnímání stresu v povolání policisty není mezi situacemi a činnostmi týkajícími se obsahu práce a kontextu práce téměř žádný rozdíl. Zjistili jsme též, že řadoví policisté vykazují celkově vyšší míru vnímání stresu než policisté ZJ a ÚRN.

3. Zjistit, do jaké míry policisté vnímají jednotlivé situace spjaté s užitím střelné zbraně jako stresující a to pomocí dotazníku IPSS – modifikace na situace použité střelné zbraně.

Za pomoci vlastního dotazníku zaměřeného na situace úzce spjaté s použitím střelné zbraně jsme analyzovali, v jaké míře vnímá náš soubor jednotlivé okamžiky a situace spojené se střelnou zbraní jako stresové. Na základě výsledků jsme určili nejvíce a nejméně stresující okamžiky a situace spojené s použitím střelné zbraně.

4. Nalézt nejvíce stresující okamžiky, které jsou spjaté se situací použití střelné zbraně (pomocí dotazníku IPSS modifikace na situace použité střelné zbraně).

Pomocí vlastního dotazníku IPSS – zbraň jsme došli k následujícímu:

Pro soubor řadových policistů se ze situací spojených s použitím zbraně ukázala jako nejvíce stresující: hrozba, že jejich střela zasáhne nevinného civilistu (4,109 – aritmetický průměr) nebo kolegu (4,047 AP). Dále sem patří okamžiky vyčkávání na výsledky zdravotního vyšetření v případě, že jejich střela zasáhla nevinného civilistu (4,094 AP) či kolegu (4,141 AP). Vysokou míru stresu pak vykazuje i situace vyšetřování celého incidentu prováděné inspekcí (4,031 AP)

Pro soubor policistů ZJ a ÚRN se pak nejvyšší míra stresu objevuje v situacích jakými jsou: čekání na výsledky zdravotního vyšetření v případě, že jejich střela zasáhla nevinného civilistu (3,609 AP) či kolegu (3,594AP) stejně jako u řadových policistů. Dále očekávání názoru kolegů na incident v případě, že jejich střela zasáhla kolegu (3,109 AP). Vysoce stresující je pak vyšetřování incidentu vedené inspekcí (3,00 AP) opět podobně, jako u řadových policistů. Dále se jako vysoce stresující ukázala: možnost soudního řízení (3,031AP) a následná komunikace s kolegou, kterého zasáhla jejich střela (3,016 AP)

5. Prozkoumat, zda existuje rozdíl ve vnímání významných zdrojů stresu mezi řadovými policisty a policisty zařazenými ke speciálním jednotkám (ZJ a ÚRN)

Na základě výsledků z dotazníku IPSS – povolání jsme došli k závěru, že řadoví policisté vykazují ve všech položkách vyšší míru vnímání stresu než policisté ZJ a ÚRN.

6. Prozkoumat, zda existuje rozdíl ve vnímání míry stresu v situacích použití střelné zbraně mezi řadovými policisty a policisty zařazenými ke speciálním jednotkám (ZJ a ÚRN).

Na základě výsledků z dotazníku IPSS – zbraň jsme došli k závěru, že řadoví policisté vykazují ve všech položkách dotazníku vyšší míru vnímání stresu než policisté ZJ a ÚRN.

Na začátku našeho výzkumu byly stanoveny následující hypotézy:

11.2 Hypotézy:

H1: Průměrné skóre celkového vnímání významných zdrojů stresu v povolání je u skupiny policistů ze speciálních jednotek statisticky významně nižší než u skupiny řadových policistů.

V kapitole 9.1 Profil souboru z hlediska dotazníku IPSS – inventář pracovního stresu (modifikace na povolání policisty) jsou uvedeny výsledky vycházející z daného dotazníku, které nám umožňují vidět jak míru vnímaného stresu v jednotlivých činnostech a situacích spojených s prací policisty, tak rozdíly mezi oběma soubory (řadovými policisty a policisty ZJ a ÚRN). Po vypočítání aritmetického průměru u všech položek v dotazníku a jejich následném zanesení do grafu je patrné, že řadoví policisté vykazují vyšší míru stresu ve všech položkách. Tyto výsledky nám potvrzují i hodnoty získané pomocí absolutních a především relativních četností. Zde vidíme, že řadoví policisté udávali hodnoty značící vysokou míru stresu (7,8,9) v 26,67% na rozdíl policistů ZJ a ÚRN, u kterých podíl odpovědí – vysoká míra stresu tvoří jen 13,56%. Rozdíl je pak i u odpovědí střední míry stresu (4,5,6), které u řadových policistů tvoří 49,38% na rozdíl od policistů ZJ a ÚRN – 36,19%.

Též součet aritmetického průměru je vyšší u souboru řadových policistů (128,1) než u policistů ZJ a ÚRN (98,39). Což znamená, že průměr hodnocení otázek co se výše stresu

týče, je vyšší u souboru řadových policistů – jinými slovy, hodnotí situace a činnosti v dotazníku jako více stresové, než policisté ZJ a ÚRN.

Statistická významnost nám vyšla i pomocí programu Statistika CZ 10¹⁵

Vzhledem k těmto výsledkům je tedy možné hypotézu přijmout.

Hypotéza H1 tedy je přijata.

H2: Průměrné skóre celkového vnímání stresu v situacích použití střelné zbraně je u skupiny policistů ze speciálních jednotek statisticky významně nižší než u skupiny řadových policistů.

V kapitole 9.2 Profil souboru z hlediska vlastního dotazníku IPSS – inventář pracovního stresu (modifikace pro povolání policisty se zaměřením na situace použití střelné zbraně) jsou uvedeny výsledky, které z dotazníku vyšly, a které nám umožňují zmapovat míru prožívání stresu v situacích použití střelné zbraně. Též nám umožňují popsat rozdíly ve vnímání stresu v daných situacích mezi řadovými policisty a policisty ZJ a ÚRN. Po vypočítání aritmetických průměrů v jednotlivých položkách a jejich následného zanesení do grafu je patrné, že řadoví policisté vykazují vyšší míru vnímání stresu ve všech položkách týkajících se situací, které souvisejí s použitím střelné zbraně. Též součet aritmetického průměru v situacích použití střelné zbraně je vyšší u souboru řadových policistů (141,92) než u policistů ZJ a ÚRN (103,16). Což znamená, že průměr hodnocení otázek co se výše stresu týče, je vyšší u řadových policistů – jinými slovy, hodnotí okamžiky v dotazníku spojené se střelnou zbraní jako více stresové, než policisté ZJ a ÚRN.

Statistická významnost nám vyšla i pomocí programu Statistika CZ 10¹⁵

Vzhledem k těmto výsledkům je tedy možné hypotézu přijmout.

Hypotéza H2 tedy je přijata.

15 PŘÍLOHA: Tabulky dokazující významnost IPSS – povolání, IPSS – zbraň a sumy SUPOS pro oba soubory na 5% hladině významnosti.

H3: Mezi průměrným skóre celkové kvality psychického stavu policistů ze speciálních jednotek a řadových policistů existuje statisticky významný rozdíl.

V kapitole 9.3 Profil souboru z hlediska SUPOS – 7 -PC jsou uvedeny výsledky jednotlivých komponent dotazníku SUPOS. Z výsledků vyplývá, že na celkovém psychickém stavu policistů ZJ a ÚRN se ve větší míře podílejí komponenty PE – 29,41% (psychická pohoda) a A – 25,39% (aktivita) než je tomu u řadových policistů (PE – 21,7%, A – 20,37%).

U policistů ZJ a ÚRN se pak v nižší míře na psychickém stavu podílejí ostatní komponenty, kterými jsou: O (impulzivita), N (psychický nepokoj), U (úzkostnost), D (psychická deprese) a S (sklíčenost). Dále z tabulek (příloha 13 a 14) vyplývá, že suma SUPOS – řadových policistů (1 870) je vyšší než suma SUPOS u policistů ZJ a ÚRN (1 358). Čím vyšší je hodnota dotazníku SUPOS, tím horší je kvalita psychického stavu. Ze sum SUPOS a procentuálního zastoupení jednotlivých položek tedy vyplývá, že existují rozdíly v kvalitě psychického stavu obou souborů, a že celková kvalita psychického stavu u řadových policistů je horší než u policistů ZJ a ÚRN.

Statistická významnost nám vyšla i pomocí programu Statistika CZ 10¹⁵

Vzhledem k těmto výsledkům je tedy možné hypotézu přijmout

Hypotéza H3 tedy je přijata.

H4: U skupiny řadových policistů existuje statisticky významná pozitivní korelace mezi celkovým vnímáním významných zdrojů stresu v povolání a sníženou kvalitou psychického stavu

V kapitole 10.1 Koreláty IPSS – povolání jsou uvedeny výsledky zjištěných korelací. U řadových policistů byla zjištěna pozitivní korelace na hladině 1% významnosti (0,418). Můžeme tedy zkonstatovat, že se sníženou kvalitou psychického stavu roste i míra vnímání stresu v rámci výkonu povolání policisty.

15 PŘÍLOHA: Tabulky dokazující významnost IPSS – povolání, IPSS – zbraň a sumy SUPOS pro oba soubory na 5% hladině významnosti.

Vzhledem k těmto výsledkům je tedy možné hypotézu přijmout.

Hypotéza H4 tedy je přijata.

H5: U skupiny řadových policistů existuje statisticky významná pozitivní korelace mezi celkovým vnímáním stresu v situacích použití střelné zbraně a sníženou kvalitou psychického stavu.

V kapitole 10.2 IPSS – zbraň jsou uvedeny výsledky naměřených korelací. U řadových policistů nebyla zjištěna závislost. Naměřené korelační hodnoty mezi mírou stresu v situacích použití střelné zbraně a celkovým psychickým stavem nejsou signifikantní. IPSS – zbraň a suma SUPOS ($r= 0,201$)

Vzhledem ke korelačním výsledkům tedy není možné hypotézu přijmout.

Hypotéza H5 tedy není přijata

H6: U skupiny policistů ze speciálních jednotek existuje statisticky významná pozitivní korelace mezi celkovým vnímáním významných zdrojů stresu v povolání a sníženou kvalitou psychického stavu

V kapitole 10.1 Koreláty IPSS – povolání jsou uvedeny výsledky zjištěných korelací. U policistů ZJ a ÚRN nebyla zjištěna závislost. Naměřené korelační hodnoty mezi celkovou mírou stresu (IPSS – povolání) a celkovým psychickým stavem nejsou signifikantní. IPSS – povolání a suma SUPOS ($r= 0,237$)

Vzhledem ke korelačnímu výsledku tedy není možné hypotézu přijmout.

Hypotéza H6 tedy není přijata.

H7: U skupiny policistů ze speciálních jednotek existuje statisticky významná pozitivní korelace mezi celkovým vnímáním stresu v situacích použití střelné zbraně a sníženou kvalitou psychického stavu.

V kapitole 10.2 IPSS – zbraň jsou uvedeny výsledky naměřených korelací. U policistů ZJ a ÚRN byla zjištěna pozitivní korelace na 5% hladině významnosti ($r = 0,253$). Ze zjištění tedy vyplývá, že čím horší je psychický stav, tím vyšší je vnímána míra stresu v situacích použití střelné zbraně.

Vzhledem ke korelačním výsledkům je možné hypotézu přijmout.

Hypotéza H7 tedy je přijata.

12 Diskuze

Problematika stresu v dnešní době dominuje světu. Jinak tomu není ani v policejní profesi. Stres je dokonce jednou z nejčastějších příčin vzniku pracovní neschopnosti anebo předčasného odchodu policisty z aktivní služby. (Čírtková, 2006)

V naší práci jsme se zaměřovali na zjištění obecných stresorů vyskytujících se v povolání policisty. Jaké situace a činnosti nejvíce komplikují život právě samotným policistům a nejvíce se podílejí na vzniku stresu. Zajímali jsme se především o to, zda existují rozdíly ve vnímání stresu mezi řadovými policisty zařazenými k různým oddělením a policisty ze speciálních jednotek – ZJ a ÚRN. I když se policisté ZJ a ÚRN rekrutují z řad řadových policistů, směr jejich výběru a především pak dalšího výcviku je diametrálně odlišný, jak již bylo popsáno v teoretické části práce. Navíc i zázemí či vybavení je u speciálních jednotek jiné než u běžných policistů. Proto jsme zjišťovali, zda vůbec (případně do jaké míry) tyto faktory ovlivňují vnímání stresu.

V rámci zjišťování míry stresu v situacích a činnostech spojených se samotným povoláním policisty, se u souboru řadových policistů jako nejvíce stresující položky ukázaly: nedostatečný služební příjem (43,75%), nedostatek sociálních a existenčních jistot (43,88%) a nadměrná administrativa (53,13%). Vysoká míra stresu v těchto položkách může být způsobena především současným stavem policie a její ekonomickou situací. Neustálé změny a reformy mají silný vliv na stabilitu policie jako celku. Platy policistů jsou neustále upravovány a snižovány, a navíc hrozí velká vlna propouštění, kde si nikdo nemůže být doopravdy jistý svým místem. Strach z budoucnosti, obavy z toho, zda budou schopni uživit sebe i rodinu, strach z toho, zda se jim podaří najít si jinou práci v případě potřeby atd., to vše se odráží v jejich výkonu. Nadměrná administrativa je pak prvek, který policisty zatěžuje a stresuje čím dál tím více. Neustále je po nich požadována větší a širší administrace u všech případů. Navíc se předpisy a postupy na její zpracování neustále mění a upravují a u sboru chybí starší kolegové, kteří by s jejím vyplňováním měli dostatečné zkušenosti. Co víc, administrativní chyba může vést k dalším závažným problémům a komplikacím, které by mohly zmařit celý případ. A v případech, kdy je policista nucen použít donucovací prostředky, je navíc celý jeho postup hodnocen komisí, která hodnotí správnost a přiměřenost celého zákroku, což má silný stresující vliv.

Tyto výsledky můžeme srovnat s výsledky výzkumů policejních psychologů ze SRN. Studenti obdobné školy, jakou je u nás policejní akademie, dostali za úkol sestavit stupnici policejních stresorů. Jako nejvíce zátěžové se ukázaly následující situace: použití služební zbraně a prohledávání lokalit při pátrání po nebezpečném násilném pachateli. Jako nejméně stresové se pak ukázaly položky jako výslech a vyřizování spisové agendy. V navazujícím dotazníkovém šetření se však situace rapidně změnila v okamžiku, kdy se do problematiky přidal další faktor – četnost stresových situací. V případě, že totiž policisté přihlíželi k četnosti výskytu stresových situací, změnilo se i pořadí jejich subjektivní závažnosti. Jako nejvíce stresogenní byly tentokrát hodnoceny položky: služební jednání s agresivními osobami a dále vedení spisové agendy, tedy „papírování“. Tento výsledek pak koresponduje s naším. (Čírtková, 2006)

Podobné výsledky nám vyšly i u souboru policistů ZJ a ÚRN. I zde byly za nejvíce stresující označeny položky týkající se neodpovídajícího služebního příjmu (40,63%) a nedostatku sociálních a existenčních jistot (31,25%). Ani policisté speciálních jednotek nemají svá místa jistá a objevuje se u nich strach z budoucnosti. Právě proto se přikláníme k tomu, že za tím stojí současná nestabilní situace u policie. I výsledek z výzkumu Steinera (2010) poukazuje na fakt, že 86% respondentů považuje nízké platové ohodnocení za zdroj stresu. Administrativa už pro policisty ze speciálních jednotek až takovým zatížením není. Je to z toho důvodu, že policisté speciálních jednotek provádějí oproti řadovým policistům minimální množství administrativní činnosti, a proto pro ně tato položka pracovní náplně není nijak ohrožující či stresující.

Vysoká míra stresu v položkách, jako jsou: nedostatečné sociální a existenční jistoty a nadměrná administrativa, byla potvrzena i v práci Pluskalové - *Stres u policejních potápečů*. Položku nedostatečné sociální a existenční jistoty hodnotili policisté v daném výzkumu vysokou mírou stresu ve 37,5% a nadměrnou administrativu pak též v 37,5%. (Pluskalová, 2010) Další výsledky nám přináší šetření Fouska (2009) – *Pracovní spokojenost a stres u policistů* (studujících na VPŠ MV Pardubice). Položku nedostatečné sociální a existenční jistoty hodnotili probandi v daném výzkumu vysokou mírou stresu v 52,25%. Oproti našemu výzkumu v souvislosti s výzkumem Fouska se objevily určité rozdíly. Probandi ve výzkumu Fouska hodnotili jako vysoce stresující např. položku neodpovídajícího způsobu jednání ze strany nadřízených pracovníků (51,25%). V našem výzkumu tuto položku jako vysoce stresující hodnotilo pouze 18,75% řadových policistů

a 12,5% policistů ZJ a ÚRN. Stejný výsledek se ukázal i v položce neobjektivní posuzování vykonané práce. Zde dokonce 52,25% policistů odpovědělo, že je to pro ně vysoce stresující záležitost v rámci pracovní činnosti. (Fousek, 2009) V našem výzkumu tuto položku vysokou mírou stresu hodnotilo pouze 28,13% řadových policistů a 17,19% policistů ZJ a ÚRN. Nízkou mírou stresu byla ve Fouskové výzkumu označena položka – konflikt s občany. 43,75% probandů ji hodnotilo nízkou mírou stresu. V našem výzkumu ji nízkými hodnotami hodnotilo 18,75% řadových policistů a 56,25% policistů ZJ a ÚRN. Policisté ZJ a ÚRN s běžnými civilisty do kontaktu příliš nepřijdou. Z toho dle nás pramení jejich nízké hodnocení dané položky. U řadových policistů je však již situace jiná. I zde však záleží na konkrétním zařazení a pracovní pozici. Ve výzkumu, který uskutečnil policejní Zdravotnický ústav v Brně a kterého se zúčastnilo více než 1 100 policistů a policistek z různých složek policie na jižní Moravě, se zjistilo, že zátěžový faktor nadbytečná administrativa dominuje napříč všemi pracovišti. Kromě nadbytečné administrativy zmiňují policisté v daném výzkumu jako zdroje psychické zátěže také nedostatek pracovních sil na velký objem práce, nízké společenské ocenění jejich profese, nedostatečné pracovní vybavení a nízké platy. Policisté si pak také dle výzkumu často stěžují na své nejbližší nadřízené. (Troníček, 2008)

Za nejméně stresující (hodnocené nízkou mírou stresu) byla v našem výzkumu v obou případech (jak u řadových policistů v 50%, tak u policistů ZJ a ÚRN v 81,25%) hodnocena položka nepříznivých pracovních podmínek. Policisté ZJ a ÚRN vzhledem k náročnosti a nebezpečnosti své práce pracují v poměrně dobrých pracovních podmínkách a mají zajištěno potřebné zázemí. I řadoví policisté jsou však dle našeho výzkumu spokojeni s prostředím, ve kterém pracují. Je však také možné, že vzhledem k obavám, zda si vůbec udrží své povolání, je pro ně tato položka (pracovní podmínky) zanedbatelná, i když není úplně v pořádku.

Výsledky řadových policistů v hodnocení míry stresu v rámci situací a činností spojených s povoláním policisty vyšly vyšší než u policistů ZJ a ÚRN. Řadoví policisté tedy pociťují vyšší míru stresu v rámci výkonu povolání než policisté ZJ a ÚRN. Vysvětlujeme si to tím, že policisté ZJ a ÚRN mají lepší podmínky pro výkon své práce. Správné zázemí a vybava jsou nutností pro zvládnutí úkolů, které plní, a proto není možné na nich příliš šetřit. U řadových policistů už je situace o něco horší a jejich možné výdaje se neustále snižují na tu nejnižší možnou úroveň. Navíc jejich výcvik a pravidelná průprava není schop-

na je připravit tak, jako je tomu u policistů ZJ a ÚRN, kteří jsou mnohem lépe vycvičeni k zvládnutí stresových situací, což je podmínkou jejich práce. Navíc náplň policistů ZJ a ÚRN a řadových policistů se v určitých detailech liší. Dobrým příkladem je již zmiňovaná míra administrativní činnosti, s níž se policisté ZJ a ÚRN v porovnání s řadovými policisty setkávají minimálně.

Nejvyšší rozdíly vnímání stresu se v rámci našeho výzkumu vyskytly v položkách: přetíženost ve službě, nedostatečný počet policistů pro zvládnutí daného úkolu a nedostatek času na děláni důležitých rozhodnutí. Všechny tyto položky hodnotili řadoví policisté až o dva body jako více stresující než policisté ZJ a ÚRN. Vyplyvá to z jiné náplně pracovní činnosti řadových policistů a policistů ZJ a ÚRN.

Je nutno podotknout, že většina odpovědí u řadových policistů (49,38%) se pohybovala v průměrných hodnotách neboli v oblasti střední míry stresu. Takové hodnocení může být důsledkem středové tendence. Většina odpovědí u policistů ZJ a ÚRN (50,38%) se pak pohybovala v nízkých hodnotách neboli v oblasti nízké míry stresu. Zde se mohl projevit důsledek stereotypu „tvrdého policisty“ („tough cop“), o čemž jsme se zmiňovali v teoretické části práce.

Zajímavé bylo zjištění, že u řadových policistů souvisí míra vnímání stresu v povolání se sumou SUPOS (s horším psychickým stavem). Opak tomu byl u policistů ZJ a ÚRN, u kterých se neobjevila souvislost mezi mírou vnímání stresu v povolání a horším psychickým stavem.

V naší práci jsme se kromě vnímání míry stresu v situacích a činnostech v povolání policisty zaměřili i na nejvýraznější prvek povolání, jímž je nošení zbraně, přítomnost zbraně v kontaktu s občany a pachateli, manipulace se zbraní, vysoká možnost jejího použití vůči jinému člověku a možnost způsobit zranění, či dokonce smrt jiného člověka. To vše je velmi silným faktorem působícím na psychiku policisty. K účelu našeho zkoumání jsme sestavili dotazník, který mapuje jednotlivé okamžiky, které jsou ve spojení se situací použití střelné zbraně. Zde jsme pak hodnotili, které konkrétní okamžiky a situace hodnotí samotní policisté jako nejvíce stresogenní. Při shromažďování potřebné literatury se nám nepodařilo najít podobný výzkum, který by se přímo zaměřoval na jednotlivé okamžiky spojené se situací použití střelné zbraně. Proto je srovnání našich výsledků s jinými výzkumy v tomto případě problematické. Nicméně považujeme tuto oblast za velmi

důležitou v rámci přípravy dalších policistů, a tudíž hodnou dalšího výzkumu. Dle našeho výzkumu můžeme říci, že řadoví policisté vykazují nejvyšší míru stresu v případě, že hrozí, že jejich střela zasáhne nevinného civilistu (aritmetický průměr – dále jen AP 4,109) a nebo kolegu (AP 4,047), dále pak v okamžicích, jako je čekání na výsledky zdravotního vyšetření v případě, že jejich střela zasáhla nevinného civilistu (AP 4,094) či kolegu (AP 4,141). Vysokou míru stresu pak vzbuzuje i okamžik vyšetřování incidentu inspekcí (AP 4,031). Nejvíce zatěžující je tedy pro policisty možnost, že poraní cizí nevinnou osobu, či dokonce vlastního kolegu, ale také případné očekávání výsledků zdravotního vyšetření. Nejvyšší míra stresu je tedy spojena s možností zranění či usmrcení třetí nevinné osoby. I vyšetřování incidentu inspekcí je pro policisty velkou zátěží. Ta totiž rozhoduje o oprávněnosti policistova jednání a má pravomoc ho odvolat z výkonu služby či s ním zahájit trestní řízení před soudem. Nejnižší míra stresu je pak pocíťována v souvislosti s faktem nošení střelné zbraně během výkonu služby (AP 1,375) a v souvislosti s vědomím toho, že u sebe policista má střelnou zbraň při kontaktu s civilistou (AP 1,344).

Policisté ZJ a ÚRN hodnotili v situacích použití střelné zbraně jako nejvíce stresogenní okamžiky čekání na výsledky zdravotního vyšetření v případě, že jejich střela zasáhla nevinného civilistu (AP 3,609) či kolegu (AP 3,594). Zde je vidět, že hodnocení míry stresu v situacích použití střelné zbraně je obdobné. Oba soubory mají největší obavy z toho, že jejich střela zasáhne nevinnou třetí osobu. Mezi další situace, které policisté jednotek ZJ a ÚRN hodnotili jako více stresující v porovnání s ostatními situacemi v dotazníku, patří: očekávání názoru kolegů v případě, že jejich střela zasáhla kolegu (AP 3,109), vyšetřování vedené inspekcí (AP 3,00), možnost případného soudního řízení v dané věci (AP 3,031) a následná komunikace s kolegou, kterého zasáhla jejich střela (AP 3,016). Hodně zde tedy figurují položky týkající se druhé nevinné osoby a jejího zranění policistovou střelou. Nejnižší míra stresu je pak stejně jako u řadových policistů vnímána v těchto situacích: nošení střelné zbraně (AP 1,063) a vědomí, že u sebe má policista střelnou zbraň při kontaktu s civilistou (AP 1,109). Nutno podotknout, že zde uvádíme nejvyšší výsledky u jednotlivých položek v rámci jednotlivých souborů. U obou souborů jsme tedy vybrali nejvýše hodnocené položky. Dle toho by se nám mohlo zdát, že policisté ZJ a ÚRN hodnotí více položek vyšší mírou stresu. To ale není pravda. Naopak. Řadoví policisté hodnotí více položek vyšší mírou stresu než policisté ZJ a ÚRN.

Ve výzkumu Steinera (2010) – *Stresové faktory v práci příslušníků zásahové jednotky* - vyšlo, že 45% respondentů považuje možnost vlastního usmrcení či zranění, či zranění nebo usmrcení svých spolupracovníků za stresující podnět. Tento fakt je podle nás dán tím, že práce v zásahové jednotce je postavena na spolupráci a kooperaci všech jejích členů.

Největší rozdíly v hodnocených položkách mezi souborem řadových policistů a policistů ZJ a ÚRN byly zjištěny v položce míření střelnou zbraní na člověka a při hrozbě, že sám policista bude zasažen střelou jiného kolegy. Tyto položky hodnotili řadoví policisté zhruba o jeden a půl bodu výše než policisté ZJ a ÚRN. Myslíme si, že řadoví policisté pocítují v této položce vyšší míru stresu, protože manipulaci a střelbu netrénují v dostatečné míře. To souvisí i s druhou položkou. Policisté ZJ a ÚRN jsou mnohem více semknutí jako tým než řadoví policisté. Navíc spolu trénují, a tak mnohem lépe dokáží předvídat či odhadnout jednání svých kolegů.

Z našeho výzkumu dále vyplývá, že řadoví policisté vykazují vyšší hodnocení míry stresu ve všech položkách dotazníku oproti policistům ZJ a ÚRN. My se domníváme, že je to proto, že policisté ZJ a ÚRN jsou díky lepšímu a přísnějšímu výběru a kvalitnímu a pravidelnému cvičení (manipulace se zbraní, technika, taktika atd.) lépe připraveni na situace spojené s použitím střelné zbraně, a cítí v nich tudíž menší míru stresu než řadoví policisté, kteří především střelbu trénují velmi málo. Ve výzkumu, který provedl Spurný a Čírtková (2001) – *Péče o policisty po extrémních stresových situacích* - vyšlo, že 71% respondentů považuje použití zbraně se smrtelnými následky za silně traumatizující událost, 21% pak za značně traumatizující. Dle jejich průzkumu pak následují situace braní rukojmí a akce na jejich záchranu, sdělování tragické události rodině, použití střelné zbraně vůbec, pronásledování nebezpečného pachatele, vážné dopravní nehody se smrtelnými následky, zákroky proti agresivním skupinkám. Za nejméně traumatizující považují respondenti výslech obětí násilí (pozůstalých), konflikty a vnitřní vztahy na pracovišti a pohled na těžká zranění. (Čírtková, Spurný, 2001)

Zajímavé bylo zjištění, že u řadových policistů nesouvisí míra vnímání stresu v situacích použití střelné zbraně se sumou SUPOS (s horším psychickým stavem). Naše hypotéza se zde tedy nepotvrdila. Opak tomu byl u policistů ZJ a ÚRN, u kterých se objevila signifikantní závislost mezi mírou vnímání stresu v situacích použití střelné zbraně a horším psychickým stavem.

Psychický stav u řadových policistů tedy ovlivňuje míru vnímání stresu v rámci výkonu povolání, ale neovlivňuje míru vnímání stresu v rámci situací použití střelné zbraně. U policistů ZJ a ÚRN je tomu naopak. Psychický stav zde nemá vliv na míru vnímání stresu v povolání, ale má vliv na míru vnímání stresu v situacích spojených s použitím střelné zbraně. Domníváme se, že je to tím, že řadoví policisté se v mnohem větší míře potýkají s různými problémy spojenými s povoláním (nadměrná administrace, kontakt s civilisty atd.), kdežto se střelnou zbraní v rámci výcviku pracují poměrně málo a během výkonu služby ji valná většina z nich nikdy nepoužije. I když je jejich práce nebezpečná především v tom, že nikdy nevědí, jak nebezpečného zločince před sebou mají (a proto riziko zranění, či dokonce smrti nelze vyloučit ani při zdánlivě bezrizikovém úkonu), přesto má spousta z nich to štěstí, že nikdy nejsou nuceni svou zbraň použít. U policistů ZJ a ÚRN je tomu naopak. Použití střelné zbraně je u nich vysoce pravděpodobné. Těž pachatelé, na které jsou policisté ZJ a ÚRN vysíláni, jsou v 99% vysoce nebezpeční a ozbrojení a policistům tak vždy hrozí riziko zranění, či dokonce smrti. Proto absolutně osvojené ovládání zbraně a dobrý psychický stav je pro ně nutností.

V dotazníku SUPPOS – 7 jsme se dále zajímali o psychický stav u námi zkoumaného souboru. V porovnání s normou nevykazoval jak soubor řadových policistů, tak soubor policistů ZJ a ÚRN významnější rozdíly.

U řadových policistů jsme zjistili, že oproti normě se na jejich celkovém psychickém stavu ve větší míře podílejí komponenty N (psychický nepokoj), U (úzkostnost) a D (depresivita). Naopak komponenty PE (psychická pohoda) a A (aktivita) se na celkovém psychickém stavu policistů podílejí oproti normě méně. To značí, že námi zkoumaný soubor vykazuje lehce horší psychický stav oproti normě. Tento fakt bychom opět mohli přisoudit aktuálnímu stavu u policie, kde vládne spíše nepokoj, napětí a obavy z budoucnosti, ale také vysoké kriminalitě dnešní doby.

U policistů ZJ a ÚRN je tomu naopak. Zde jsme zjistili, že oproti normě se u souboru policistů ZJ a ÚRN na celkovém psychickém stavu podílejí ve větší míře komponenty PE (psychická pohoda) a A (aktivita). V nižší míře oproti normě se u nich na psychickém stavu naopak podílejí komponenty O (impulzivita), N (nepokoj), U (úzkostnost), D (depresivita) a S (sklíčenost). Policisté ZJ a ÚRN tedy vykazují lepší psychický stav oproti normě i oproti řadovým policistům. Při přijímacím řízení procházejí policisté ZJ a ÚRN

opravdu náročným výběrovým řízením, kde jsou prověřovány jejich fyzické i psychické předpoklady. Ty jsou pak i nadále kontrolovány při pravidelných prověrkách. Proto lze s vysokou pravděpodobností předpokládat, že u speciálních jednotek jsou jedinci vyrovnaní a v dobré psychické kondici.

Výsledky z výzkumu Pluskalové (2010) u policejních potápěčů mluví o tom, že policejní potápěči též neprojevovali relevantní rozdíly oproti normě. Největší rozdíl zde (0,039) byl zaznamenán v komponentě PE (psychické pohody), kdy policejní potápěči byli nepatrně více psychicky v pohodě než muži ze srovnávací studie (norma). Toto jsme my zaznamenali u policistů ZJ a ÚRN. Obě specializace (jak potápěči, tak policisté ZJ a ÚRN) procházejí náročnějším výcvikem a náročnějšími psychickými testy než řadoví policisté. Stejný rozdíl (0,039) oproti normě byl pak naměřen u proměnné S – sklíčenost, kdy policejní potápěči dosahovali nižších hodnot. Nižší hodnoty byly zjištěny také v komponentách O – impulzivita, U – úzkostné očekávání, obavy, D – psychická deprese. Výsledky jsou tedy podobné jako u policistů ZJ a ÚRN.

V oblasti subjektivních potíží (NEU) jsme u zkoumaného souboru řadových policistů zaznamenali průměr 5,39. U souboru policistů ZJ a ÚRN byl průměr nižší, a to 3,45. U souboru potápěčů z výzkumu Pluskalové (2010) vyplývá, že v oblasti subjektivních potíží byla zaznamenána průměrná hodnota 4,23.

Když jsme se zajímali o to, které z dotazníků a jejich jednotlivých komponent spolu korelují, tedy jsou ve vzájemném vztahu, došli jsme k následujícím závěrům.

S mírou vnímání stresu v rámci povolání pozitivně korelují komponenty S (sklíčenost), N (nepokoj), U (úzkostné očekávání), D (depresivita) a hodnota sumy SUPOS (čím vyšší hodnota, tím horší psychický stav). Čím více tedy jedinec vnímá stres v povolání, tím více pociťuje i sklíčenost, psychický nepokoj, úzkostné očekávání, depresivní pocity a zhoršuje se u něj psychický stav. Předpokládali jsme, že míra vnímání stresu v povolání bude souviset s mírou vnímání stresu v situacích spojených se střelnou zbraní. To se u řadových policistů nepotvrdilo. Většina řadových policistů za celou svou kariéru není nucena střelnou zbraň použít. Navíc nejsou ani dostatečně proškolení v jejím používání. Někteří z nich si možná ani dostatečně neuvědomují možné následky, které z jejího užití mohou plynout. Pro to všechno je možné, že použití zbraně a situace s ní spojené se jim hodnotí hůře, protože s nimi jednoduše nemají zkušenosti.

U policistů ZJ a ÚRN jsme zjistili pozitivní korelaci mezi mírou stresu vnímanou v povolání s komponentou N (psychický nepokoj) a s hodnotou IPSS – zbraň (vnímáním stresu v situacích souvisejících s použitím střelné zbraně).

Ve výzkumu Pluskalové (2010) vyšlo, že s mírou vnímání stresu v povolání korelují komponenty O (impulzivita), N (nepokoj), U (úzkostnost), D (depresivita) a S (sklíčenost). Souvislost komponenty N s mírou vnímání stresu v povolání tedy vyšla jak u řadových policistů, tak u policistů ZJ a ÚRN, ale též u souboru policejních potápěčů. Komponenty S, U, D korelují s vnímáním stresu v povolání u řadových policistů a u policejních potápěčů.

Rozdíl nastane, pokud sumu IPSS – povolání rozdělíme na položky POP – obsah práce a PKP – kontext práce. V případě, že korelujeme položky POP – obsah práce - zjistíme, že tato položka u policistů ZJ a ÚRN koreluje (na rozdíl od sumy IPSS – povolání) ještě s položkou S (sklíčenost) a celkovou sumou SUPOS (horší psychický stav). U policistů ZJ a ÚRN tedy s rostoucí mírou vnímání stresu v rámci obsahu práce rostou i pocity sklíčenosti a zhoršuje se psychický stav.

Zajímavé bylo zjištění, že u řadových policistů nám vyšla korelace mezi sumou SUPOS a celkovým vnímáním stresu v povolání (jak jsme předpokládali). Vnímání stresu v rámci povolání tedy signifikantně souvisí se subjektivně horším psychickým stavem. U policistů ZJ a ÚRN se nám tento předpoklad však nepotvrdil. Míra vnímání stresu v rámci povolání zde tedy nesouvisí s horším psychickým stavem.

Při srovnávání míry vnímání stresu v situacích spojených se střelnou zbraní s ostatními komponentami nám vyšlo, že u řadových policistů tato míra vnímání stresu koreluje s úzkostným očekáváním a mírou vnímání subjektivních potíží (NEU).

U policistů ZJ a ÚRN míra stresu v situacích použití střelné zbraně koreluje s více položkami. Těmi jsou: U (úzkostné očekávání) – stejně jako u řadových policistů, suma SUPOS (tedy horší míra psychického stavu) a S (sklíčenost). Jak už jsme výše mnohokrát naznačili, domníváme se, že tím, že policisté ZJ a ÚRN mají mnohem větší zkušenosti s používáním střelné zbraně, do větší míry si uvědomují následky jejího užití. Co víc, i když je zbraň nedílnou součástí všech pozic u policie, v některých (jako například u členů speciálních jednotek) hraje zbraň mnohem podstatnější roli. Policisté ZJ a ÚRN musí téměř při každém zákroku počítat s tím, že možná budou nuceni zbraň použít. Proto u nich,

dle našeho názoru, koreluje s mírou vnímání stresu v situacích použití střelné zbraně mnohem více komponent, než je tomu u řadových policistů.

Co se týče ostatních komponent a korelací. U řadových policistů byla zjištěna korelace věku s vnímáním subjektivních potíží. Tento vzájemný vztah je předpokladatelný. S vyšším věkem obvykle roste i míra vnímání subjektivních potíží. U policistů ZJ a ÚRN se toto nepotvrdilo. Myslíme si, že je to proto, že policisté ZJ a ÚRN téměř denně trénují techniku i taktiku boje, mají pravidelné hodiny nejrůznějšího cvičení, sebeobrany a střelby. Proto se neustále udržují v dobré fyzické kondici.

U řadových policistů byl dále zjištěn vztah mezi senioritou a pocití sklíčenosti. U policistů ZJ a ÚRN nic takového prokázáno nebylo. Je možné, že dané zjištění souvisí s neustále se zhoršujícím stavem u policie. Obavy z budoucnosti, strach o práci a o existenční jistoty mohou být příčinou vzrůstajících pocitů sklíčenosti.

Nakonec byla u obou souborů prokázána korelace mezi subjektivním vnímáním potíží a celkovou sumou SUPOS (horší psychický stav). Je normální, že s horším psychickým stavem roste i míra vnímání subjektivních potíží.

V rámci případné aplikace zjištěných výsledků do praxe je potřeba zdůraznit, že z hlediska množství policejních příslušníků ve sboru dávají naše závěry spíše orientační představu o tom, jak policisté vnímají stres v rámci výkonu povolání či v rámci situací spojených s použitím střelné zbraně. Pro relevantnější výsledky by bylo nutné provést rozsáhlejší šetření, které však nebylo možné provést v rozsahu diplomové práce. I tak si ale myslíme, že námi zkoumaný vzorek je poměrně velký a široký (policisté zařazení do souboru jsou z různých oddělení a z různých částí republiky). Tudíž výsledky můžeme považovat za dostatečně ilustrativní a výmluvné. Navíc námi získané výsledky především v rámci vnímání stresu v povolání, korespondují s výsledky dalších podobných výzkumů.

Za hlavní chybu, kterou může být náš výzkum zatížen, považujeme fakt, že v dnešní době v souvislosti se strachem o místo v rámci snahy o snižování stavů u policie, mohou mít policisté strach z vyjadřování se ke svému povolání. Policisté mohli pocítovat obavy z toho, že se výsledky jejich dotazníku dostanou do rukou nadřízených (i když byli všichni ujištěni, pro jaké účely dané výsledky slouží) a že by je to mohlo poškodit. Proto mohli mít

někteří probandi zařazení do výzkumu tendenci hodnotit situace mírněji, než je ve skutečnosti vnímají, a to z obavy, aby nějakým způsobem neukázali strach, či dokonce slabost. Toto podezření vychází především z osobní zkušenosti, kdy se podobné náznaky několikrát objevily. Navíc, policisté (především pak ti ze ZJ a ÚRN) často vyplňují různé psychologické testy a dotazníky, z čehož může pramenit případná nedůvěra a opatrnost.

Osobně považujeme danou problematiku za velmi důležitou a hodnou dalšího zkoumání. V případě, že odhalíme hlavní zdroje stresu, můžeme o poznání zlepšit práci samotných policistů. Za pozornost stojí především situace spojené s použitím střelné zbraně. Tato tematika je v dnešní době poměrně hodně diskutovaným tématem a obrací k ní pozornost mnoho expertů. Situace, kdy je policista nucen zranit, nebo dokonce usmrtit jiného člověka, je velmi náročná a může mít vážné následky. Největším z nich je rozvoj tzv. post – shooting traumatu. Ne u každého, kdo vystřelí, se post – shooting trauma rozvine. Je však potřeba, aby se vědělo o tom, že zde taková varianta existuje, a aby se nepodcenila. Zajímavé by bylo ptát se samotných policistů, kteří mají vlastní zkušenost se střelbou, jak oni sami vnímají například funkčnost psychologické péče u policie, funkčnost ostatních složek jako rodina, kolegové, nadřízení apod. Získané poznatky by se pak mohly zhodnotit ve výcviku policistů a v péči o ně, aby se tak zefektivnila jejich příprava a jejich zázemí.

13 Závěr

Hlavním cílem naší práce bylo zjistit, u námi testovaného souboru 64 řadových policistů a 64 policistů speciálních jednotek ZJ a ÚRN, v jaké míře vnímají stres při výkonu svého povolání a co oni sami považují za největší stresory. Dále jsme se zaměřili na specifický faktor policejní práce, kterým je nošení zbraně a manipulace s ní a její možné užití proti jiné lidské bytosti. Zde jsme pak zjišťovali, které konkrétní okamžiky spojené se střelnou zbraní vnímají policisté jako nejvíce zátěžové, obsahující a vzbuzující vysokou míru stresu. Mapovali jsme také psychický stav jednotlivých probandů a zajímali jsme se i o demografické proměnné (jako věk a seniorita).

Zjišťovali jsme, zda spolu výsledky jednotlivých dotazníků vzájemně korelují, pokud ano, tak jak konkrétně.

Na základě výsledků z dotazníků IPSS – povolání, IPSS -zbraň a SUPOS – 7 jsme došli k následujícím závěrům.

- Celkové vnímání stresu v rámci povolání (IPSS – povolání) se ukázalo jako celkově vyšší u řadových policistů než u policistů ZJ a ÚRN. U řadových policistů se tedy objevuje vyšší míra celkového hodnocení stresu v rámci výkonu povolání (IPSS – povolání) než u policistů ZJ a ÚRN.
- Soubor řadových policistů považuje za největší stresory ve svém povolání neodpovídající služební příjem, nadměrné administrativní zatížení a nedostatek sociálních a existenčních jistot. Otázka nadměrné administrativy byla také hodnocena v největším počtu případů (53,13%) nejvyššími hodnotami (7, 8 a 9).
- Soubor policistů ze speciálních jednotek ZJ a ÚRN vykazuje obdobné výsledky. Za největší stresory v rámci svého povolání též považují neodpovídající služební příjem a nedostatečné sociální a existenční jistoty. Neodpovídající služební příjem byl pak v největším počtu případů (40,63%) hodnocen nejvyššími hodnotami (7, 8 a 9).
- Nejvyšší rozdíly ve vnímání stresu u souboru řadových policistů a policistů ZJ a ÚRN se objevily v otázce přetíženosti ve službě, v otázce nedostatečného počtu policistů pro zvládnutí určitého úkolu a v otázce nedostatku času a dělání důležitých rozhodnutí.

- U řadových policistů se objevilo vyšší hodnocení míry stresu. Střední míru stresu (hodnoty 4, 5 a 6) dávali ve 49, 38% oproti 36, 19% v případě policistů ZJ a ÚRN. Vysokou míru stresu (hodnoty 7, 8 a 9) dávali řadoví policisté ve 26, 67% oproti 13, 56% v případě policistů ZJ a ÚRN.
- Bylo zjištěno celkově vyšší vnímání stresu v rámci situací spojených s použitím střelné zbraně u řadových policistů než u policistů ZJ a ÚRN. Policisté ZJ a ÚRN tedy vykazují nižší míru stresu v situacích použití střelné zbraně než řadoví policisté.
- V situacích spojených se střelnou zbraní hodnotí řadoví policisté jako nejvíce stresující tyto: hrozbu, že jejich střela zasáhne nevinného civilistu či kolegu, a čekání na výsledky zdravotního vyšetření v případě, že jejich střela zasáhla nevinného civilistu či kolegu. Vysokou míru stresu pak řadoví policisté vykazují i v otázce vyšetřování daného incidentu inspekcí.
- Policisté ZJ a ÚRN pak za nejvíce stresující okamžiky v situaci použití střelné zbraně považují: čekání na výsledky zdravotního vyšetření v případě, že jejich střela zasáhla nevinného civilistu či kolegu. Další silně stresující okamžiky jsou pro policisty speciálních jednotek: očekávání názoru kolegů v případě, že jejich střela zasáhla kolegu, vyšetřování vedené inspekcí, možnost případného soudního řízení v dané věci a následná komunikace s kolegou, kterého zasáhla jejich střela.
- Největší rozdíly ve vnímání míry stresu v situacích spojených s použitím střelné zbraně mezi souborem řadových policistů a policistů ZJ a ÚRN pak nacházíme v otázce míření střelnou zbraní na člověka a otázce hrozby, že sám policista bude zasažen střelou jiného kolegy. Obě tyto položky hodnotí řadoví policisté jako více stresující než policisté ZJ a ÚRN.
- V dotazníku SUPOS, kde jsme sledovali psychický stav dotazovaných, jsme došli k závěru, že řadoví policisté vykazují celkově horší psychický stav než policisté ZJ a ÚRN. Ani jeden soubor však nevykazuje signifikantnější rozdíly oproti normě.
- U obou souborů se na psychickém stavu nejvíce podílejí komponenty PE a A oproti ostatním komponentám (O, N, U, D a S).

- Řadoví policisté vykazují oproti normě nižší podíl komponent PE a A a vyšší podíl komponent N, U a D na celkovém psychickém stavu.
- Policisté ZJ a ÚRN oproti normě vykazují vyšší podíl komponent PE a A a nižší podíl komponent O, N, U, D, a S na celkovém psychickém stavu.
- V oblasti hodnocení subjektivních potíží (NEU) se vyšší hodnota (více pocíťované subjektivní potíže) ukázala u souboru řadových policistů. U řadových policistů byl průměr NEU 5,39 oproti policistům ZJ a ÚRN, u kterých byl průměr 3,45.

- U souboru řadových policistů byla potvrzena souvislost mezi mírou vnímání stresu v povolání a sníženou kvalitou psychického stavu.
- U policistů ZJ a ÚRN nebyla potvrzena souvislost mezi mírou vnímání stresu v povolání a sníženou kvalitou psychického stavu.
- U souboru řadových policistů nebyla potvrzena souvislost mezi mírou vnímání stresu v situacích použití střelné zbraně a sníženou kvalitou psychického stavu.
- U policistů ZJ a ÚRN však byla potvrzena pozitivní korelace mezi mírou stresu v situacích použití střelné zbraně a sníženou kvalitou psychického stavu.

- U souboru řadových policistů byla prokázána pozitivní závislost mezi mírou úzkostného očekávání (S) a mírou vnímání stresu v rámci povolání (IPSS – povolání) na hladině významnosti 0,05.
- Na hladině významnosti 0,01 byla u řadových policistů zjištěna pozitivní korelace mezi mírou psychického nepokoje (N), úzkostným očekáváním (U), mírou depresivity (D), celkovou sumou SUPOS a celkovou mírou stresu v IPSS – povolání. Čím vyšší hodnoty se tedy objevují v komponentě N, U, D a sumě SUPOS (čím horší je psychický stav), tím vyšší je i hodnocení celkové míry stresu v dotazníku IPSS – povolání.
- U policistů ZJ a ÚRN se objevila pozitivní korelace na hladině významnosti 0,05 mezi vnímanou mírou stresu v IPSS – povolání a pocíťováním psychického nepokoje (N).
- Na hladině významnosti 0,05 byla pak u policistů ZJ a ÚRN zjištěna pozitivní korelace mezi vnímanou mírou stresu IPSS – povolání a mírou vnímání stresu v IPSS –

zbraň. S celkovou mírou vnímaného stresu v povolání tedy roste i míra vnímaného stresu v situacích spojených se střelnou zbraní.

- S mírou vnímání stresu v rámci obsahu práce (IPSS POP) hodnoty souboru řadových policistů vykazují pozitivní korelaci se subjektivním prožíváním úzkosti (U) na hladině významnosti 0,05.
- Na hladině významnosti 0,01 pak byla u řadových policistů zjištěna pozitivní korelace mezi vnímáním stresu v rámci obsahu práce (IPSS POP) a komponentami: IPSS PKP – kontext práce, mezi celkovou mírou vnímaného stresu IPSS – povolání, mírou psychického nepokoje (N), pocity vyčerpání a depresemi (D) a celkovou mírou SUPOS. Čím vyšší je tedy hodnocení míry stresu v rámci obsahu práce, tím se zvyšují i hodnoty komponent IPSS PKP, N, D a sumy SUPOS (horší psychický stav).
- U policistů ZJ a ÚRN se objevuje pozitivní korelace na hladině významnosti 0,05 mezi mírou vnímaného stresu IPSS – POP (obsah práce) a komponentami, jako je: míra sklíčenosti (S) a suma SUPOS. S vyšší mírou vnímaného pocitu sklíčenosti a s horším psychickým stavem tedy roste i míra vnímání stresu v rámci obsahu práce.
- Na hladině významnosti 0,01 se pak u policistů ZJ a ÚRN objevuje pozitivní korelace mezi mírou vnímaného stresu IPSS – POP (obsah práce) a mírou vnímaného stresu v rámci kontextu práce (IPSS PKP), celkovou mírou vnímání stresu v povolání (IPSS – povolání) a psychickým nepokojem (N).
- Pozitivní korelace mezi mírou vnímání stresu v rámci kontextu práce (IPSS PKP), u řadových policistů na hladině významnosti 0,05, byla zjištěna s mírou pocit'ování sklíčenosti (S).
- Na hladině významnosti 0,01 pak byla u řadových policistů zjištěna pozitivní korelace mezi mírou vnímání stresu v rámci kontextu práce (IPSS PKP) a mírou psychického nepokoje (N), mírou prožívání úzkosti (U), mírou vnímání depresivních pocitů (D) a sumou SUPOS. S vyšší mírou vnímání stresu v rámci kontextu práce tedy roste i míra vnímání stresu v komponentách N, U, D a sumou SUPOS.

- U policistů ZJ a ÚRN na hladině významnosti 0,05 byla zjištěna pozitivní korelace mezi mírou vnímání stresu v rámci kontextu práce (IPSS PKP) a mírou psychického nepokoje.
- Na hladině významnosti 0,01 u policistů ZJ a ÚRN pak byla zjištěna pozitivní korelace mezi vnímáním stresu v rámci kontextu práce (IPSS PKP) a mírou celkového vnímání stresu v povolání (IPSS – povolání).
- S celkovým vnímáním míry stresu v situacích spojených s použitím střelné zbraně jsme u řadových policistů zjistili pozitivní korelaci na hladině významnosti 0,05 s mírou úzkostného očekávání (U) a subjektivním vnímáním potíží (NEU). S vyšší mírou vnímání stresu v situacích použití střelné zbraně tedy roste i míra úzkostného očekávání a subjektivního vnímání obtíží.
- U policistů ZJ a ÚRN jsme našli pozitivní korelaci na hladině významnosti 0,05 mezi mírou vnímání stresu v situacích použití střelné zbraně (IPSS – zbraň) a mírou vnímání stresu v rámci obsahu práce (IPSS POP), úzkostným očekáváním (U) a sumou SUPOS. S rostoucí mírou vnímání stresu v situacích použití střelné zbraně tedy roste i míra vnímání stresu v rámci obsahu práce, úzkostné očekávání a celková hodnota sumy SUPOS.
- Na hladině významnosti 0,01 pak byla u policistů ZJ a ÚRN zjištěna pozitivní korelace mezi mírou vnímání stresu v situacích použití střelné zbraně a komponentami: míra vnímání stresu v rámci kontextu práce (IPSS PKP) a vnímání pocitů sklíčenosti.
- U řadových policistů byla zjištěna pozitivní korelace mezi vnímáním subjektivních potíží a věkem. S vyšším věkem respondenta tedy roste i výše vnímání subjektivních potíží.
- U řadových policistů byla zjištěna pozitivní korelace mezi sklíčeností a senioritou. Jinými slovy, čím vyšší seniorita, tím nacházíme vyšší míru sklíčenosti.
- S komponentou NEU (mírou subjektivních potíží) byla u řadových policistů zjištěna pozitivní korelace mezi celkovou sumou SUPOS. Čím vyšší hodnotu vykazuje

subjektivní hodnocení psychického stavu (čím je psychický stav horší), tím výše jsou vnímány subjektivní potíže.

- U policistů ZJ a ÚRN jsme pak zjistili (stejně jako u řadových policistů) pozitivní korelace mezi komponentami NEU (subjektivní potíže) a sumou SUPOS.

Všechny tyto výsledky nám dávají určitý přehled o dané problematice. Osobně považujeme témata stresu a používání střelné zbraně za, co do svého významu, velmi důležitá a nezbytná pro zlepšení kvality práce policistů. Obě si proto podle nás zasluhují další podrobné zkoumání.

14 Souhrn

„Nejvěrnější přítel člověka je stres“ (J. Žáček)

Stres je jedním z hlavních a nejvíce diskutovaných témat dnešního světa. Nacházíme ho snad ve všech oblastech života a „útočí“ na nás ze všech stran. Jedna z oblastí, ve které stres hraje velkou roli, je povolání. Některá jsou jím zatížena ve větší míře, některá v menší, žádné od něj však není úplně oproštěno. Boj o místo, tlak na to být lepší než ti ostatní, plnit všechny úkoly správně a včas, komunikace s kolegy, nadřízenými, zákazníky apod. To vše klade velké nároky na naši psychiku a je zdrojem potencionálních problémů..

Povolání policisty je typem zaměstnání, které v sobě nese velkou míru stresu. Stres je zde také jednou z častých příčin vzniku pracovní neschopnosti či odchodu z aktivní služby. (Čírtková, 2006) Policisté jsou denně vystaveni mnoha tlakům z okolí, do kterých patří např.:

- současná ekonomická situace ve světě a u policie
- obavy z udržení si svého místa
- pozice policisty jako druh „nálepky“
- komunikace s různými vrstvami obyvatelstva
- komunikace s kolegy a nadřízenými
- nadměrná administrativní činnost
- strach z možného zranění, či dokonce smrti atd.

Tato profese klade na jedince vysoké nároky a vyžaduje od něho řadu specifických znalostí a dovedností. Naše práce se zaměřuje právě na problematiku stresu v rámci povolání policisty. Snaží se odhalit největší zdroje stresu, protože jedině poznání problému může vést k jeho řešení. Dále se podrobněji zaměřujeme na jednu z nejspecifičtějších věcí v práci policisty, kterou je nošení zbraně. Snažíme se odhalit, které okamžiky spojené se střelnou zbraní působí nejvíce stresogenně. Míru stresu v povolání a v situacích spojených s použitím střelné zbraně pak dáváme do kontextu s celkovým psychickým stavem zkoumaných jedinců.

Práce je rozdělena na dvě části: část teoretickou a empirickou. V teoretické části jsme shrnuli informace týkající se našeho tématu, a tak vytvořili podklad pro druhou část práce. V první kapitole se věnujeme Policii ČR jako takové. Jsou tu shrnuty základní informace týkající se zákonů, organizační struktury, přijímacího řízení a podmínek pro přijetí, oprávněních a omezení policisty apod. Definujeme zde také jednotlivá odvětví policejní činnosti tak, aby byly patrné rozdíly v zaměření jednotlivých policejních služeb a útvarů. Zde definujeme náplň jejich činnosti, specifika přijímacího řízení a další důležité aspekty jejich zaměření. Věnujeme se zde i problémům, se kterými se policejní příslušníci ve své profesi setkávají a které jim značně ztěžují jejich práci a pomáhají vzniku stresu.

V následující kapitole otevíráme další důležitou část naší práce, kterou jsou střelné zbraně. Jak už jsme řekli, zbraň je vysoce specifickou součástí policejní práce. My zde věnujeme pozornost zákonnému ošetření použití střelné zbraně, kterým jsou policisté povinni se řídit. Dále se zabýváme výcvikem, který policisté podstupují, aby byli schopni se zbraní správně zacházet. Uvádíme i specifika výcviku různých služeb a útvarů, pokud taková existují. Pro lepší ilustraci uvádíme i příklady z výpovědí postřelených policistů, či dokonce zločinců, kteří na policistu zaútočili. Nakonec se věnujeme typům zbraní, které se u policie používají, a psychologickému aspektu, který má nošení stejnokroje a střelné zbraně.

Ve třetí kapitole se zabýváme problematikou stresu, která je však velmi široká, a proto jsme vybírali ty nejpodstatnější informace související s naším tématem. Nejdříve definujeme pojem stresu a řešíme pohled na něj v historickém kontextu. Předkládáme také nejvýznamnější teorie, které se mu věnují. Zabýváme se též tzv. stresory, tedy původci stresu, a copingovými strategiemi – tedy strategiemi zaměřenými na jeho zvládnutí.

V poslední kapitole teoretické části se věnujeme stresu přímo v policejní praxi. S jakým typem stresorů se setkávají právě policisté, kde se s nimi setkávají, jaká mají specifika apod. Zabýváme se i možnými následky stresu. Zaměřujeme se hlavně na ty, které mohou vzniknout poté, co se policista dostane do situace, v níž je nucen použít střelnou zbraň proti jinému člověku. Taková situace totiž překračuje běžnou lidskou zkušenost a může vést ke vzniku tzv. post – shooting traumatu, což může mít velmi vážné následky. Právě proto tomuto tématu věnujeme delší čas a zabýváme se i výzkumy, které byly v tomto směru provedeny.

V návaznosti na získané poznatky (ze studia příslušné literatury) a z podobných již provedených výzkumů jsme provedli náš výzkum, který blíže rozebíráme v empirické části naší práce.

Náš výzkum má kvantitativní charakter. Zjišťovali jsme v něm rozdíly ve vnímání míry stresu v rámci povolání a v situacích spojených s použitím střelné zbraně u řadových policistů a policistů speciálních jednotek (zásahové jednotky – ZJ a útvar rychlého nasazení – ÚRN). Policisté ZJ a ÚRN totiž procházejí odlišným výcvikem, a ač jsou také policisty, nároky na ně jsou odlišné od nároků, které jsou kladené na řadové policisty. Proto nás zajímalo, zda forma a míra výcviku ovlivňuje míru vnímání stresu.

Soubor pro náš výzkum se skládal z 64 řadových policistů (z různých útvarů a různých krajů republiky) a 64 policistů ZJ a ÚRN (z různých jednotek působících v ČR). Probandi byli vybíráni metodou záměrného výběru. Metody, které jsme použili ke zjištění námi potřebných dat, byly dotazníkové metody. Každému probandovi byla předložena následující testová baterie:

- Informační dotazník, kde jsme zjišťovali základní údaje, jako je věk, seniorita, výše vzdělání apod.
- Dotazník IPSS – modifikace pro povolání policisty, který nám odpověděl na otázku, které situace a činnosti jsou samotnými policisty vnímány jako nejvíce stresové.
- Dotazník IPSS – modifikace na situace použití střelné zbraně. V námi sestaveném dotazníku jsme se zajímali, které konkrétní okamžiky spojené s použitím střelné zbraně (od nošení zbraně, přes varovný výstřel, po řešení daného incidentu před soudem) jsou pro policisty nejvíce stresové.
- V dotazníku SUPOS – 7 jsme zjišťovali psychický stav probandů a dále ho korelovali s mírou stresu v povolání či v situacích použití střelné zbraně.

Získaná data byla statisticky zpracována, k čemuž byl použit Pearsonův korelační koeficient. U některých získaných hodnot byly použity výpočty absolutních a relativních četností spolu s aritmetickým průměrem.

Díky výsledkům z jednotlivých dotazníků a korelací mezi nimi jsme mohli odpovědět na to, které situace a činnosti spojené s výkonem povolání či s použitím střelné zbraně jsou pro policisty nejvíce stresující. Dále jsme získali odpovědi na to, které výsledky (a do jaké míry) spolu vzájemně korelují.

Stanovili jsme si sedm hypotéz, které jsme se daným výzkumem snažili prověřit. Na základě získaných výsledků můžeme konstatovat následující závěry. Míra vnímání stresu v rámci povolání i míra vnímání stresu v situacích použití střelné zbraně je u řadových policistů vyšší než u policistů ZJ a ÚRN (hypotézy H1 a H2). Souvislost vnímání míry stresu v rámci povolání s celkovou kvalitou psychického stavu se u řadových policistů potvrdila, u policistů ZJ a ÚRN se však tato souvislost nepotvrdila (hypotézy H4 a H6). Naopak tomu však je u vnímání míry stresu v situacích spojených se střelnou zbraní a celkovou kvalitou psychického stavu. U řadových policistů se tato souvislost nepotvrdila, u policistů ZJ a ÚRN však prokázána byla (hypotézy H5 a H7). Vyšší kvalita psychického stavu vyšla u policistů ZJ a ÚRN (hypotéza H3). Oba soubory však nevykazovaly výraznější rozdíly oproti normě.

Tyto výsledky mohou pomoci policejním instruktorům při plánování výcviku policistů a mohou přispět ke zlepšení policejní práce. I když vzhledem k množství příslušníků policie nemůžeme považovat náš vzorek za dostatečně reprezentativní, přesto je nám schopen dát minimálně dobrou představu o tom, které situace a činnosti policisty nejvíce zatěžují a v jakých oblastech by bylo dobré zaměřit se na eliminaci potencionálních stresorů. Také nám dává lepší představu o tom, jak policisté vnímají zbraň a situace s ní spojené, a může opět pomoci při plánování výcviku. Výzkumy v oblasti stresu nejsou až takovou novinkou, to však nemění nic na jeho aktuálnosti. Naše zjištění jsme proto mohli srovnávat i s jinými podobnými studii, ve kterých nacházíme podobné výsledky. Výzkum v oblasti zbraní a střelby je poměrně novinkou, o kterou se zájem různých expertů neustále zvyšuje. Výzkumů na toto téma však není ještě tolik, proto bylo těžké námi dosažené výsledky srovnat s jinými. Naše zjištění však dávají obraz o tom, které konkrétní okamžiky spojené se střelnou zbraní jsou pro policisty nejvíce zatěžující a kterým by se tak měla věnovat zvýšená pozornost.

Literatura

- Adams J. R., McTernan M. T., Rembsberg, CH. (2001). Jak přežít v betonové džungli (street survival). Zkušenosti amerických policistů v boji se zločinem. Praha: Armex.
- Atkinson, L. R. (2003). Psychologie. Praha: Portál.
- Baštecká, B, Goldmann,P. (2001). Základy klinické psychologie. Praha: Portál.
- Baštecká, B. a kol. (2005). Terénní krizová práce. Psychosociální intervenční týmy. Praha: Grada.
- Brockert, S. (1993). Ovládání stresu. Praha: Melantrich.
- Cimický, J. (2007). Sám proti stresu. VIP Books.
- Crawford, S. (1998). SAS Encyklopedie. Praha: Svojtka & Co.
- Čírtková, L. (2006). Policejní psychologie. Plzeň: Aleš Čeněk.
- Friedman, M., Rosenman, R. H. (1974). Type A Behavior. New York: Knopf.
- Goodwin, C. J. (1999). A history of modern psychology. New York: John Wiley & Sons IN.
- Hartl, P., Hartlová H. (2004). Psychologický slovník. Praha: Portál.
- Hill,G.(2004). Moderní psychologie. Praha: Portál, s.r.o.
- Hoskovcová, S. (2006). Psychická odolnost předškolního dítěte. Praha: Grada.
- Hošek, V. (1999). Psychologie odolnosti. Praha: Nakladatelství Univerzity Karlovy – Karolinium.
- Houdek, M. (2011). Střelecká příprava policistů v České republice – střelecké polohy a pádové techniky se zbraní. Brno. Nepublikovaná bakalářská práce. Masarykova univerzita, Fakulta sportovních studií.
- Jones, G., Moorhouse, A. (2010). Jak získat psychickou odolnost. Praha: Grada.
- Kebza, V. (2005). Psychosociální determinanty zdraví. Praha: Alternativa IN.
- Křivohlavý, J. (1997). Jak zvládat depresi. Praha: Grada.
- Křivohlavý, J. (1998). Jak neztratit nadšení. Praha: Grada.
- Křivohlavý, J. (2002). Psychologie nemoci. Grada.
- Lejsková, A. (2008). Posttraumatická stresová reakce policisty po použití střelné zbraně. Praha. Nepublikovaná bakalářská práce.
- Matoušek, O. (2003). Metody a řízení sociální práce. Praha: Portál.
- Matušinec, M. (2011). Zvládání stresu a jeho koreláty. Olomouc. Nepublikovaná magisterská diplomová práce.
- Mikšík, O. (1993). Dotazník zaměřený na psychický stav. Praha: Progress.

- Miovský, M. (2006). Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu. Praha: Grada.
- Mohapl, P. (1988). Vybrané kapitoly z klinické psychologie 1. Olomouc: Vydavatelství UP.
- Nakonečný, M. (1995). Lexikon psychologie. Praha: Vodnář.
- Neufelda, R. W. J. (1982) (ed.). Psychological Stress and Psychopatlogy. McGraw – Hill Book Company.
- Plháková, A. (2006). Dějiny psychologie. Havlíčkův Brod: Grada.
- Plháková, A. (2007). Učebnice obecné psychologie. Český Těšín: Academia.
- Pluskalová, V. (2010). Stres u policejních potápěčů. Olomouc. Nepublikovaná diplomová práce. Univerzita Palackého
- Potterová, A. B. (1997). Jak se bránit pracovnímu vyčerpání. Olomouc: Votobia.
- Praško, J. (2003). Jak se zbavit napětí, stresu a úzkostí. Praha: Grada.
- Praško, J. a kol. (2003). Stop traumatickým vzpomínkám. Praha: Portál.
- Reiterová, E. (2003). Základy statistiky pro studenty psychologie. Olomouc: Univerzita Palackého, Filosofická fakulta.
- Reiterová, E. (2008). Základy psychometrie. Olomouc: Univerzita Palackého. Filosofická fakulta.
- Salvet, L. (2011). Kriminalita policistů ČR. Praha: Linde,a.s.
- Schmidbauer, W. (2000). Psychická úskalí pomáhajících profesí. Praha: Portál.
- Smolík, P. (1996). Duševní a behaviorální poruchy. Praha: MAXDORF.
- Stehlík, E. a kol. (2011). URNA. 30 let policejní protiteroristické jednotky. Praha: Martin Vaňourek, vydavatelství a nakladatelství.
- Steiner, J. (2010). Stresové faktory v práci příslušníků Zásahové jednotky. Brno. Nepublikovaná magisterská diplomová práce. Masarykova univerzita. Fakulta sportovních studií. Katedra společenských věd ve sportu.
- Stilwell, A. (2007). Příručka speciálních jednotek. Psychická a fyzická odolnost. Cesta tělesnou i duševní dokonalostí. Praha: Nakladatelství Naše vojsko, s.r.o.
- Švingalová, D. (2006). Stres a „vyhoření“ u profesionálů pracujících s lidmi. Liberec. Technická univerzita v Liberci, fakulta pedagogická, katedra sociálních studií a speciální pedagogiky.
- Vágnerová, M. (1999). Úvod do psychologie. Praha: Karolinum.
- Vangeli, B. (2009). Zákon o Policii České republiky: komentář. Praha: C. H. Beck.
- Vizinová, D., Preiss, M. (1999). Psychické trauma a jeho terapie (PTSD). Praha: Portál, s.r.o.
- Vokuš, J. (2010). Policie České republiky. Praha: tiskárna Ministerstva vnitra. Policejní prezidium České republiky

- Vymětal, J. (1995): Duševní krize a psychoterapie. Hradec Králové: Konfrontace.
- Zákon č. 273/2008 Sb., o Policii České republiky. (2008). Praha: vydáno Policejním Prezidiem
- Žemlička, R. (2009). Střelecká příprava policistů v rámci základní odborné přípravy. Brno. Nepublikovaná diplomová práce. Masarykova univerzita, Fakulta sportovních studií, Katedra gymnastiky a úpolů.

Články

- Artwohl, A., Christensen, W. L. (1997). *Deadly Force Encounters: What Cops Need to Know to Mentally and Physically Prepare for and Survive and Gunfight*. Boulder, CO: Paladin Press.
- Campbell, J. H. (1992). *A Comparative Analysis of the Effects of Post-Shooting Trauma on the Special Agents of the Federal Bureau of Investigation*. Unpublished Ph.D. Dissertation, Department of Educational Administration, Michigan State University.
- Čírtková, L., Spurný, J. (2001). Péče o policisty po extrémně stresových situacích. *Kriminalistika* (čtvrtletník pro kriminalistickou teorii a praxi). Ročník XXXIV 3/2001.
- Holmes, T. H., Rahe, R. H. (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11, 213 – 218.
- Nielson, E. (1981). *Salt Lake City Police Department Deadly Force Policy Shooting and Post Shooting Reactions*. Mimiographed.
- Solomon, R. M., Horn H. J. (1986). Post-shooting traumatic reactions: A pilot study. In James T. Reese and Harvey A. Goldstein (eds.) *Psychological Services for Law Enforcement Officers*. Washington, DC: U.S. Government Printing Office.
- Stratton, J. G. a kol. (1984). Post-traumatic stress: Study of police officers involved in shootings. *Psychological Reports* 55:127-131.
- Thom, R. (1992): *Krize a katastrofa*. Sborník. Pojem krize v dnešním myšlení. Praha: Filosofický ústav AV ČR.

Internetové zdroje

- Badhwar, N. (2009). "The Milgram Experiments, Learned Helplessness, and Character Traits." *Journal Of Ethics* 13, no. 2/3 (April 2009): 257-289. Academic Search Complete, EBSCOhost (accessed January 19, 2012). Dostupné 19. 1. 2012 na WWW:
<http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=21&hid=14&sid=1ae10488-29f1-4ebd-bfd7-df114889bc4c%40sessionmgr15>

- Bettinger, K. (2001). AFTER THE GUN GOES OFF. Dostupné 31. 1. 2012 na WWW: <http://www.tearsofacop.com/police/articles/aftergun.html>
- Bezpečnostní pravidla. Příloha č.4 k ZPPP č. 4/2009. Dostupné 27. 1. 2012 na WWW: http://www.policiesport.cz/files/clanky/6ed9a220aba7256b11fc22e5f6a0a5aa/obsah_vycviku_25163.pdf
- Boušková, M. (2008). Stres: Příběhy žen, které ho nezvládly... Psychologie 3.9.2008. Dostupný 28. 12. 2011 na WWW: <http://www.kafe.cz/psychologie/stres-pribehy-zen-ktere-ho-nezvladly-187.aspx>
- Bracha, S. H. MD. Freeze, Flight, Fight, Fright, Faint: Adaptationist Perspectives on the Acute Stress Response Spectrum. CNS Spectrums. Dostupné 30. 12. 2011 na WWW: http://cogprints.org/5014/1/2004_C.N.S_Five_Fs_of_FEARFreeze_Flight_Fight_Fright_Faint.pdf
- Buchtela, T. (2010). Zásahová jednotka Policie ČR. Dostupné 25. 1. 2012 na WWW: <http://tomas-buchtela.blog.cz/1005/zasahova-jednotka-hl-m-prahy>
- Colaprete, A. F. (2007). Mentoring in the criminal justice professions. Conveyance of the Craft. Dostupné 31. 1.2012 na WWW: http://books.google.cz/books?id=a-NQacQNIkoC&pg=PA310&lpg=PA310&dq=Officer-Involved+Shooting+Guidelines.+Police+Chief.+1998&source=bl&ots=4CvYv_2q1t&sig=CdUxhFpGxDJm6cQeX2ZWm93rzFU&hl=cs&sa=X&ei=aSsnT5PjNseF-wa1wMjSCA&ved=0CCcQ6AEwAQ#v=snippet&q=police%20shooting&f=false
- CZ 75 D COMPACT. Dostupné 28. 1. 2012 na WWW: http://www.czub.cz/cz/catalog/79-pistole-cz/PC/CZ_75_D_COMPACT.aspx
- Eger, L (2008). Stres II.část. Stres, prevence a management stresu. Plzeň: ZČU, 1997. Dostupné 28.12.2011 na WWW: <http://www.forumzdravi.cz/clanek-135-stres-ii-cast>
- Eimer, N. B. (2010). Post-Shooting trauma. November/december 2010. Concealed Carry magazine. Dostupné 31. 1. 2012 na WWW: <http://www.personaldefensesolutions.net/Article-PostShootingTrauma.pdf>
- Guy E., et al. (2010). "Sense of coherence and socio-demographic characteristics predicting posttraumatic stress symptoms and recovery in the aftermath of the Second Lebanon War." Anxiety, Stress & Coping 23, no. 2 (March 2010): 139-152. SPORTDiscus with Full Text, EBSCOhost (accessed January 12, 2012). Dostupné 12. 1. 2012 na WWW: <http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=26&hid=105&sid=9cad3e63-6790-4a42-a4b3-8247c618b13a%40sessionmgr112>

- Charoen, P. P. (1999). Officer involved shooting: The emotional impact and the effective coping strategies. University of Nevada Las Vegas. Dostupné 31. 1. 2012 na WWW:
<http://digitalcommons.library.unlv.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1310&context=thesesdissertations>
- Karimi R., Alipour, F. (2011). "Reduce Job stress in Organizations: Role of Locus of Control." International Journal Of Business & Social Science 2, no. 18 (October 2011): 232-239. Business Source Complete, EBSCOhost (accessed January 12, 2012). Dostupné 12. 1. 2012 na WWW:
<http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=29&hid=105&sid=9cad3e63-6790-4a42-a4b3-8247c618b13a%40sessionmgr112>
- Klinger, D. Police responses to officer – involved shootings. Associate Professor of Criminology and Criminal Justice. University of Missouri-St. Louis. Dostupné 30. 1. 2012 na WWW: <http://www.killzonevoices.com/finalrpt3.pdf>
- Lečbych, M. Altruismus v životě lékaře. Dostupné 21.1.2012 na WWW:
<http://martinlecbych.sweb.cz/publikace/Altruismus%20v%20zivote%20lekare.pdf>
- ČTK. (2009). Pachatel na útěku zastřelil v Praze policistu, pak policejní kulka zabila i jeho. (2009). Dostupné 27. . 2012 na WWW:
<http://zpravy.ihned.cz/cesko/c1-38332190-pachatel-na-uteku-zastrelil-v-praze-policistu-pak-policejni-kulka-zabila-i-jeho>
- Patterson, G. T. (2009). "Mental Stress and Workers' Compensation Claims among Police Officers." Journal Of Workplace Rights 14, no. 4 (October 2009): 441-455. Business Source Complete, EBSCOhost (accessed January 31, 2012). Dostupné 31. 1. 2012 na WWW:
<http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=9&hid=104&sid=e722d578-2c22-4614-84f3-f706fc026ca7%40sessionmgr104>
- Pokorný, P. (2008). Bezdomovec dostal za střelbu na policisty 13 let. Dostupné 27. 1. 2012 na WWW:
<http://www.novinky.cz/krimi/153410-bezdomovec-dostal-za-strelbu-na-policisty-13-let.html>
- Policie ČR – oficiální stránky: Dostupné 16.3.2012 na WWW:
<http://www.policie.cz/default.aspx>
- Post – shooting trauma. Dostupné 31. 1. 2012 na WWW:
<http://placerchaplains.com/Documents/Post%20Shooting%20Trauma.pdf>
- Sager, J. K. (1991). "Type A Behavior Pattern (TABP) Among Salespeople And Its Relationship to Job Stress." Journal Of Personal Selling & Sales Management 11, no. 2 (Spring91 1991): 1. Business Source Complete, EBSCOhost (accessed January 12, 2012). Dostupné 12. 1. 2012 na WWW:
<http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=12&hid=112&sid=9cad3e63-6790-4a42-a4b3-8247c618b13a%40sessionmgr112>

- Sen, S. (2008). "Executives and the Stress Factor." ICFAI Journal Of Soft Skills 2, no. 1 (March 2008): 39-44. Business Source Complete, EBSCOhost (accessed January 21, 2012). Dostupné 21. 1. 2012 na WWW: <http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=4&hid=14&sid=2a954783-1aff-4735-8ddc-713636df9ef4%40sessionmgr4>
- Singer, P. (2005). Osvobození zvířat. Dostupné 22.1.2012 na WWW: <http://animalrights.webz.cz/experimenty.htm>
- Tracy Y., et al. (2011). "What Is Resilience?." Canadian Journal Of Psychiatry 56, no. 5 (May 2011): 258-265. Academic Search Complete, EBSCOhost (accessed January 12, 2012). Dostupné 12. 1. 2012 na WWW: <http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=28&hid=105&sid=9cad3e63-6790-4a42-a4b3-8247c618b13a%40sessionmgr112>
- Troníček, J. (2008). Policisty stresuje víc papírování než zločin, tvrdí průzkum. Dostupné 14.3.2012 na WWW: <http://www.novinky.cz/krimi/153335-policisty-stresuje-vic-papirovani-nez-zlocin-tvrdi-pruzkum.html?ref=stalo-se>
- Večeřová - Procházková, A., Honzák, R. (2008). STRES, EUSTRES A DISTRES. Praha: Psychiatrická katedra IPVZ. Centrum pro neuropsychiatrický výzkum traumatického stresu. Psychiatrická klinika. LF UK. Ústav všeobecného lékařství. LF UK. IKEM Interní Med. 2008; 10 (4): 188–192. Dostupné 21.1.2012 na WWW: <http://www.internimedica.cz/pdfs/int/2008/04/09.pdf>
- Weisgarber, P. Problémy Policie České republiky prizmatem sociologických metod v modelovém území okresu Prostějov. Dostupné 25.1.2012 na WWW: http://web.fame.utb.cz/cs/docs/Weisg_rber_Petr.pdf
- Wilson, J. (2011) Post-Shooting trauma. Dostupné 31. 1. 2012 na WWW: <http://www.shootingillustrated.com/index.php/10737/post-shooting-trauma/>
- Zásahové jednotky. Dostupné 25.1.2012 na WWW: <http://www.zasahovejednotky.wbs.cz/Dalsi-ZJ.html>

Přílohy

