

**JIHOČESKÁ UNIVERZITA V ČESKÝCH BUDĚJOVICÍCH  
ZDRAVOTNĚ SOCIÁLNÍ FAKULTA**

**ODLIŠNOSTI V PROŽÍVÁNÍ PSYCHICKÉ ZÁTĚŽE MUŽŮ A ŽEN  
V POLICII ČESKÉ REPUBLIKY**

**Diplomová práce**

**Autor:** Václav Schmidt

**Vedoucí práce:** PhDr. Mgr. Václav Lukeš

**2007**

## DISSIMILARITIES IN LIVING OF THE PSYCHICAL STRAIN OF MEN AND WOMEN IN THE POLICE OF THE CZECH REPUBLIC

Man is influenced with great numbers of outside factors he meets not only at home but especially during his working process every day. We do not allow of a possibility of a potential situation full of conflict inside our personality.

Before the year of 1989, there were not too many women who were working in the police branch. But nowadays, their number is still growing in a considerable way.

This extended essay points out the problems of living of the psychical strain of men and women in the Police of the Czech Republic. It tries to reveal policemen's work in the place of a criminal offence and to show some risks of this job in connexion with the influence of stress. The extended essay deals with some problems of an exacting character of the mentioned occupation and the mutual comparison of differences in living between both the sexes, origin and influence of stress on the man's psychic as an individual. In addition to a simple division of successive parts and the organizational structure of the police, here are mentioned some descriptions and definitions of stress and its influence on the man's sphere and areas. The essay tries to elucidate the criminologist's work to a reader and to understand some stress situations in the execution of a policeman's exacting job.

It deals with women's status in the society, too, namely both from a historical point of view and in the present as well. Some statistical data concerning the perpetrated criminal offences in the region of South Bohemia and numbers of policemen and policewomen are mentioned here, too. It instructs how to come to terms with stress in an effective way and also deals with the policemen's „burn – out syndrome“.

The extended essay specializes in a particular group of servants of the Police in the Czech Republic – in the policemen of Services of the criminal police and inquiries working in the region of South Bohemia.

**Prohlášení:**

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci na téma *„Odlišnosti v prožívání psychické zátěže mužů a žen v Policii České republiky“* vypracoval samostatně a použil jen pramenů, které cituji a uvádím v přiložené bibliografii.  
Souhlasím s použitím práce k vědeckým účelům.

V Českých Budějovicích 3. dubna 2007

.....  
Václav Schmidt

**Poděkování:**

Touto cestou bych chtěl poděkovat za pomoc a podnětné návrhy při tvorbě této práce panu PhDr. Mgr. Václavu Lukešovi a své rodině za velkou trpělivost, kterou se mnou v tomto období měla.

## OBSAH:

ÚVOD.....	7
<b>1. SOUČASNÝ STAV.....</b>	<b>10</b>
1.1 <i>Co je to stres.....</i>	11
1.1.1 <i>Působení stresu na somatickou oblast – fyziologická reakce.....</i>	12
1.1.2 <i>Působení stresu na psychiku – psychologická reakce.....</i>	14
1.1.3 <i>Působení stresu na chování člověka - behaviorální reakce.....</i>	15
1.1.4 <i>Příčiny stresu.....</i>	17
1.2 <i>Profesní stres.....</i>	18
1.2.1 <i>Policejní stres.....</i>	19
1.2.2 <i>Psychologické důsledky použití střelné zbraně.....</i>	22
1.3 <i>Čím se Policie ČR zabývá.....</i>	25
1.3.1 <i>Struktura a členění útvarů policie.....</i>	26
1.3.2 <i>Kdo může být policistou?.....</i>	28
1.4 <i>Postavení ženy ve společnosti.....</i>	30
1.4.1 <i>Žena v Policii České republiky.....</i>	32
1.5 <i>Nápad trestné činnosti.....</i>	36
1.6 <i>Práce policistů na místě trestného činu.....</i>	38
1.7 <i>Jak účinně bojovat proti stresu.....</i>	39
1.8 <i>Syndrom vyhoření u policistů.....</i>	40
<b>2. CÍL PRÁCE A HYPOTÉZY.....</b>	<b>43</b>

<b>3. METODIKA</b> .....	<b>45</b>
3.1 <i>Použité metody sběru dat</i> .....	<b>45</b>
3.2 <i>Charakteristika cílové populace</i> .....	<b>47</b>
<b>4. VÝSLEDKY</b> .....	<b>51</b>
4.1 <i>Proaktivní řešení situací</i> .....	<b>51</b>
4.2 <i>Reflektivní řešení situací</i> .....	<b>56</b>
4.3 <i>Strategické plánování</i> .....	<b>59</b>
4.4 <i>Preventivní zvládání situací</i> .....	<b>61</b>
4.5 <i>Vyhledávání instrumentální opory</i> .....	<b>64</b>
4.6 <i>Vyhledávání emoční opory</i> .....	<b>67</b>
4.7 <i>Vyhýbání se řešení situace</i> .....	<b>69</b>
4.8 <i>Celkové porovnání rozdílů u mužů a žen ve sledovaném souboru</i> .....	<b>70</b>
<b>5. DISKUSE</b> .....	<b>74</b>
<b>6. ZÁVĚR</b> .....	<b>79</b>
<b>7. SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ</b> .....	<b>81</b>
<b>8. KLÍČOVÁ SLOVA</b> .....	<b>85</b>
<b>9. PŘÍLOHY</b> .....	<b>86</b>

## Úvod

V dnešní uspěchané době si často ani neuvědomujeme, že současný styl a způsob života se nesmazatelně podepisuje na našem zdraví a to i negativně. Kolem nás se vyskytuje celá řada situací, které mají vliv na naše psychické prožívání.

Ve spěchu vstáváme, cestujeme do práce, kde na nás čeká spousta úkolů s nimiž si musíme co nejrychleji poradit, protože jsme nuceni dodržet lhůty či termíny. Chybí nám dostatek klidu na oběd, ani na odpočinek mnoho času nezbyvá. Rodinu, z nedostatku volného času, trochu zanedbáváme. Tento způsob života přináší velmi často konfliktní situace v zaměstnání mezi spolupracovníky a samozřejmě také doma ve společenství rodiny. Velkou roli zde hraje i zvolené zaměstnání, které člověk vykonává, jeho vrozené či získané dispozice a schopnosti zvládat složitější životní situace.

V našem životě se vyskytuje stále více podnětů, které mají původ a zdroj v prostředí a práci – znečištěný vzduch a hluk, dopravní zácpy, narůstající agresivita mezi lidmi, strach z nedostatku finančního zabezpečení či ztráta zaměstnání. Zaznamenáváme dobu pokroku a závatných změn, robotizaci pracovišť, rozvoj techniky, nových technologií a s tím spojených pracovních postupů, které nám ušetří čas. Máme rychlejší dopravní prostředky, ale v porovnání s dřívější dobou, kdy nebyly televizory a všude se muselo chodit pěšky, máme jen žalostně málo volného času.

Dalšími faktory, které ovlivňují psychiku moderního člověka jsou v současné době tolik mediálně známé přírodní katastrofy, neštěstí a rovněž reálné nebezpečí hrozby teroristických útoků kolem nás. To vše lze v důsledku považovat za příčiny celospolečenského stresu. Stres se tak stává populárním tématem a je zcela jisté, že se s tímto fenoménem každý z nás setkal, jak vyplývá z již provedených výzkumů **(Birkenbihlová, 1996)**.

Můžeme konstatovat, že stres postihuje všechny věkové kategorie a patří tak k běžnému životu v dnešní společnosti. Mírná psychická zátěž je významná pro udržení aktivity a pro prožívání smysluplnosti života. Těžká psychická zátěž až stres může působit destruktivně a tím vyvolat vznik psychosomatických poruch a neuróz. Ve svém

důsledku mohou tyto obtíže způsobit destrukční krizi psychiky. Často i těžké překonané psychické stresy obohatí osobnost, zlepší její adaptační schopnosti, zprostředkují zkušenosti či zvýší její sebevědomí. Osobnost každého z nás je na psychickou zátěž různě tolerantní. Některé formy psychopatií, neuróz a jiných chorobných stavů způsobují, že již slabé podněty působí jako intenzivní psychická zátěž a stres.

Všeobecně lze říci, že čím více nám jakákoliv událost připadá neovlivnitelná, tím častěji ji vnímáme jako stresovou. Přesvědčení, že můžeme ovlivnit průběh událostí, snižuje prožitek stresu (**Atkinson, 2003**).

Pro společnost je stres i mimořádně nákladný problém. Alkoholismus, drogy, další závislosti, onemocnění srdce a cév, žaludeční a psychické problémy stojí státní pokladnu nemalé finanční prostředky. Jde zejména o pracovní neschopnost zaměstnanců, vynakládání obrovských částek na léčiva, či jen časté „pouhé“ návštěvy u lékařů – specialistů.

V rámci pracovní činnosti dochází k vyrovnávání rozdílů mezi ženami a muži. Dříve ryze mužská povolání dnes zastává stále větší procento žen.

Pracuji u Policie České republiky již 23 let a jsem přímým účastníkem postupného navyšování početních stavů žen – policistek. V současné době jsem služebně zařazen na Správě Jihočeského kraje v Českých Budějovicích u Služby kriminální policie a vyšetřování na Odboru kriminalistické techniky a expertiz. Mým hlavním úkolem je zajišťování stop a dokumentace místa trestného činu. Spolu se mnou na místo činu vyjíždí vyšetřovatel a policista kriminální služby.

V mnohých případech se jedná o ženy, které svůj pracovní život zasvětily této nelehké práci. Často se setkáváme s velice otřesnými případy, lidským utrpením a zoufalstvím a tím se do nás nesmazatelně zapisují osudy obětí či poškozených. Ženský prvek v policejní práci je přínosem, ale na ženu – matku zcela jistě působí práce na místě ohledání závažného trestného činu nebo dopravní nehody jinak než na policistu - muže.

Myslím si, že práce policisty je nesmírně náročná a zodpovědná a svým charakterem, i oproti jiným zaměstnáním, zcela výjimečná. V současné době poměrně často dochází k prezentaci policejní práce přes politickou scénu, kdy politici

nepřiměřeně komentují tuto nelehkou činnost ve svém boji o přízeň voličů, aniž by vůbec tušili, co se v tomto zaměstnání vůbec provádí. Dochází pak ke zbytečnému nedorozumění mezi policistou a občanem.

Chtěl bych touto prací upozornit na problematiku prožívání psychické zátěže mužů a žen v Policii České republiky a alespoň trochu poodhalit práci policistů na místě trestného činu. Myslím, že vyšší podíl žen v tomto zaměstnání přispívá i ke „zlidštění“ tváře policie před veřejností.

V této práci s názvem ***ODLIŠNOSTI V PROŽÍVÁNÍ PSYCHICKÉ ZÁTĚŽE MUŽŮ A ŽEN V POLICII ČESKÉ REPUBLIKY*** jsem se zabýval problematikou náročnosti uvedeného povolání a vzájemnému porovnávání rozdílů v prožívání mezi jednotlivými pohlavími.

## 1. Současný stav

S pojmem stres, stresová situace či zátěžová situace se jistě každý z nás setkal. Málokdo si však uvědomuje skutečnost, že nejsme stroje, které jsou schopny donekonečna vykonávat určitou činnost bez přestání, že dochází k opotřebování a je důležité umět odpočívat a vhodně se odreagovat.

Na člověka působí celá řada vnějších vlivů, se kterými se denně setkává a ani si nepřipouští možnost, že by mohlo dojít ke konfliktní situaci uvnitř jeho osobnosti. Žijeme v uspěchané době, kdy se nám zdá, jako by nejdůležitějšími hodnotami byly peníze, úspěch, kariéra a materiální statky. Pokusme se však uprostřed toho všeho zastavit a povšimnout si té hodnoty z nejvzácnějších, totiž našeho vlastního zdraví.

Magické slovo stres ovládlo dnešní společnost. Nepozorovaně se vkrádá do slovníku hovorové řeči prostých lidí i intelektuálů. Mnohdy si tuto skutečnost dost dobře neuvědomujeme, ale stres je všude kolem nás (**Birkenbihlová, 1996**). Může to být vlastně všechno, co nás obklopuje a působí na nás. Jde o věci předvídatelné a předvídané stejně jako náhody a pohromy.

Člověk je sice téměř dokonalý mechanismus, ale je zcela evidentní, že neumí-li zacházet se svými obrannými mechanismy, může dojít k jejich rychlému vyčerpání. Jeden z hlavních důvodů představuje právě nepřiměřeně častý a intenzivní stres bez následného relaxování. Stres jako souhrn nároků vnějšího světa na člověka, jeho organismus sice stimuluje, ale když pomine a měl by se dostavit náležitý odpočinek, zálučně se projeví příznaky stresového selhávání. Samotný organismus přitom často předtím signalizuje možné problémy, ale my jsme se jim naučili věnovat málo pozornosti.

Vysoké psychické zátěži jsou vystaveni zejména zaměstnanci pracující v rizikovém prostředí. U těchto lidí je větší pravděpodobnost trvalého poškození fyzického a rovněž i psychického zdraví. Je mnoho zaměstnání, které lze nazvat „rizikovou profesí“. Rozhodně mezi ně patří práce u Policie České republiky. Jedná se o náročné povolání jak po stránce fyzické, tak i po stránce psychické.

## ***1.1 Co je to stres?***

Stres, jako odpověď organismu živočichů na zátěž, je starý již mnoho milionů let. Každý živý tvor je od nepaměti vystavován různým druhům ohrožení, různým nebezpečím a musí na tyto situace nějakým způsobem reagovat. Příroda postupně vybavila člověka mechanismy, které mu rychle a účinně pomáhaly dostat se z těchto nebezpečí (**Capponi, 1992**).

Naši předkové v pravěku byli vystaveni každodennímu ohrožení a nebezpečí, kterému museli čelit a spoléhat se tak sami na sebe. V okamžiku ohrožení života se musel pračlověk rychle vyladit do stavu, který by mu umožnil včasný útěk nebo boj a tak zachránit své zdraví nebo život. Byla to forma reakce na určitou zátěž, která umožňovala danému jedinci přežít i ve složitých podmínkách. Tato situace se všeobecně nazývá stresová. Stres tedy lze chápat jako ohrožení a složité změny, které v těle ohrožené osoby probíhají.

Vědci se výzkumem stresu a jeho působením na lidský organizmus zabývají podrobněji již od konce třicátých let minulého století. Ve své práci se vývojem základních teorií a koncepcí stresu zabývá Šolcová, která velice poutavým způsobem hovoří o pojmech a teoriích z posledních výzkumů (**Šolcová, 1992**). Podrobnou analýzu stresových situací v podmínkách práce policistů rozpracoval doktor Lukeš (**Lukeš, 2001**).

Stres může vyvolávat řadu fyziologických a psychických potíží. Pokusy těla přizpůsobit se trvalé přítomnosti stresoru mohou člověka natolik tělesně vyčerpat, že se stane méně odolný vůči nemocem. Chronický stres může vyvolat tělesné poruchy, jako například žaludeční vředy, vysoký krevní tlak a jiné kardiovaskulární choroby. Poškozuje rovněž imunitní systém a snižuje odolnost organismu vůči bakteriím a virům. Lékaři odhadují, že stres hraje důležitou roli u více než poloviny všech zdravotních potíží.

Samotné slovo „stres“ lze volně přirovnat k významu slova *pres – lis*, což znamená působení tlaku na daný předmět ze všech stran najednou. V přeneseném

smyslu slova lze rozumět výrazu „býti ve stresu“, v oblasti věd o člověku, stejně jako „býti v tísní“ (Křivohlavý, 1994). Z psychologického hlediska lze stres chápat jako stav nadměrného zatížení či ohrožení (Vágnerová, 2004).

Křivohlavý ve své práci uvádí, že stres je tělesná a duševní reakce na stresor (Křivohlavý, 2003). S tímto názorem lze jen souhlasit. Myslím si, že člověk musí na stresové situace, které se běžně vyskytují kolem nás a denně se s nimi setkává, nějakým způsobem reagovat.

### *1.1.1 Působení stresu na somatickou oblast – fyziologické reakce*

Všechny varovné signály vysílané do mozku zpracovává hypothalamus, malý orgán umístěný ve střední části mozku. Hypothalamus přenáší tyto signály do celého těla prostřednictvím nervového a oběhového cévního systému.

V oblasti nervového systému jsou signály vedeny sympatickým nervovým systémem, který se podílí na řízení činnosti vnitřních orgánů. Takto stimulovaný organismus a zejména orgány jsou nuceny ke změně některých svých funkcí. Nervové signály zasahují také dřeň nadledvinek a dochází ke zvýšení sekrece **adrenalinu** a **noradrenalinu** (katecholaminy) (Šolcová, 1992). Dle Křivohlavého jde o celý soubor fyziologických údajů, které jsou sice důležité, ale již jejich snímání k případnému vyšetření může být samo o sobě zdrojem stresu pro vyšetřovanou osobu (Křivohlavý, 2003).

Pokud se budeme zabývat oběhovým systémem, hypothalamus rovněž stimuluje činnost hypofýzy, která také produkuje různé hormony a umožňuje tak jejich přístup do cévního řečiště. K nejdůležitějším hormonům patří adrenokortikotropní hormon **ACTH** neboli stresový hormon, který se vytváří v hypofýze. Pod vlivem **ACTH** vnější vrstva nadledvin, kterou nazýváme kůra nadledvin, uvolňuje celou řadu hormonů. Ty pak

způsobují mnoho změn v tělesných funkcích. Mezi nejdůležitější a také nejznámější patří kortizon. Další hormony produkované hypofýzou ovlivňují štítnou žlázu, varlata a vaječníky a mají celou řadu účinků na ostatní orgány (**Dylevský, 2000**).

Tyto hormony se vyplavují do krevního oběhu a způsobují změny v celém těle. Smyslem jejich zvýšené produkce je mobilizování různých funkcí organismu proto, aby se vyrovnal se vzniklou zátěžovou situací. Takto „aktivovaný“ organismus je připraven k útěku, útoku nebo boji. Dochází k prokrvování svalů, zatímco jiné funkce orgánů jakoby ustupují do pozadí. Sucho v ústech je počáteční příznak stresu. V krvi kolují endorfíny, které tlumí bolest a dochází ke zúžení krevních vlásečnic, aby se v případě zranění zmenšilo krvácení (**Dylevský, 2000**), (**Irmíš, 1996**). Vývojem člověka v průběhu evoluce k této reakci přibyl její typický doprovod, kterým je úzkost, strach a hněv. Tato poplachová reakce v organismu může být spuštěna též urážkou, konfliktem, či jen pouhou hádkou (**Irmíš, 1996**).

K typickým fyziologickým příznakům stresu řadíme:

- bušení srdce (palpitace),
- bolest a sevření na hrudi,
- nechutenství, popřípadě i plynatost,
- křečovitě, svírající bolesti břicha a častý průjem,
- nucení na močení,
- sexuální impotence či nedostatek sexuální touhy,
- změny v menstruačním cyklu,
- neklid rukou a nohou,
- svalové napětí, ztuhnutí šíje,
- bolesti páteře a s ní spojené úporné bolesti hlavy,
- migréna,
- exantém,
- dvojité vidění a obtížné soustředění očí na jeden bod (**Křivohlavý, 1994**).

### *1.1.2 Působení stresu na psychiku – psychologické reakce*

Vedle reakcí fyziologických, vyvolává stres také řadu reakcí, které se projevují v duševní oblasti. Reakce lidí na stresové situace se velmi různí. Někteří lidé při setkání se stresovou situací začnou trpět psychickými potížemi, zatímco jiní nejen že netrpí žádnými potížemi, ale taková situace je pro ně výzvou a vzbudí jejich zájem. Každý člověk, v porovnání s druhým jedincem, vykazuje ve svých reakcích na stresory značné rozdíly. Stresové situace vyvolávají emoční reakce v rozmezí od veselé nálady, kdy jedinec vyhodnotí situaci jako náročnou, ale zvladatelnou, až po úzkost, vztek, sklíčenost nebo depresi.

Nejčastější reakcí na stresor je úzkost. Úzkostí rozumíme nepříjemnou emoci, charakterizovanou takovými pojmy jako „starost, obava, napětí či strach“, kterou trpí v různé míře většina lidí. U některých z nich, kteří prožili události, které jsou za hranicemi běžně připouštěného lidského utrpení (např. přírodní katastrofa, znásilnění, únos, válečný konflikt nebo teroristický útok), se v některých případech rozvine syndrom, který odborně nazýváme **posttraumatická stresová porucha - PTSP**. K hlavním příznakům lze zařadit pocity otupělosti spojené s nedostatkem zájmu o dříve běžně vykonávané činnosti, pocit odcizení se lidem a opakované oživování prožitého traumatu ve vzpomínkách a snech. Posttraumatická stresová porucha se může rozvinout několik měsíců po prožité katastrofě. Může ji vyvolat i menší stres, který se objeví několik měsíců po katastrofě a často přetrvává i značně dlouhou dobu. K dalším syndromům patří i již zmiňovaná úzkost, poruchy spánku, potíže se soustředěním a nadměrná ostražitost.

Velice častou reakcí na stresor je **afekt vzteku**, který může vést až k agresivnímu chování. Přímá reakce vůči zdroji frustrace není vždy možná nebo rozumná. Často se stává, že zdroj je nejasný a nepostižitelný. Osoba neví na koho nebo na co má zaútočit, ale hledá objekt, na kterém by si tento vztek vybil a v těchto případech může být uvedený jedinec i nebezpečný pro své okolí.

K typickým emočním příznakům stresu patří:

- prudké a výrazné změny nálady,
- nadměrné trápení se věcmi, které nejsou zdaleka tak důležité,
- ztráta schopnosti emocionální náklonnosti s druhými lidmi,
- nadměrné starosti o vlastní zdraví a tělesný vzhled,
- stažení se ze sociálního styku, omezení kontaktů s druhými lidmi,
- značné pocity únavy a obtíže při soustředění pozornosti,
- zvýšená podrážděnost a popudlivost,
- vysoká úzkostnost (**Křivohlavý, 1994**).

Stresové situace vyvolávají emoční reakce v širokém rozmezí od veselé nálady až po úzkost, vztek, sklíčenost a depresi. K dalším reakcím na takovou situaci lze rovněž zařadit apatii a oslabení kognitivních funkcí (**Atkinson, 2003**).

### ***1.1.3 Působení stresu na chování člověka – behaviorální reakce***

Je známo, že člověk je tvor společenský a proto není žádným překvapením, že působení stresu má i vliv sociální. V oblasti behaviorální se stresové situace dotýkají chování a jednání člověka, které má i již zmiňovaný zcela nepřehlédnutelný sociální dopad. V jeho důsledku dochází i k častým konfliktům při komunikaci mezi blízkými i cizími lidmi.

Jde zejména o:

- nerozhodnost a do značné míry i nerozumné nářky,
- zvýšená absence a nemocnost,
- pomalé uzdravování po nemocech, úrazech a nehodách,
- sklon k nepozornosti a při řízení auta i ke zvýšení nehodovosti,
- zhoršená kvalita práce, vyhýbání se práci, častější podvádění,
- zvýšené množství vykouřených cigaret,
- zvýšená konzumace alkoholických nápojů,
- vznik závislosti na drogách, zvýšené užívání léků na uklidnění a na spaní,
- ztráta chuti k jídlu nebo v opačném případě přejídání,
- změněný denní rytmus – jde především o problematické usínání, dlouhodobé noční bdění, následně pak pozdní vstávání a pocit velké únavy,
- snížené množství vykonané práce a z toho plynoucí její zvýšená nekvalitnost **(Křivohlavý, 1994)**.

Je patrné, že v dnešní době nemusí být stresorem pouze přímé fyzické ohrožení, jak tomu bývalo u předků, ale i tzv. sociální nebo psychický stres. V sociální oblasti reaguje současný člověk obdobným způsobem na kritiku své osoby, na pocit křivdy, na odměnu či pochvalu, propuštění ze zaměstnání, na hádku v rodině nebo jen při pouhém sledování sportovního utkání. I v těchto případech v těle probíhají podobné negativní změny **(Gregor, 1993)**.

Z uvedených bodů lze odvodit, že stresové situace působí na člověka současně v několika rovinách a ovlivňují jeho život a soužití s okolním světem.

#### 1.1.4 Příčiny stresu

Žijeme v určitém prostředí společně s ostatními jedinci. Kolem nás probíhají různé situace a děje, které přináší soužití s ostatními lidmi. Vzniklé podněty zanechají v každém z nás své nesmazatelné stopy, ať již si to uvědomujeme či nikoliv. Tyto situace a podněty mohou působit i negativně a nazýváme je stresory.

Podle forem působení je můžeme rozdělit na:

**Vnitřní** – sem můžeme zařadit působení různého druhu onemocnění, metabolických poruch a jiných změn, které zatěžují lidský organizmus (Dylevský, 2000).

**Vnější** - k těm patří všechny okolní vlivy působící negativně na člověka, které dále dělíme na:

1. - ***Fyzikální*** – zde se jedná zejména o působení alkoholu, nikotinu, kofeinu, jedů, hluku, chladu, nadměrného tepla, znečištěného ovzduší, nehod a úrazů. Nelze opomenout ani působení různého druhu záření či obsahu kyslíku v ovzduší.
2. - ***Interpersonální*** – v tomto případě máme na mysli zejména hádky, obavy o někoho blízkého nebo různé spory.

K vnějším stresorům můžeme přiřadit i emocionální stresory, které u člověka vyvolávají úzkost, strach, nerozhodnost či frustraci.

Podle doby působení lze dělit stres například na **krátkodobě** a **dlouhodobě působící**. Ke krátkodobě působícímu stresu lze zařadit např. bezprostřední hádku či konflikt. K dlouhodobě působícím pak řadíme situace probíhající při rozvodu, problémy v zaměstnání, nejistoty s bydlením (hrozící vystěhování, nedostatek finančních prostředků apod.).

Nesmíme zapomenout ani na **sociální stresor**, např. nedorozumění, hádky či různé konflikty. Mezi další patří **stres z vnitřního nesouhlasu** k jehož příčinám lze



služby kriminální, zcela nepředvídatelná. Vyskytuje se zde celá řada situací, které můžeme zařadit mezi stresové a ty pak mají negativní vliv na celou osobnost policisty.

### *1.2.1 Policejní stres*

Příslušníci policie patří mezi profesní skupiny, které jsou nejvíce ohrožovány pracovním stresem. V průběhu času a díky velkému zájmu odborníků se problém zátěžových faktorů u různých profesních skupin dostává do popředí. Jsou zahájena studia tohoto problému a na jejich základě dochází k určitému dělení stresů v různých oborech lidské činnosti. Díky tomu známe manažerský stres, bojový stres u vojáků nebo policejní stres u policistů.

Pracovní zátěž představuje určitou kategorii celkové životní zátěže či stresu, která je spojena s pracovními podmínkami. Předpokladem pro spokojenost v zaměstnání je přiměřená pracovní zátěž, za kterou lze pokládat takovou úroveň požadavků a podmínek, kterou lze zvládnout v rámci adaptačních možností člověka. Nepřiměřená zátěž není jen nadměrné přetížení zaměstnance, ale kupodivu i zátěž nedostatečná, spočívající v podceňování nebo také zátěž jednostranná. K přetížení může docházet i množstvím činností, či vysokou náročností a obtížností pracovních úkolů (**Hladký, Žídková, 2004**).

V rámci své práce se policisté často dostávají do mimořádných situací. Stresová reakce se nevyhýbá nikomu. I oni mohou vykazovat psychické a tělesné příznaky akutní stresové reakce. Stres je jednou z příčin pracovní neschopnosti anebo předčasného odchodu z aktivní služby.

Stres u této profese vzniká ve spojení s určitými extrémními a mimořádnými charakteristikami vyšetřovaného případu.

Jedná se zejména o tyto případy:

- **Extrémní mrtvoly** – výrazně znetvořené, ve značném stádiu rozkladu.
- **Smrt dítěte** – lze konstatovat, že stresovost takové situace zřejmě plyne z lidské podstaty, kdy si nepřipouštíme, že smrt se může objevit i u mladých lidí a dětí. V tomto případě nám připadá jako zvláště krutá a surová. Smrt si člověk dokáže představit ve spojení spíše se stářím.
- **Tragické okolnosti případu** – zde je potřeba zmínit kontakty s pozůstalými osobami či poškozenými spáchaným trestným činem.

Pokud se budeme zabývat typy policejního stresu, vycházíme ze situací, se kterými se příslušník policie může v rámci své činnosti setkávat. V těchto případech lze typy policejního stresu dělit do třech základních skupin:

1. **Extrémní situace** – různé masakry a katastrofy – zde je riziko posttraumatické stresové poruchy (**PTSP**) velké
2. **Nenormální (exponované) situace** – použití střelné zbraně nebo např. zabití kolegy
3. **Náročná zátěžová situace** – jde např. o náročné pronásledování

Z provedených průzkumů policejních psychologů vyplývá, že určité okolnosti působí zvláště tíživě (**Čírtková, 2001**). V praxi to znamená, že působí stresogenně a tím kladou zvýšené nároky. V tomto výzkumu se ukazuje, že jde zejména o kriminalisty a vyšetřovatele.

Podle policejní psycholožky Ludmily Čírtkové můžeme stresové faktory, které na policistu „útočí“ rozdělit do dvou hlavních oblastí, které se ještě dále podrobněji dělí:

**A – oblast privátní**, která se dělí na další dvě podoblasti na **podmíněně a reálně privátní**. Sem můžeme zařadit faktory, které působí na policistu v mimopracovní době nebo v jeho osobním životě. Jednou ze základních povinností policisty je i skutečnost, že i v mimopracovní době musí provést zákrok, zjistí – li, že je páchán trestný čin, přestupek nebo dochází k ohrožení života, zdraví nebo majetku

občanů (**Zákon 283/91**). Samozřejmě má i svůj osobní život, své lidské problémy v rodině, které musí řešit.

**B – oblast služební**, kterou dělíme dále na **transparentní** a **imanentní**. Pro podoblast **transparentní** je charakteristický „střet“ policisty s občanem. Termín **imanentní** (vyplývající ze své vnitřní podstaty) znamená, že konfliktní situace vznikají mezi policisty navzájem, a to jak v rovině nadřízený - podřízený nebo také v rovině mezi funkčně shodně postavenými policisty.

Z praxe vyplývá, že velmi náročný služební zákrok proti nebezpečnému, např. ozbrojenému pachateli, je mnohem lépe zvládnutelný ve spolupráci s kolegou, kterého policista dostatečně zná a ví, že se na něj může spolehnout. Pokud však existují určité pochybnosti o schopnostech a reakcích jeho kolegy, působí situace na psychiku zakročujícího policisty velmi negativně. Tím je samozřejmě i více stresován.

Tyto vztahy mají velký vliv na pracovní výkony a kvalitu plnění služebních úkolů (**Čírtková, 2004**).

Policisté jsou během vyšetřování násilné trestné činnosti nuceni vynaložit zvýšené úsilí při zvládnání práce na místě činu. Jde zejména o skutečnost, že případ je závažný a nelze udělat chybu. Jde o co nejkvalitnější vyšetření případu, včetně zajišťování veškerých stop s cílem zjistit a dopadnout pachatele trestného činu. Do této situace si musíme promítnout i skutečnost, že dochází k neopakovatelným úkonům, je zde zvýšený pohyb služebních funkcionářů a v neposlední řadě i osob nezúčastněných. Jedná se zejména o svědky, novináře či jen pouhé zvědavce. Tragické okolnosti případu při ohledání místa činu ulpívají v mysli, vzpomínky se následně hůře potlačují. V těchto vypjatých situacích se vnucují paralely k vlastnímu životu. Policista musí potlačovat pocit bezmoci a u mnohých se mohou vyskytnout i různé somatické potíže.

Jak uvádí Čírtková **policejní stres musí být spojován pouze s policistou**, který:

1. - byl vybrán za pomoci moderních výběrových metod – to znamená, že získal lékařské a psychologické osvědčení,
2. - je členem relativně „normálního“ policejního útvaru, který můžeme

charakterizovat zjevně dobrou disciplinou, jasnou diferenciací rolí, otevřenými kooperativními vztahy apod.,

3. - se během služby dostal do situací, které některými svými parametry překračují obvyklý rámec, narušují emocionální stabilitu a příznaky stresu jsou zde častým a zákonitým jevem (**Čírtková, 2001, 2004**).

Požadavky na pomoc při zvládnání prožitých traumat v souvislosti s výkonem služby byly doposud řešeny v rámci psychologických pracovišť. K této problematice byl v roce 1999 vydán služební předpis – Pokyn ministra vnitra č. 94/1999, který zakotvuje statut psychologických pracovišť Ministerstva vnitra a Policie České republiky.

V současné době má každý policista další možnost – obrátit se s žádostí o pomoc na tým speciálně vyškolených odborníků, protože byl zřízen systém poskytování posttraumatické intervenční péče příslušníkům Policie České republiky, kteří prožili traumatizující událost v souvislosti s plněním služebních úkolů (**Služební předpis: RPP č.142/2001**).

V týmu pracují nejen psychologové, ale i zkušení policisté, odborníci resortu MV a duchovní, kteří jsou připraveni pomoci svými zkušenostmi, erudicí a znalostmi získanými speciálním výcvikem. Všichni členové týmu dodržují etické normy a zásadu respektování důvěrnosti sdělení (**Služební předpisy: PMV č.94/1999 a ZPPP č.129/2001**).

### ***1.2.2 Psychologické důsledky použití střelné zbraně***

Policista je také člověk. Pokud si budeme všimnout jeho zevnějšku, ničím se od běžného člověka příliš neliší. Někteří z nich nosí uniformu, část má bílou čepici a jiní

zase pracují v civilním neboli občanském oděvu. Jednu věc však mají oproti běžným občanům navíc. Mají při sobě střílnou zbraň. Jedná se služební zbraň, která jim z titulu funkce náleží. Ta je určena k odvrácení přímo hrozícího nebo trvajícího útoku při nutné obraně, proti nebezpečnému pachateli, jehož nemůže jiným způsobem zadržet, proti nebezpečnému zvířeti, proti řidiči dopravního prostředku, který bezohlednou jízdou ohrožuje život a zdraví osob a také k odvrácení nebezpečného útoku, který ohrožuje střežený nebo chráněný objekt (**Zákon č.283/91**). Policista je v těchto odůvodněných případech oprávněn použít zbraň, kterou podrobně určuje § 39 odst.2 jmenovaného zákona.

Pokud dojde k použití střelné zbraně i v rámci zákona, kdy zbraň byla použita např. proti nebezpečnému pachateli, dochází u policisty k opakování prožívání situace v mysli. Vědomě se začíná vyhybat podnětům souvisejícími či připomínajícími kritickou událost. Dochází k nervové labilitě – připomeňme např. poruchy spánku, poruchy koncentrace, podrážděnost či záchvaty vzteku.

K typickým poststresovým reakcím po použití střelné zbraně patří zejména:

1. Zvýšená citlivost (přecitlivělost) na nebezpečí.
2. Strach ze selhání a obavy z budoucích situací.
3. Problémy se služebními předpisy a následně s nadřízenými.
4. Konflikty v rodině, u přátel a známých.
5. Zneužívání alkoholu a léků.
6. Podrážděnost a popudlivost.
7. Sebevražedné nálady.
8. Sexuální problémy.

Této problematice se v posledním období věnuje zvýšená pozornost (**Čírtková, Joža, Spurný 2001**). Je pravdou, že použití služební zbraně policistou proti nebezpečnému pachateli v dobách minulých nebylo příliš časté, musíme dle statistik konstatovat, že v současnosti použití služební zbraně proti pachateli je stále častější.

V roce 2006 došlo v České republice celkem k 731 případům, kdy policisté použili služební zbraň v souvislosti s výkonem své služby. Přitom ve 350 případech došlo ke střelbě z této zbraně, jak podrobně uvádí následující tabulka 1 :

**Tabulka 1, Použití služební zbraně příslušníky Policie ČR v roce 2006**

	úder střelmo u zbraní	hrozba střelnou zbraní	varovný výstřel	použití zbraně						
	počet případů	počet případů	počet případů	proti osobě	proti zvířeti	proti dopravnímu prostředku	počet smrtelně zraněných zúčastněných osob	počet smrtelně zraněných nezúčastněných osob	počet zraněných zúčastněných osob	počet zraněných nezúčastněných osob
PRAHA MĚSTO	1	27	58	3	3	14	1	0	1	0
STŘEDOČESKÝ	1	58	29	2	6	8	0	0	2	0
JIHOČESKÝ	0	24	15	1	3	3	0	0	0	0
ZÁPADOČESKÝ	2	32	26	2	2	3	1	0	4	0
SEVEROČESKÝ	0	51	38	1	6	18	0	0	4	0
VÝCHODOČESKÝ	0	49	9	1	4	2	0	0	1	0
JIHOMORAVSKÝ	2	102	21	2	7	4	0	0	2	0
SEVEROMORAVSKÝ	1	31	35	2	2	4	0	0	0	0
<b>CELKEM</b>	<b>7</b>	<b>374</b>	<b>231</b>	<b>14</b>	<b>33</b>	<b>56</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>14</b>	<b>0</b>

Zdroj: Policejní prezidium: [http://dotaz.pcr.cz/tabulky\\_view/default.asp](http://dotaz.pcr.cz/tabulky_view/default.asp)

Dříve byla zbraň používána pouze ve zcela výjimečných případech a policie neměla v této oblasti mnoho zkušeností. Podle současných interních předpisů se u Policie České republiky problematikou použití služební zbraně a následnými silnými stresujícími zážitky policistů, kteří zasáhli, zranili nebo usmrtili druhého člověka zabývá specialista (**Služební předpisy: RPP 142/2001 a ZPPP č.129/2001**).

### 1.3 Čím se Policie ČR zabývá

Řekněme si něco konkrétního o policii a policistech. O jejich každodenní práci. Jsou tady přece pro nás, pro občany, pro naše bezpečí a pocit klidu. Pojdme se však podívat poněkud blíže. Při bližším pohledu na práci policie lze konstatovat, že policista se od jiných lidí liší především uniformou. To ovšem neznamená, že každý policista nosí uniformu. Mezi ty, kteří uniformu nenosí, patří kriminalisté. S policisty a policistkami se můžeme setkávat v každé roční době, ve dne i v noci, v úmorném vedru i ve sněhové vánici. Každý rok je u nás evidováno téměř 400 000 trestných činů. Z tohoto počtu je přes 70% trestných činů majetkových, například krádeže vloupáním do bytů, automobilů, kapesní krádeže, podvody apod.

(<http://www.mvcr.cz/statistiky/index.html>).

Při objasňování a vyšetřování vloupání a jiné majetkové trestné činnosti se všem složkám policie daří zvyšovat počet úspěšně vyřešených případů. Nemalou zásluhu na tom mají specializovaná pracoviště – Služba kriminální policie a vyšetřování, pro zjednodušení kriminální služba a Odbor kriminalistické techniky a expertiz – běžně se užívá zkratka OKTE.

Dochází k nárůstu počtu dopravních nehod s tragickými následky, rovněž agresivita při páchání násilné trestné činnosti se zvyšuje. Násilí a brutalita pachatelů trestných činů vzbuzuje oprávněný strach a obavy v každém z nás, odborníky nevyjímaje. Přestože z celkového počtu trestných činů jde jen o poměrně malou část, věnuje Policie České republiky jejich potírání maximální pozornost. Například v objasňování vražd patří česká policie k **absolutní světové špičce**.

K odhalení pachatele vede velice složitá, dlouhodobá a mnohdy i mravenčí práce celého vyšetřovacího týmu. Svou nezastupitelnou roli zde hrají i ženy – policistky Služby kriminální policie a vyšetřování. Tyto ženy zastávají funkci vyšetřovatele, kriminalisty nebo pracovníka – technika z Odboru kriminalistické techniky a expertiz, které společně s ostatními kolegy vyjíždí na místo trestného činu jako výjezdová skupina. Jejich hlavním úkolem je co nejlépe a nejkvalitněji

zadokumentovat a zajistit různé druhy stop na místě činu, jejich následné vyhodnocení a pomoci tak v pátrání po pachateli.

Místo vyšetřovatele má navíc jedno specifikum – **dochází k časově delšímu zpracovávání či vyšetřování daného případu**, takže nezahrnuje pouze ohledání místa činu, ale i následné protokolování, výslechy svědků či poškozených. Dojde-li ke zjištění a zadržení pachatele probíhají jeho výslechy, prověrky výpovědí či rekonstrukce případu.

Jednou z nejnebezpečnějších forem zločinnosti je i distribuce drog. Na jejím potlačování se podílejí všechny policejní složky. Kromě toho plní policie i řadu jiných zajímavých i méně zajímavých úkolů. Zakročuje při hromadných narušeních veřejného pořádku, pátrá po osobách a věcech, zajišťuje státní hranice, kontroluje a eviduje cizince (**Zákon 283/91**). Nezapomínejme i na oblast prevence, vzdělávání a akce pro veřejnost. Zde se ve větší míře uplatňuje ženský prvek.

### ***1.3.1 Struktura a členění útvarů policie***

Tato práce není určena pouze pro zaměstnance Policie České republiky, ale jistě do ní nahlédnou i lidé, kteří nejsou zasvěceni do struktury a členění jednotlivých útvarů. Z tohoto důvodu je vhodné provést jednoduché rozdělení, aby si každý mohl představit, jak široké pole působnosti uvedený obor zabírá.

Pro zjednodušení se lze spokojit s pouhým vyjmenováním „částí“ policie:

- služba pořádkové policie
- služba dopravní policie
- Služba kriminální policie a vyšetřování
- služba cizinecké a pohraniční policie

- služba policie pro odhalování korupce a závažné trestné hospodářské činnosti
- služba železniční policie
- Policejní prezidium ČR
- útvar rychlého nasazení
- letecká služba
- služba správních činností
- ochranná služba (**Zákon 283/91**).

V tomto případě bychom mohli jednotlivé složky i dále dělit, ale myslím, že to pro základní orientaci postačuje.

Hlavním a rozhodujícím faktem je skutečnost, že policie plní řadu úkolů, které vyplývají ze znění úvodních paragrafů zákona o Policii České republiky. Jedná se mimo jiné o tyto základní úkoly:

Policie ČR chrání bezpečnost osob a majetku, spolupůsobí při zajišťování veřejného pořádku a činí, v případě jeho porušování, patřičná opatření k jeho obnovení. Policie vede boj proti terorizmu, odhaluje trestné činy a následně pak jejich pachatele. V řízení pak koná vyšetřování o trestných činech. Mezi další úkoly patří ochrana státních hranic, ochrana ústavních činitelů České republiky včetně prezidenta republiky, zastupitelských úřadů či ochrana sídelních objektů Parlamentu. V oblasti dopravy patří mezi úkoly Policie České republiky dohled nad bezpečností a plynulostí silničního provozu, odhalování přestupků a jejich projednávání. Vede různé evidence a statistiky potřebné pro plnění svých úkolů, vyhledává celostátní pátrání po pohřešovaných nebo hledaných osobách, pronásleduje uprchlé osoby, zadržuje svěřence s nařízenou ústavní nebo uloženou ochrannou výchovou, kteří jsou na útěku a spolupůsobí při jejich vyhledávání. Policie rovněž provádí fyzickou ochranu jaderných zařízení a jaderného materiálu při jeho dopravě. Samotné vyšetřování konkrétních případů koná Služba kriminální policie a vyšetřování (**Zákon č.283/91**).

Jak je z krátkého přehledu vidět, práce policistů je značně obsáhlá a velice členitá. V jednotlivých součástech Policie ČR jsou služebně zařazeni policisté s úzkou

specializací, kteří kromě všeobecného vzdělávání neustále prochází různými interními školami a kurzy, aby byli připraveni po odborné stránce ke kvalitnímu výkonu služby.

### **1.3.2 Kdo může být policistou?**

Všichni zájemci o přijetí do služebního poměru k Policii České republiky byli přijímáni za podmínek stanovených příslušným zákonem o služebním poměru příslušníků Policie České republiky. Do služebního poměru mohl být přijat občan starší 18 let, bezúhonný, splňující kvalifikační předpoklady pro výkon funkce, do které má být stanoven, je fyzicky, zdravotně a duševně způsobilý pro výkon služby a úspěšně absolvoval přijímací řízení. Již z uvedeného zákona vyplývalo, že obě pohlaví mají stejné podmínky – hovoří se zde obecně o přijetí občana ČR a pokud se týkalo branné povinnosti, mohl být přijat občan, který vykonal základní nebo náhradní vojenskou službu, pokud podléhá branné povinnosti (**Zákon č.186/92**).

Mnohem podrobnější popis požadavků a podmínek související s přijetím do služebního poměru je zpracován do zákona číslo 361/2003 Sb., jehož platnost nabyla účinnosti dnem 1. ledna 2007. Navíc je zde uvedena skutečnost, že do služebního poměru příslušníka bezpečnostního sboru může být přijat státní občan ČR, který o přijetí písemně požádá, je plně způsobilý k právním úkonům, není členem žádné politické strany nebo politického hnutí a jde-li o služební poměr příslušníka zpravodajské služby, ani odborové organizace. Nesmí vykonávat živnostenskou ani jinou výdělečnou činnost a nesmí být ani v žádném řídicím nebo kontrolním orgánu právnických osob, které vykonávají podnikatelskou činnost (**Zákon č.361/03**).

V tomto zákoně jsou podrobně popsány v §§ 15 a 79 další podmínky přijetí týkající se zdravotní, osobnostní a fyzické způsobilosti a způsobu jejich vyhodnocování, na které uvedená právní norma klade velký důraz.

Z tohoto důvodu prochází budoucí policisté prohlídkou u lékařů – specialistů, kteří se podrobně zabývají zdravotním stavem uchazečů, prověrkami z oblasti fyzické a tělesné zdatnosti, kterým se věnují příslušná pracoviště u útvarů Policie ČR na jednotlivých krajích a okresech. Budoucí policisté vykonávají prověrky tělesné zdatnosti, ve kterých je zaměřeno na rychlost, obratnost, sílu a vytrvalost. Součástí tělesných provereček jsou tak běhy – sprint (tzv. člunkový běh), vytrvalostní běh po dobu 12 minut, kliky, lehy a sedy (známější jako sklapovačky), plavání na vzdálenost 100 metrů a cviky prověřující obratnost.

Zájemce o službu v Policii ČR prochází rovněž důležitým vyšetřením na psychologických pracovištích jednotlivých policejních správ krajů, které jsou velice důležitou součástí provereček (**Zákon č.361/03**).

Zde pod dohledem odborníků, kteří jsou specialisté na tuto problematiku, dochází k řádnému prověřování psychické a osobnostní způsobilosti k vykonávání tohoto náročného povolání. Toto vyšetření se kromě pohovoru skládá i z velice náročných testů, podle kterých lze bezpečně rozeznat i malé odchylky v psychickém prožívání jedince a v případě, že nevyhoví příslušným normám, není k Policii České republiky přijat.

Tento právní předpis samozřejmě počítá s účastí žen v řadách Policie ČR či v jiných bezpečnostních sborech. Z tohoto důvodu jsou zde speciálně upravené podmínky pro odlišný přístup k těhotným ženám, matkám s malými dětmi či na mateřské a rodičovské dovolené. Vychází se tak vstříc potřebám žen, které jsou zde zaměstnány. Velice podrobný popis je uveden v §§ 68 –73 již zmiňovaného zákona (**Zákon č.361/03**).

Je potřeba připomenout, že tento zákon není již určen pouze policistům, ale jedná se o společný právní předpis pro službu v bezpečnostních sborech, tedy i pro Hasičský záchranný sbor České republiky, Celní správu České republiky, Vězeňskou službu České republiky, Bezpečnostní informační službu nebo Úřad pro zahraniční styky a informace (**Zákon č.361/03**).

#### *1.4 Postavení ženy ve společnosti*

Žena je synonymem lásky, mateřství, něhy a křehkosti. Jde o bytost, která si ze strany mužů zasluhuje obdiv a ochranu. Všeobecně je přijímána jako slabší polovina populace, ale myslím si, že to není zcela v pořádku. Mnoho lidí si ještě v současné době představuje ženu jako ochránkyni tepla rodinného krbu zabývající se výchovou dětí a starající se o svého muže. Pokud se podíváme do minulosti, neměly to ženy nikdy lehké a jejich zrovnoprávnění s muži prodělalo zdlouhavý vývoj. V některých zemích se tento proces ještě do současné doby vytváří.

Proces ženské emancipace začal už dlouho předtím, než byl feministickým hnutím za první francouzské revoluce deklarován. Už za renesance ženy dělaly práce o které muž neměl zájem. Prodávaly plátno, obchodovaly na tržištích s kořením, šily a prodávaly punčochy, rukávce a okruží. Hnutí za ženskou emancipaci formulovalo své cíle nejprve v Anglii a Francii.

V roce 1791 byl vydán v Paříži spisek "Práva ženy a občanky", který je považován za první krok k nastupujícímu feminizmu. Žádala se v něm naprostá rovnost mužů a žen. Mimo jiné i právo na naprostou svobodu ve výběru partnera. Již za Velké francouzské revoluce vznikly první ženské legie, které však byly Konventem rozpuštěny. V roce 1792 byl uzákoněn rozvod, ale manžel měl právo na mužské potomky, pokud byli starší sedmi let. Žena byla rozvodem znevýhodněna zejména ekonomicky. Za vlády Napoleona roku 1816 byl rozvod opětovně zrušen. Také v Anglii začal boj za ženská práva a posupně jeho síla předčila Francii. V Anglii dosáhly ženy právo na svůj vlastní majetek roku 1870. V uvedené době docházelo k zakládání vyšších škol pro ženy. První anglická lékařka promovala roku 1865.

Koncem století se rovněž bojovalo za volební právo žen. Bohužel došlo k situaci, že tato novinka byla uzákoněna až po druhé světové válce. Uvedené právo mělo mnoho podmínek jako například: stáří nad 30 let, ženy musely mít vzdělání, musely být vdané a starat se o domácnost.

Na přelomu 19. a 20. století začaly pracovat ženy v průmyslu, takže se jim domácí práce stala přítěží. To vedlo k většímu tlaku ženských hnutí a také v rodinách vyvolávalo větší napětí. Zdálo se, že feminismus vyvrcholil v sedmdesátých letech 20. století, ale přesto k definitivnímu vyrovnání ještě nedošlo. V osmdesátých letech přišla výrazná protifeministická vlna, feminismus byl kritizován z konzervativních pozic. Tento pokus byl však charakterizován jako pokus vrátit ženy ke sporákům a výchově dětí.

Postavení žen však nemůžeme hodnotit pouze v rámci rozvinutých států. Například v arabských zemích je někdy žena v postavení srovnatelném se středověkem. Někde ještě existuje polygamie. V současnosti je však již na ústupu. V uvedeném společenství platí, že muž je pánem rodiny, žena je považována za bytost méněcennou. Musí se zahalovat, aby nevzbuzovala mužskou žádost. Ve všem, co podniká mimo dům, musí být kontrolována mužským členem rodiny. Ženy mají mnohem horší přístup ke vzdělání. Partnera ženě vybírají mužští příslušníci rodiny, žena může pouze s vybraným mužem nesouhlasit. Nově přivdaná žena je podřízena své tchyni. Žena může navštěvovat pouze ženy a to jen v ženské části domu. Nákupy obstarává také muž. Muž se může rozvést tak, že třikrát pronese rozvodovou formuli. Žena, chce-li rozvod, musí požádat soudce o přezkoumání důvodů.

V poslední době roste tlak podporující návrat k pravověrným náboženským tradicím, tedy i k tradiční podobě rodiny. Pokud se podíváme na situaci v našich podmínkách, lze konstatovat, že rovné postavení žen bylo uvedeno až v tehdejší Ústavě z 11.7.1960, kdy v článku XX odstavci 3 se uvádělo, že muži a ženy mají stejné postavení nejen v rodině, ale i v práci a nezapomnělo se i na veřejnou činnost.

### *1.4.1 Žena v Policii České republiky*

Účast žen v ozbrojených službách jako jsou policie, vojsko či bezpečnostní služby, nebyla vždy tak samozřejmá jako nyní. Společenské postavení ženy v systému a zejména její mateřská role znemožňovala zařazování do přímého výkonu služby. Pokud vůbec docházelo k zaměstnávání žen v tomto odvětví, pak pouze ve funkcích pomocných – různé zapisovatelky či sekretářky. Tato povolání byla vždy zařazována do kategorií časově i psychicky náročných a nikdo si nedovedl představit ženu v takové funkci. V průběhu druhé světové války se ukázalo, že ženy se nejen zapojily do bojů jako zdravotnice, ale v sovětské Rudé armádě byly posléze okolnostmi donuceny bojovat přímo se zbraní v ruce a ke konci války pak byla při nedostatku pilotů zformována i sovětská ženská bojová formace. Tehdy ženy prokázaly schopnost bojovat plnohodnotně jako muži za srovnatelných podmínek.

V období socialismu, kdy byla proklamována rovnoprávnost žen, došlo k plnému zařazování žen do všech oblastí hospodářství. Nebyl žádný problém vidět nástrojařky, svářečky či jeřábnice. Postupně se žena dostává i do zaměstnání v ozbrojených složkách státu. Bohužel musíme ze zkušenosti konstatovat, že ačkoliv byla propaganda tehdejšího zřízení silná, ženy byly nadále přijímány pouze do neuniformovaných složek, nedocházelo k jejich zařazování do přímého výkonu služby a ženu vyšetřovatelku či kriminalistku bychom nenašli vůbec.

Po roce 1990 dochází k celkovému nárůstu zájmu o práci u policie. Byl zjištěn výrazný vzestup zaměstnaných žen u Policie ČR. V roce **2002** zde pracuje **5 316** policistek v přímém výkonu služby a další ženy pracují v policii jako občanští pracovníci (**Vítek, 2002**).

Podle posledních statistických údajů pracovalo k 1. lednu 2007 v řadách Policie České republiky celkem **45 346 policistů**. Z tohoto počtu bylo **39 437 mužů** a **5 909 žen**, což bylo 13% z celkového počtu. Je patrné, že dochází k neustálému navyšování početního stavu žen v přímém výkonu služby.

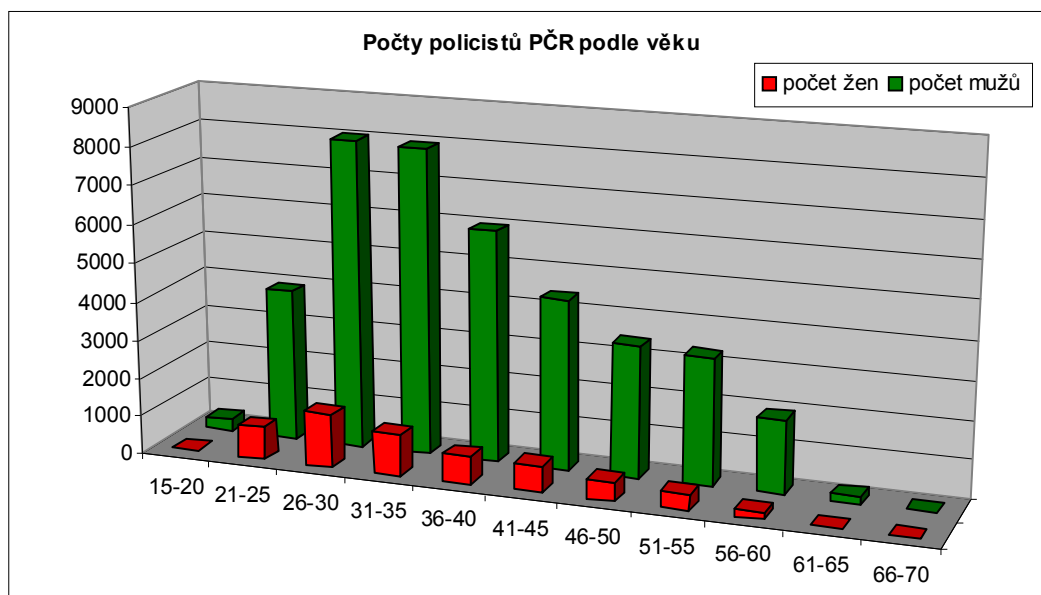
V následující tabulce 2 a grafu 1 je uveden celkový počet policistů v České republice – žen a mužů podle věku:

**Tabulka 2, Počet policistů zařazených u Policie ČR podle věku**

	věk	počet mužů	%	počet žen	%	CELKEM	%
1	15-20	304	85,4%	52	14,6%	356	0,8%
2	21-25	3956	82,2%	857	17,8%	4813	10,6%
3	26-30	8028	85,2%	1397	14,8%	9425	20,8%
4	31-35	7943	88,1%	1076	11,9%	9019	19,9%
5	36-40	6005	89,1%	735	10,9%	6740	14,9%
6	41-45	4414	86,5%	688	13,5%	5102	11,3%
7	46-50	3410	87,1%	506	12,9%	3916	8,6%
8	51-55	3287	88,8%	415	11,2%	3702	8,2%
9	56-60	1912	92,1%	163	7,9%	2075	4,6%
10	61-65	175	90,7%	18	9,3%	193	0,4%
11	66-70	3	60,0%	2	40,0%	5	0,0%
CELKEM		39437	87,0%	5909	13,0%	45346	100,0%

Zdroj: Personální oddělení Policie ČR

**Graf 1, Počty policistů PČR podle věku**



Zdroj: Personální oddělení Policie ČR

Pokud se budeme zabývat věkovým složením policistů, lze konstatovat, že nejvíce žen pracuje u policie ve věku 26 až 30 let obdobně jako u mužů.

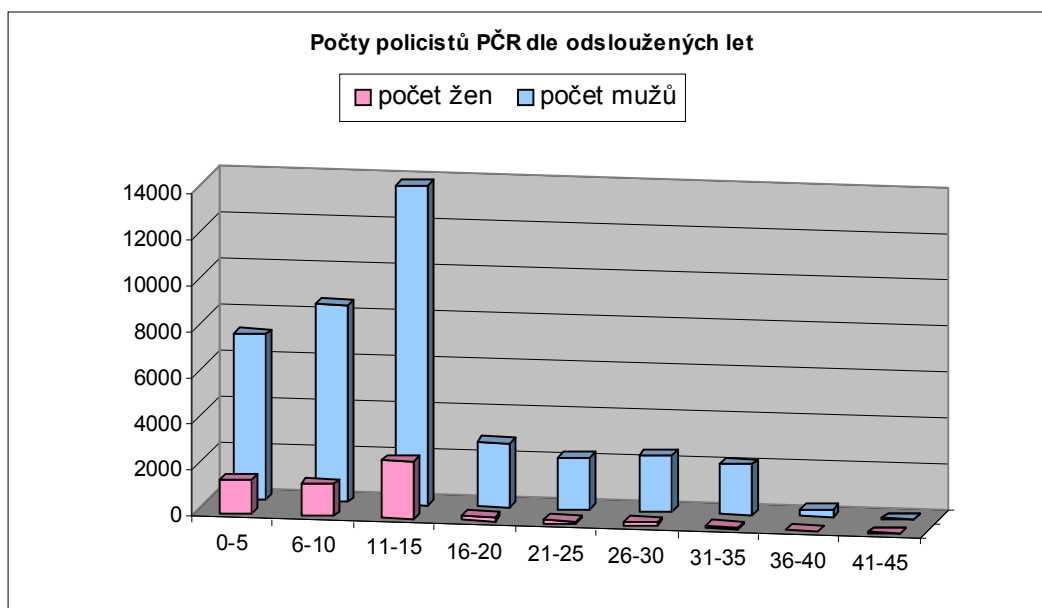
V následující tabulce a grafickém znázornění jsou uvedeny počty policistů ve vztahu k délce odsloužených let. Je patrné, že nejvyšší počty policistů jsou u obou sledovaných skupin v rozmezí 11 – 15 let v této službě:

**Tabulka 3, Počet policistů PČR podle odpracovaných let u Policie ČR**

	délka služby	počet mužů	%	počet žen	%	CELKEM	%
1	0-5	7146	82,9%	1473	17,1%	8619	19,0%
2	6-10	8541	86,0%	1387	14,0%	9928	21,9%
3	11-15	13788	84,8%	2479	15,2%	16267	35,9%
4	16-20	2774	93,7%	186	6,3%	2960	6,5%
5	21-25	2244	95,0%	118	5,0%	2362	5,2%
6	26-30	2447	93,7%	165	6,3%	2612	5,8%
7	31-35	2166	96,3%	83	3,7%	2249	5,0%
8	36-40	320	95,8%	14	4,2%	334	0,7%
9	41-45	11	73,3%	4	26,7%	15	0,0%
CELKEM		39437	87,0%	5909	13,0%	45346	100,0%

Zdroj: Personální oddělení Policie ČR

**Graf 2, Počty policistů PČR podle odsloužených let**



Zdroj: Personální oddělení Policie ČR

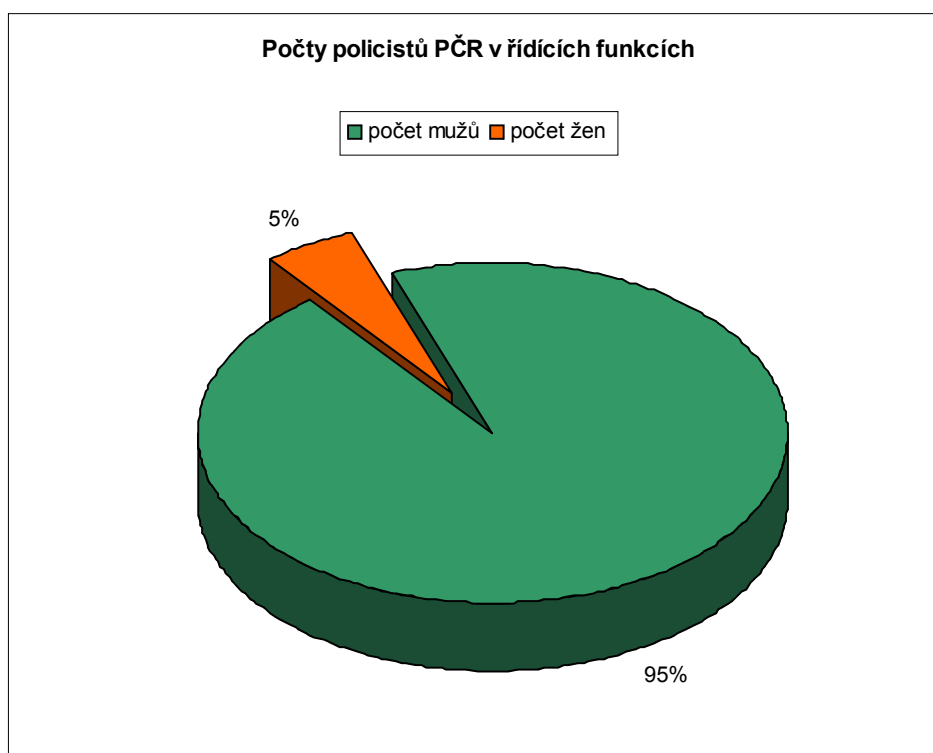
Také u Policie České republiky se ženy dostávají na vedoucí místa, což v minulosti nebylo zcela běžné. Podle posledních údajů z Policejního prezidia bylo v uvedeném období (ke konci roku 2006) v řídicích funkcích celkem **5 824 policistů**. Z tohoto počtu je **5 531 mužů** (95 %) a **293 žen**, což představuje 5 % z celkového počtu všech řídicích pracovníků u policie (viz Tabulka 4, Graf 3).

**Tabulka 4 , Počty policistů a policistek v řídicích funkcích**

počet mužů	%	počet žen	%	CELKEM	%
5531	95,0 %	293	5,0 %	5824	100,0 %

*Zdroj: Personální oddělení Policie ČR*

**Graf 3 , Počty policistů PČR v řídicích funkcích**



*Zdroj: Personální oddělení Policie ČR*

Problematika žen zaměstnaných u policie je velmi specifická. Jejich povolání je i dnes vnímáno jako neobvyklé. Názory na vhodnost tohoto zaměstnání pro ženy se různí. Přetrvává názor, že zmiňované povolání je typické zejména pro muže – vychází z pocitů velkého rizika při práci, nepravidelné pracovní doby a spojováním ženy s výchovou dětí, ochranou rodinného krbu a domácí pohody. Ženu, která nasazuje vlastní život a zdraví při služebních zákrocích nebo usměrňuje podnapilé hosty taneční zábavy, si dokáže představit jen málokdo.

Dle Tučka je zřejmé, že policisté a policistky mají více než z **55,4 % nepravidelnou pracovní dobu**, která se navíc v mnoha směrech liší od nepravidelné pracovní doby v jiných odvětvích jako například prodavačky či dělnické profese pracující ve směnách (Tuček, Friedlanderová, 2000).

Ženy jsou jistě vystaveny vyššímu tlaku ze strany svých kolegů – mužů a rovněž ze strany svých životních partnerů či druhů. Policistka je rovněž matkou, která se po skončení náročné směny musí věnovat svým dětem.

### ***1.5 Nápad trestné činnosti***

Pro názornost je potřeba uvést některé příklady související s traumatizujícími zážitky pracovníků Policie ČR, kteří jsou v rámci svého služebního působení nuceni na uvedených případech pracovat.

Z prostudované literatury a vlastní zkušenosti vím, že mezi nejvíce traumatizující skutečnosti, které zanechají své stopy na psychice zasahujícího policisty jednoznačně patří případy **vraždy** nebo **ublížení na zdraví**, kdy došlo k usmrcení člověka jinou osobou, dále případy **znásilnění** či zneužívání žen. K velice traumatizujícím zážitkům lze rovněž přiřadit **těžké dopravní nehody**, případy **sebevražd**, kdy je mrtvola silně znetvořena a nesmíme zapomenout ani na případy

**týrání svěřené osoby, zejména dětí a násilí páchané na starých nebo bezmocných osobách (viz Příloha 2 : obrázek 1 až 14)**

Podobné závěry uvádí i Čírtková, když mezi nejvíce stresogenně působící momenty v práci policistů jednoznačně zařazuje následující situace:

- **tragické okolnosti případu**
- **extrémní mrtvolý**
- **sdělování zprávy o úmrtí blízkým**
- **případy náhlého úmrtí dítěte v rodině a podobně (Čírtková, 1996).**

V roce 2006 bylo hlášeno v celé České republice celkem 336 446 trestných činů. Z tohoto množství bylo 19 402 činů násilných a 1615 mravnostních. Došlo ke 187 965 dopravním nehodám v jejichž důsledku bylo zraněno 28 221 osob a 956 osob bylo usmrceno (<http://essk.pcr.cz/essk> a <http://www.mvcr.cz/statistiky/index.html>).

Rovněž v Jihočeském kraji dochází k páchání zvláště závažné trestné činnosti. Dle statistik bylo v roce 2006 hlášeno na tomto území 17 377 trestných činů. Z tohoto počtu bylo 13 případů vražd, 1 234 násilných trestných činů, 109 mravnostních trestných činů a 103 sebevražd ([http://essk.pcr.cz/essk/\\_sebevrazdy/asp](http://essk.pcr.cz/essk/_sebevrazdy/asp)).

V této souvislosti je potřeba uvést, že v případech násilné trestné činnosti – v tomto případě vražd spáchaných na území Jihočeského kraje se daří odhalovat pachatele těchto skutků se 100 % ním úspěchem (<http://www.mvcr.cz/statistiky/index.html>).

## 1.6 Práce policistů na místě trestného činu

Postupy všech policistů při plnění úkolů v trestním řízení jsou podrobně upraveny ve služebním předpise, kterým je Závazný pokyn policejního prezidenta č.130/ 2001. Systém a obsah pracovní činnosti výjezdové skupiny a hlavní úkoly výjezdové skupiny jsou podrobně popsány v čl. 10 a čl. 11. Rovněž práce na místě trestného činu je podrobně popsána ve vnitřních nařízeních a služebních předpisech, ve kterých jsou podrobně rozpracovány jednotlivé úkoly konkrétních specialistů (**ZPPP č.4/2000, č. 100/2001 a č. 130/2001**).

Pokud se zabýváme prací policistů, služebně zařazených u složky Služby kriminální policie a vyšetřování, je potřeba si uvědomit, že na místo činu se dostaví tzv. výjezdová skupina, ve které jsou zástupci vyšetřovatelů, kriminalistů a specialistů Odboru kriminalistické techniky a expertiz – stručněji techniků. Celá skupina tvoří jednotný celek, většinou jde o zkušené policisty, kteří na místě mají konkrétní specifické úkoly.



Vyšetřovatelé mají na starosti zejména protokolování konkrétní situace na místě, zde se jedná o „Protokol o ohledání místa činu“, „Výslechy svědků či poškozených“. Pracovník kriminální služby na místě a v jeho okolí pátrá po dalších skutečnostech, které by mohly souviset se spáchaným činem. V kruzích policie se tomuto postupu říká – pátrání po horké stopě.

Technik specialista mezitím podrobně prohledává místo činu, zajišťuje veškeré dostupné stopy a vše pak následně dokumentuje pomocí fotografického přístroje a videokamery. Rovněž se na místě činu pořizuje náčrtek a plánek tohoto místa (**ZPPP č.4 /2000, č.100/2001 a č. 130/2001**). Ve všech případech se práce jednotlivých členů výjezdové skupiny velice prolíná a jde o jednotnou a systematickou práci celého kolektivu s jedním jediným cílem. Tím je co nejrychlejší odhalení pachatele, jeho usvědčení a předání ke spravedlivému potrestání. Po skončení práce na místě činu se však provádí celá řada jiných úkonů, které rovněž souvisí se spáchaným trestným

činem. I v těchto následných činnostech jsou zapojeni naši policisté z výjezdové skupiny.

### ***1.7 Jak účinně bojovat proti stresu***

Problém boje proti stresu si můžeme rozdělit podle toho, jak lidé ke stresové situaci přistupují. Obecně lze konstatovat, že existují tři základní přístupy:

**I. - Popírající nebo ústupový** – jedinec podvědomě překrucuje skutečnost a doufá, že se situace nějak vyřeší bez jeho zásahu. Může mít i strach z konfrontace a situaci popírá.

**II. - Únik od skutečnosti** – jde zejména o odvrácení se k náhražkovým aktivitám jako je kouření, pití alkoholu, užívání léků či drog a v neposlední řadě i k patologickému hráčství (sázky, hrací automaty).

**III. - Vědomá snaha vzniklou situaci řešit** – v tomto případě si člověk svou pozici uvědomuje a snaží se ji změnit, nacvičit si dovednosti nebo jde o změnu pohledu na situaci (**Praško, Prašková, 2001**).

Pro úspěšné řešení problému je nejdůležitější věřit, že se věci **dají změnit**. Důležitá je víra v samotného člověka, že je schopen dosáhnout cíle, něco nového se naučit a nezapomínat se po úspěchu odměnit. Mezi základy patří dovednost, která se dá postupem času naučit a rovněž plánování činností. Plán má několik částí:

- je potřeba si definovat problém,
- stanovit cíl,
- konkretizovat problém,
- vypracovat si vhodnou strategii řešení problému.

V další fázi dochází k výběru strategií a časovému plánu, k hodnocení problému, sebeodměňování a postupnému vypouštění (**Praško, Prašková 2001**).

Nesmíme zapomenout ani na proces relaxace, která je přirozeným způsobem, jak dostat problém a následnou stresovou situaci pod kontrolu. Během relaxace dochází k postupnému zklidnění nervových funkcí, zklidňuje se činnost sympatiku a zvyšuje účinek parasympatiku. Tím se zabraňuje pokračování stresové reakce, snižuje se napětí v těle a harmonizuje se psychický stav.

Základem je prevence. Autoři ve svých knihách uvádějí, že jde o přiměřenou fyzickou aktivitu, kvalitní a pravidelnou stravu, dodržování pitného režimu, dodržování biologických rytmů, pozitivní myšlení a vnitřní život (**Praško, Prašková, 2001**).

Na prvním místě je péče o své zdraví a tělesnou kondici. Patří sem správná životospráva, sport nebo jakékoliv pohybové aktivity. Nesmíme zapomenout ani na dostatek spánku. Důležité je celkové uvolnění, ke kterému nám může dopomoci i relaxační technika. Velice vhodný je antistresový program a cviky spinální sestavy (**Lukeš, 2001**).

### ***1.8 Syndrom vyhoření u policistů***

Každé povolání, jehož náplní je pomáhat lidem, má vedle své odbornosti ještě jeden významný prvek, kterým je vztah k ostatním lidem. Člověk potřebuje věřit druhému člověku, cítit lidský zájem a to zejména v případech kdy potřebuje pomoc. U lékařů jde o pomoc pacientovi, v sociálních službách pak rada nebo pomoc klientovi. Jde vždy o vztah profesionál – klient. Tato myšlenka je obsažena v názoru, že v těchto profesích je hlavním nástrojem pracovníka jeho osobnost (**Kopřiva, 2000**).

**Syndrom vyhoření** („burn – out syndrome“), byl z historického hlediska poprvé zmíněn až v roce 1974. Je popisován jako ztráta zájmu člověka o svou práci, citová

otupělost, trvalé pocity fyzické a psychické únavy, konflikty se spolupracovníky i s rodinou, zvýšená podrážděnost, kolísání nálad a nespokojenost až agresivita. Všeobecně lze říci, že k syndromu vyhoření dochází po častém prožívání negativních stresů.

Vlastní práce člověka se stává rutinou, špatně se rozhoduje a problémy řeší s velkými obtížemi. Není vzácností, že nakonec se obrací k **alkoholu a lékům**.

Syndrom vyhoření je popisován především u lidí pracujících s jinými lidmi. Jde o tzv. „pomáhající profese“, ke kterým řadíme zejména zdravotnický personál. Ale nesmíme zapomenout na skutečnost, že i lidé pracující v sociálních i jiných službách jsou tímto procesem ohroženi. Vyhoření profesionála je výsledek neustálého emočního tlaku a jde o bolestné zjištění, že nedokáže pomáhat lidem v nouzi, že již v sobě nemá nic, z čeho by mohl rozdávat (**Hawkins, Shohet, 2004**).

Samotný proces vyhoření je velice dlouhodobý a probíhá v určitých fázích:

- 1.) - **Nadšení** - Pracovník nastupuje do zaměstnání s určitými ideály a snaží se je realizovat . Je plný optimismu a vidí ve svém povolání především klady. Je ochoten pracovat i nad rámec svých pracovních povinností.
- 2.) - **Stagnace** - Jde o fázi, kdy pracovník začíná slevovat ze svých ideálů a nadšení. Práce s lidmi ho začíná obtěžovat a snaží se jejich kontaktům vyhýbat.
- 3.) - **Frustrace** - Člověk zažívá velké zklamání ze svého povolání a začíná uvažovat o svém odchodu.
- 4.) - **Apatie** - Pracovník se stává apatický jak k samotným lidem, tak i ke svým kolegům. Nemá zájem o další vzdělávání ve svém oboru.
- 5.) - **Vyhoření** - Jedná se o konečnou fázi tohoto dlouhého procesu. Jde o stav úplné vyčerpanosti a neangažovanosti (**Bartlová, Jobánková, 2001**).

Tomuto jevu lze včasným přístupem zabránit nebo jej úspěšně odvrátit pokud se s prevencí začne včas. Především je potřeba, aby si každý pracovník toto riziko uvědomoval a byl na něj připraven.

Pro úspěšné zvládnutí syndromu vyhoření je potřeba se radovat z darů života, těšit se z maličností, neustále vyhledávat vše, co je dobré. Důležité je ujasňování si priorit života, vědomé posilování pozitivních myšlenek a nahrazovat jimi strach a beznaděj. Jde o vědomé posilování smysluplnosti života (**Paulínová, 1998**).

## 2. Cíl práce a hypotézy

Cílem této diplomové práce je zjištění stylu prožívání, typů stresorů a obranných mechanismů na náhodně vybraném vzorku **50 žen a 50 mužů** služebně zařazených u složek **kriminální policie a vyšetřování** v Jihočeském kraji.

V souvislosti s cílem projektu byly stanoveny následující hypotézy:

***H 1: Policisté prožívají psychickou zátěž odlišným způsobem než ženy - policistky***

***H 2: Muži užívají jiné obranné mechanismy ke zvládnání stresu než ženy***

V původním zadání diplomové práce byla zařazena i hypotéza, která měla potvrdit či vyvrátit skutečnost, že jsou muži v průběhu profese stresováni méně faktory než ženy. Vzhledem ke skutečnosti, že byl k výzkumu využit standardizovaný dotazník, který neobsahoval dostatečné množství otázek zaměřených na konkrétní problematiku a nebylo by tudíž možno dostatečně kvalifikovaně tuto hypotézu obhájit nebo vyvrátit, byla tato hypotéza z výzkumu vyřazena.

Obě hypotézy jsem si určil na základě studia odborné literatury Dr. Čírtkové, která je přední policejní psycholožkou a na toto téma publikovala celou řadu příspěvků. Rovněž studiem odborné literatury s tématem metod hodnocení psychosociální zátěže, kterou vypracovali autoři Hladký a Žídková. V těchto materiálech jsou uvedeny způsoby pracovního přetížení člověka, jeho vysoké či naopak nedostatečné zátěže v rámci konkrétního povolání. Protože je pracovní zátěž spojena i s pracovními podmínkami, které jsou u Policie České republiky značně specifické a jedinečné, musí je policista v rámci svých adaptačních možností zvládnout.

V současné době dochází v tomto povolání k nárůstu počtu zaměstnaných žen. Na základě konzultací s vedoucím práce PhDr. Lukešem, který se obdobnou problematikou zabývá, byly obě hypotézy sestaveny a použity v této práci.

Předmětem této diplomové práce je tak zjištění rozdílů v prožívání psychické zátěže mezi jednotlivými pohlavími v rámci Policie České republiky, konkrétně

policistů Služby kriminální policie a vyšetřování v Jihočeském kraji a potvrzení domněnky, že muži prožívají psychickou zátěž odlišným způsobem a rovněž užívají jiné obranné mechanismy ke zvládnání stresu než ženy.

Objektem zkoumání této diplomové práce jsou policisté a policistky, které spojuje společné služební zařazení u konkrétní součásti policie. Zúčastňují se výjezdů na místa spáchaných závažných trestných činů a neštěstí, aktivně je vyšetřují, zajišťují stopy, důkazy a dokumentují tato místa. Nelze opomenout ani skutečnost, že následně provádí i další úkony v trestním řízení.

### 3. Metodika

#### 3.1 Použité metody sběru dat

Pro získání dat potřebných pro dosažení stanoveného cíle byla použita základní technika sběru dat: dotazníkové šetření v cílové skupině a byly rovněž využity poznatky získané studiem literatury.

Před vlastní dotazník byly vloženy otázky, které specifikovaly základní údaje o respondentech, jejich pohlaví, věku a délce služby u Policie České republiky. Nejdůležitější byla položka „pohlaví“, která jednoznačně rozdělila vyplněné dotazníky do dvou skupin.

K této práci byl společně s vedoucím práce zvolen jako nejvhodnější standardizovaný *Dotazník proaktivního zvládnání životních nároků ve verzi 8/2006*, který byl zapůjčen autory paní Šolcovou Ivou a Lukavským Jiřím z Psychologického ústavu Akademie věd České republiky (**česká verze testu – *Reakce na každodenní události*, viz. Příloha 1**). Uvedený dotazník obsahoval 55 otázek strukturovaných do 7 následujících škál:

1. **Proaktivní řešení situací**
2. **Reflektivní řešení situací**
3. **Strategické plánování**
4. **Preventivní zvládnání situací**
5. **Vyhledávání instrumentální opory**
6. **Vyhledávání emoční opory**
7. **Vyhýbání se řešení situace**

Položky v uvedeném dotazníku měly formu uzavřenou a měly charakter oznamovacích vět formulovaných v první osobě, které respondent hodnotil na škále „*nepravdivé*“, „*nepříliš pravdivé*“, „*celkem pravdivé*“ a „*naprosto pravdivé*“.

Cílem dotazníku je zachytit multidimenzionalitu obsaženou v různých aspektech zvládnání problémů jednotlivců. Otázky jsou sestaveny na základě analýzy odpovědí studentů a psychologů na otevřené otázky týkající se problémů řešených v nedávné minulosti, způsobů jejich řešení a souvisejících emocí.

Navržené otázky byly kategorizovány podle teorie proaktivního zvládnání a podrobeny psychometrické analýze, z níž bylo vybráno 52 položek tvořících 6 výše uvedených škál a k nim byla přidána 7. škála čítající 3 položky – **Vyhýbání se řešení situace**.

Původní dotazník byl sestaven na vzorku 252 kanadských vysokoškolských studentů a ověřován na 144 Kanadanech polského původu. K dispozici jsou také data polského souboru 220 studentů. Dotazník byl vypracováván již od roku 1998 E. Greenglassovou a postihuje proaktivní zvládnání stresogenních nároků.

Dotazník předložený v této diplomové práci byl v České republice testován na 176 vysokoškolských studentech.

Podle Kozlové má dotazník zahrnovat všechny podstatné problémy, na které hledáme odpověď. I v tomto případě byly otázky kladené respondentovi jasné, zřetelné, jednoznačné, aby bylo možné pravdivě odpovídat bez dlouhého rozmýšlení ([http://www.eamos.cz/amos/ksb/externi/ksb\\_305/index.htm](http://www.eamos.cz/amos/ksb/externi/ksb_305/index.htm)).

Výzkum byl prováděn v období měsíce říjen 2006, samotné zpracování a vyhodnocování dotazníků bylo prováděno v měsíci prosinec 2006 až leden 2007. Bylo k dispozici 110 dotazníků, celkem 99 respondentů dotazník umístilo do zapečetěných schránek na chodbách jednotlivých pracovišť (návrtnost 89,99 %). Z uvedeného počtu muselo být 9 dotazníků vyřazeno z důvodu chybějícího údaje o pohlaví dotazovaného.

Tento údaj byl důležitý pro rozdělení dotazníků do 2 skupin podle pohlaví. K výzkumu bylo tedy použito celkem 48 dotazníků vyplněného muži (53,33 %) a 42 dotazníků, které zpracovaly ženy (46,67 %).

### 3.2 Charakteristika cílové populace

Před rokem 1990 pracovalo u tehdejšího Sboru národní bezpečnosti (SNB) na území Jihočeského kraje **1 658 příslušníků** a pouhých **18 žen** v uniformě nebo v civilním oděvu.

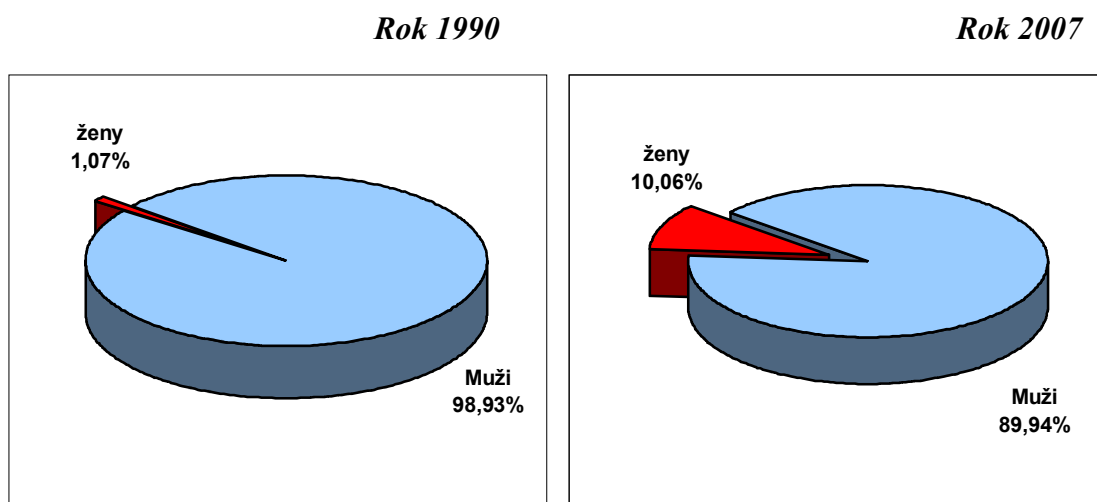
V současné době je v rámci Policie České republiky na tomtéž území zaměstnáno celkem **2 494 policistů**. Z tohoto počtu je **2 243 mužů** a **251 žen**. (viz. následující Tabulka 5 a Graf 4)

*Tabulka 5, Celkový počet policistů v Jihočeském kraji*

Celkový počet policistů v Jihočeském kraji		
Období	1990	2007
Muži	1658	2243
Ženy	18	251
Celkový počet	1676	2494

*Zdroj: Personální oddělení Policie ČR*

*Graf 4, Podíl žen a mužů Policie ČR v Jihočeském kraji v letech 1990 a 2007*



*Zdroj: Personální oddělení Policie ČR*

Protože se tato diplomová práce zabývá pracovníky kriminální policie musíme uvést skutečnost, že u *Služby kriminální policie a vyšetřování* v této lokalitě pracovalo k 1. lednu 2007 celkem **84** (12,74 %) žen a **575** (87,25 %) mužů. Pokud porovnáme uvedené počty s početními stavy v roce 1990, kdy v řadách tehdejší *Kriminální služby* pracovalo **480** (99,59 %) mužů a pouze **2** (0,41 %) ženy v přímém výkonu služby, můžeme konstatovat, že došlo k nárůstu počtu žen – kriminalistek o více než 12 %.

V následujících tabulkách 6, 7 a grafu 5 je názorně vidět věkové složení a vzrůstající počet žen v řadách kriminalistů v Jihočeském kraji:

**Tabulka 6, Počet příslušníků Kriminální služby v Jihočeském kraji pracujících v této složce SNB ke dni 1. ledna 1990:**

Věk	Muži	Ženy	Celkem
20 - 29	42	0	42
30 - 39	185	0	185
40 - 49	133	1	134
50 - 59	120	1	121
60 a více	0	0	0
<b>Celkový počet</b>	<b>480</b>	<b>2</b>	<b>482</b>

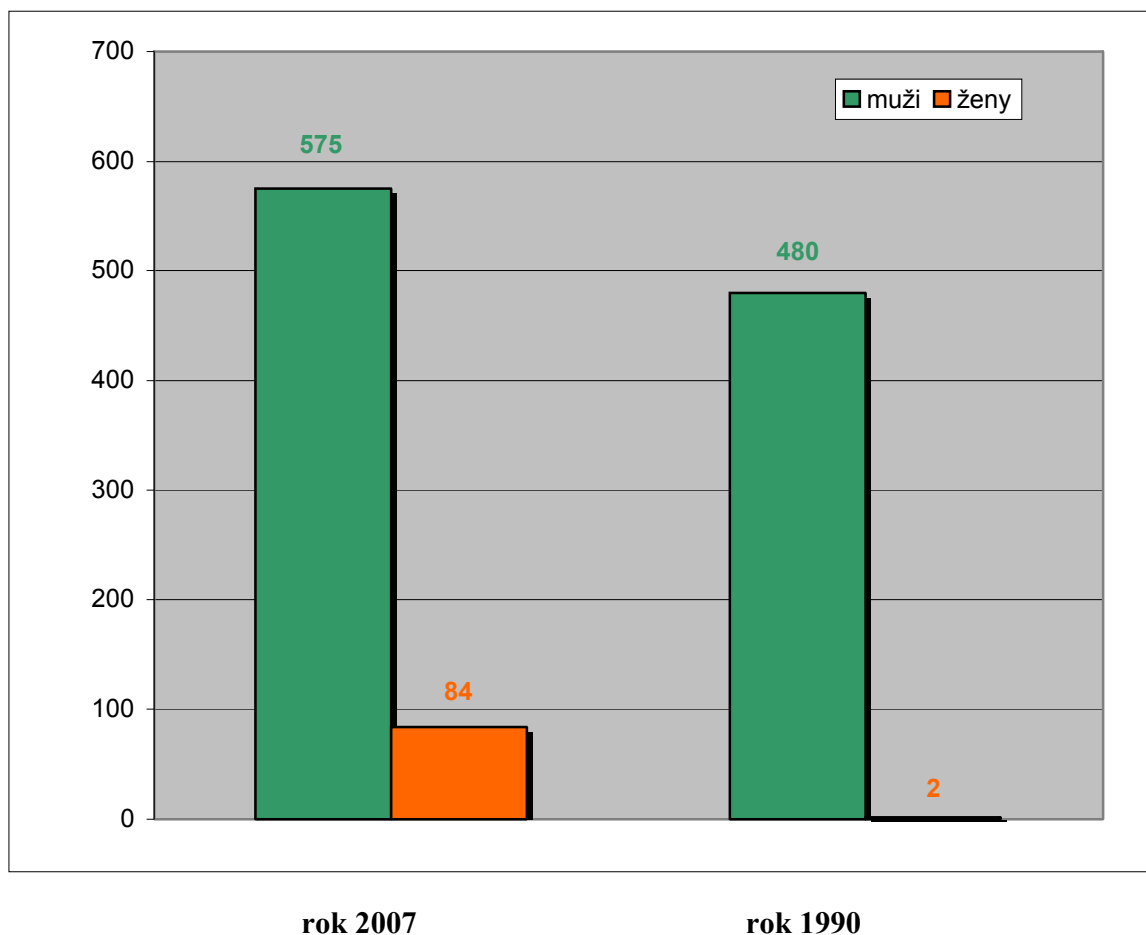
Zdroj: Personální oddělení Policie ČR

**Tabulka 7, Počet policistů Služby kriminální policie a vyšetřování v Jihočeském kraji ke dni 1. ledna 2007:**

Věk	Muži	Ženy	Celkem
20 - 29	62	14	76
30 - 39	227	34	261
40 - 49	152	28	180
50 - 59	133	8	141
60 a více	1	0	1
<b>Celkový počet</b>	<b>575</b>	<b>84</b>	<b>659</b>

Zdroj: Personální oddělení Policie ČR

**Graf 5 , Srovnání celkového počtu mužů a žen pracujících u složek kriminální služby v Jihočeském kraji v letech 2007 a 1990**



*Zdroj: Personální oddělení Policie ČR*

Na teritoriu Jihočeského kraje je umístěno celkem 8 okresních ředitelství Policie ČR a samostatně Správa Jihočeského kraje Policie ČR. V každé této součásti je pak Služba kriminální policie a vyšetřování, pod kterou spadají na jednotlivých okresních ředitelstvích i jednotlivá oddělení kriminalistické techniky a na Správě Jč. kraje v Českých Budějovicích je ke kriminální službě zařazen také Odbor kriminalistické techniky a expertiz.

Pro účely této práce a z důvodu objektivního zkoumání jsem požádal o souhlas s provedením dotazníkového šetření jednotlivé vedoucí Služby kriminální policie a vyšetřování v každém okrese a na Správě Jihočeského kraje v Českých Budějovicích. Před konáním porady na jednotlivých oddělení jsem osobně vysvětlil cíl této práce a důvody dotazníkového šetření. Všichni policisté byli poučeni o způsobu vyplnění dotazníku, jeho anonymitě, dobrovolnosti a způsobu odevzdání. Tyto dotazníky pak byly volně přístupné na chodbách shora uvedených součástí a následně je vyplnili policisté, kteří projevíli zájem o zodpovězení předložených otázek.

Vypracované materiály pak vložili do předem připravené zapečetěné schránky, která byla umístěna rovněž na chodbách každého oddělení po dobu 1 týdne. Poté byly vyplněné dotazníky vyzvednuty a shromážděny k vyhodnocení. Cílem bylo získání dostatečného počtu správně vyplněných dotazníků.

Do výzkumu bylo zařazeno celkem 90 dotazníků (návrstnost činila 89,99 %), které splňovaly všechny podmínky pro vyhodnocení. V uvedeném souboru bylo 48 dotazníků vyplněných muži (53,33 %) a celkem 42 dotazníků, které vyplnily ženy (46,67 %).

Byla tak oslovena přibližně každá **druhá žena** a každý **dvanáctý muž**. Jedná se o policisty, kteří pracují v občanském (civilním) oděvu a jsou členy výjezdových skupin, které se zabývají zajišťováním, zadokumentováním a vyhodnocováním důkazů potřebných pro trestní řízení.

Věkový průměr zkoumaného souboru mužů byl 41,75 let (meridián 42 let) a délka služby 19,8 roku (meridián 20 let)

Věkový průměr zkoumaného souboru žen byl 34,67 let (meridián 35 let) při délce služby v Policii České republiky 9,6 roku (meridián 10 let).

## 4. Výsledky

V uvedeném výzkumu bylo porovnáváno celkem 90 dotazníků, které splňovaly všechna kritéria autora diplomové práce. Dotazníky byly rozděleny na dvě skupiny podle pohlaví respondentů. Původně bylo k dispozici celkem 110 dotazníků, k vyhodnocení se vrátilo 99 dotazníků což činilo 89,99 %. Z tohoto počtu muselo být ještě 9 vyřazeno z důvodu chybějícího údaje o pohlaví respondenta. Základem výpočtů bylo tak 90 dotazníků (bráno jako 100 %).

Dotazníky byly rozděleny podle pohlaví – 48 mužů a 42 žen, což činilo 53,33 % a 46,67 % z celkového počtu správně vyplněných dotazníků.

Autor se poté zabýval vyhodnocováním jednotlivých škál dotazníku v souvislostech a vzájemném porovnávání mezi jednotlivými pohlavími, kde vyhledával jednotlivé rozdíly v odpovědích na konkrétně daná tvrzení v uvedeném dotazníku. Všechna tvrzení se týkala možných reakcí respondentů na rozmanité situace. Respondenti byli požádáni, aby se vyjádřili jak pravdivá jsou daná tvrzení podle toho, jak by se v dané situaci cítili.

### 4.1 *Proaktivní řešení situací*

**Proaktivní řešení situací** kombinuje samostatné vytyčování cílů, úvahy a chování zaměřené na jejich dosahování. Motivace proaktivního zvládnání je pozitivní, situace jsou hodnoceny spíše jako výzvy. Proaktivní řešení situací je zaměřené dopředu, do budoucna. Je tvořeno úsilím vybudovat si zdroje, jež usnadní prosazení vytčených cílů a osobnostní růst

Uvedená škála obsahovala v dotazníku celkem 14 položek. Skóry (hodnoty 1–4) se u jednotlivých otázek sčítaly, u tvrzení číslo **8, 45 a 55** je pak škála obrácená.

To v praxi znamená, že se skórování obrací kvůli průměru za škálu, pokud odpovídají 4 – počítáme 1, pokud 3 - počítáme 2 atd.. Význam škály se tím ale nijak nemění, pokud respondenti odpovídají na konstatování „cítím se být poražený“ odpovědi např. 4 (tvrzení naprosto pravdivé), tak se cítí být skutečně poražený.

Tvrzení u nichž byla škála obrácená jsou v následující tabulce 8 označeny symbolem ( - ) :

**Tabulka 8, Proaktivní řešení situací**

Číslo	Položka	ženy	muži
1	Když se vyskytne problém, jsem ten, kdo se ho ujme.	2,81	2,92
8	Snažím se nechávat věcem volný průběh. ( - )	2,38	3
15	Jakmile dosáhnu svého cíle, hledám další a složitější.	2,14	2,29
22	Mám rád/a výzvy a překonávání překážek.	2,38	2,54
28	Zaobírám se svými sny a snažím se je naplnit.	2,05	2,29
33	Navzdory četným překážkám se mi většinou daří dosáhnout čeho chci.	2,81	2,88
37	Snažím se zjistit, co přesně potřebuji, abych uspěl/a.	3,1	3,17
41	Vždycky se snažím najít způsob, jak překonávat překážky.	2,91	2,92
45	Vnímám své časté neúspěchy, a proto si nedělám plané naděje. ( - )	3	3,04
48	Když žádám o místo, tak si na něm sám/samu sebe představuji.	2,62	2,46
51	Komplikace a překážky vnímám jako pozitivní zkušenosti.	3,24	3
53	Jestliže mi někdo tvrdí, že něco nedokážu, můžete si být jisti, že dokážu.	2,67	2,46
54	Když narazím na problém, pustím se iniciativně do jeho řešení.	2,91	2,92
55	Mám-li problém, obvykle se vidím na straně poražených. ( - )	2,95	3,33

*Zdroj: Vlastní výzkum*

Na tvrzení č. 1 – *Když se vyskytne problém, jsem ten, kdo se ho ujme* obě sledované skupiny odpovídaly téměř shodně, ženy 2,81, muži 2,92 ( rozdíl 0,11 bodu ). Hodnoty se přibližují k možnosti „celkem pravdivé“, lze tedy konstatovat, že pokud dojde k nepředvídatelným okolnostem jsou muži i ženy u Policie České republiky připraveni se úkolu zcela zodpovědně ujmout.

V položce č. 8 – *Snažím se nechávat věcem volný průběh* odpovídaly ženy s průměrem skóru 2,38 a muži s průměrem 3. Rozdíl tedy činil 0,62 bodu. V tomto případě obracíme skórování tohoto tvrzení. Z uvedeného výsledku lze odvodit, že muži

se více snaží ovlivnit různé situace, aktivněji do nich vstupují a snaží se je řídit. Muži nejčastěji odpovídali na toto tvrzení „nepříliš pravdivé“. Ženy spíše nechávají věcem volný průběh, čekají jak konkrétní situace dopadne a řeší ji později s rozvahou .

V položce č. 15 – *Jakmile dosáhnu svého cíle, hledám další a složitější* se obě skupiny přibližně shodují v rozmezí 2,14 – 2,29 bodu (rozdíl 0,15). Hodnota skóru kolem 2 značí odpověď „nepříliš pravdivá“ a proto lze usuzovat, že muži i ženy na tuto otázku odpovídali nejčastěji tak, že nehledají další složitější cíle po dosažení cíle předcházejícího.

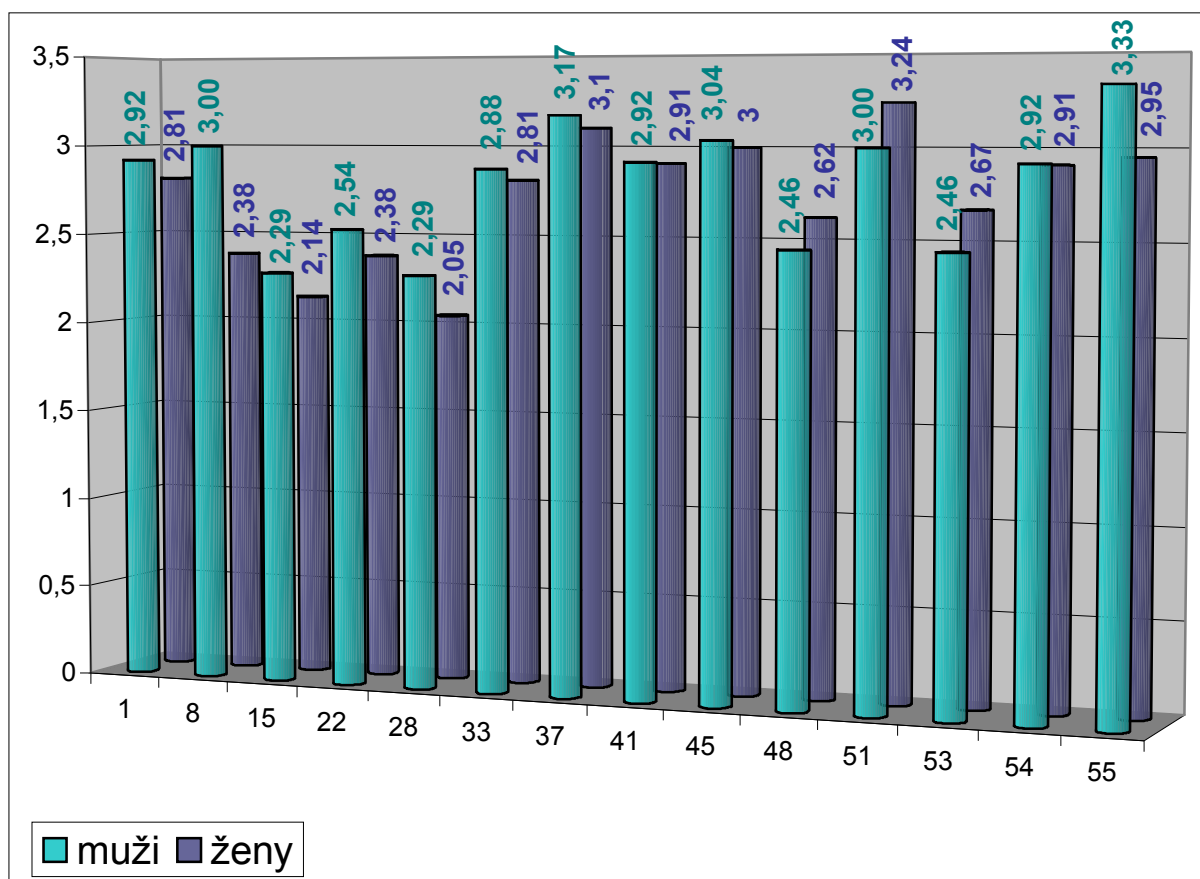
V případě otázky č. 22 – *Mám rád/a výzvy a překonávání překážek* ženy získaly skór s hodnotou 2,38 a muži hodnotu 2,54 (rozdíl 0,16). V tomto bodě se obě pohlaví shodují, spíše se přiklánějí ke skutečnosti, že výzvy a překonávání překážek mají v oblibě.

Rozdíl 0,24 bodu byl zaznamenán u tvrzení s pořadovým číslem 28 – *Zaobírám se svými sny a snažím se je naplnit*. Ženám toto tvrzení nepřipadá příliš pravdivé (hodnota skóru 2,05), zatímco muži (hodnota 2,29) jsou více směřováni k uskutečňování svých snů.

U tvrzení č. 45 - *Vnímám své časté neúspěchy, a proto si nedělám plané naděje* byly naměřeny vysoké hodnoty u mužů i u žen. Muži dosáhly skóru 3,04 bodu a ženy pak skóru 3 body. Obě pohlaví se tedy téměř neliší. Výsledek by mohl svědčit o skutečnosti, že policisté i policistky velice intenzivně vnímají své časté neúspěchy a proto si nedělají plané naděje. Nesmíme zapomenout na skutečnost, že toto tvrzení musíme hodnotit s obráceným skórováním, takže ženy i muži u sledovaného souboru na toto tvrzení nejčastěji odpovídali, že jde o „nepříliš pravdivý výrok“. Z toho lze odvodit, že policisté i policistky příliš neprožívají své neúspěchy a nejsou jimi ovlivňováni v další přípravě na řešení budoucích životních situací. Berou život i s jeho negativními stránkami takový jaký je, jsou si vědomi toho, že v životě přichází i celá řada neúspěchů, které je potřeba řešit.

Grafické znázornění škály č.1 - Proaktivní řešení situací je uvedeno v následujícím grafu 6 :

**Graf 6 , Proaktivní řešení situací**



Zdroj: Vlastní výzkum

U položek s čísly **33**, **37**, **41** a **54** tedy: *Navzdory četným překážkám se mi většinou daří dosáhnout, čeho chci (č. 33), Snažím se zjistit, co přesně potřebuji, abych uspěl/a (č. 37), Vždycky se snažím najít způsob, jak překonat překážky. Nic mne doopravdy nezastaví (č. 41) a položce č. 54 – Když narazím na problém, pustím se iniciativně do jeho řešení nebylo zjištěno podstatných rozdílů mezi jednotlivými skupinami respondentů.*

Na tvrzení č. 48 – *Když žádám o místo, tak si na něm sama sebe / samu sebe představuji* odpovídaly ženy častěji (2,62 bodu), že si tuto možnost představují než muži (skór 2,46).

Odpověď na č. 51 – *Komplikace a překážky vnímám jako pozitivní zkušenosti* byla s výsledkem 3,24 u žen a 3,00 pro muže poměrně vysoce hodnocena a svědčí o skutečnosti, že obě zkoumané skupiny počítají s komplikacemi a překonáváním překážek a vnímají je jako nedílnou součást života. Z těchto problémů se poučí a vytvářejí si nové vzorce chování zaměřené do budoucnosti. Z odpovědi na toto tvrzení vyplývá, že ženy vnímají překážky jako pozitivní zkušenost ve větší míře než muži.

Tvrzení č. 53 – *Jestliže mi někdo tvrdí, že něco nedokážu, můžete si být jisti, že dokážu* častěji jako pravdivé uváděly ženy se skórem 2,67 (muži 2,46). Uvedený výsledek dokazuje, že ženy jsou více cílevědomé, nenechají se tak často odradit a jdou si za svým cílem aby dokázaly, že žena není slabší pohlaví a dokáže stejné věci jako muž.

Poměrně značně vysokých skórů bylo dosaženo u obou skupin ve tvrzení č. 55 – *Mám-li problém, obvykle se vidím na straně poražených* kde muži dosáhli hodnoty skóru 3,33 bodu a ženy 2,95 bodu (rozdíl 0,38). V případě tohoto výsledku nesmíme zapomenout na skutečnost, že toto tvrzení musíme hodnotit opět s obráceným skórováním, takže ženy i muži u sledovaného souboru na toto tvrzení nejčastěji odpovídali tak, že jde o „nepříliš pravdivý výrok“. Muži častěji uváděli, že jde o výrok „zcela nepravdivý“. Z výsledku tedy vyplývá, že muži v případě řešení problému se zcela jistě nevidí na straně poražených. U žen bylo dosaženo přibližně stejného výsledku. V případě tohoto výzkumu lze konstatovat, že se jedná o policisty s mnoha životními zkušenostmi, kteří jsou zvyklí řešit složité problémy a to jak při jejich složité práci, tak i v běžném životě v rodinách mezi svými blízkými.

## 4.2 Reflektivní řešení situací

**Reflektivní řešení situací** vystihuje přemýšlení nad možnými variantami chování, srovnávání jejich účinku a generování plánů dalšího postupu. Uvedená škála obsahovala celkem 11 tvrzení. Výsledky zkoumání jsou uvedeny v následující tabulce 9:

**Tabulka 9, Reflektivní řešení situací**

Číslo	Položka	ženy	muži
2	Představuji si sám/sama sebe při řešení složitých problémů.	2,57	2,63
9	Obvykle přemýšlím o různých možnostech řešení problému, než abych jednal/a impulzivně.	3	3,29
16	V duchu si procházím mnoho rozmanitých scénářů, abych se připravil/a na všemožné vyústění situace.	2,71	2,92
23	Přistupuji k problému tak, že přemýšlím o různých reálných možnostech jeho řešení.	3,05	3,38
29	Mám-li problém se spolupracovníky, rodinou či přáteli, představuji si dopředu, jak s nimi problém úspěšně vyřídím.	2,81	2,96
34	Než se pustím do složitého úkolu, představuji si jeho úspěšné zvládnutí.	2,48	2,96
38	Teprve až když mám problém pečlivě promyšlený, začnu jednat.	2,48	2,75
42	Představuji si, jak úspěšně řeším složitý problém předtím, než se do něj doopravdy pustím.	2,14	3
46	K problému přistupuji z různých úhlů, dokud nepřijdu na vhodný postup.	2,91	3,21
49	Dojde-li k vážným nedorozuměním se spolupracovníky, členy rodiny či s přáteli, vyzkouším si dopředu, jak s nimi budu jednat.	2,38	2,33
52	Než se pustím do řešení problému, přemýšlím o každém jeho možném výsledku.	2,76	3,13

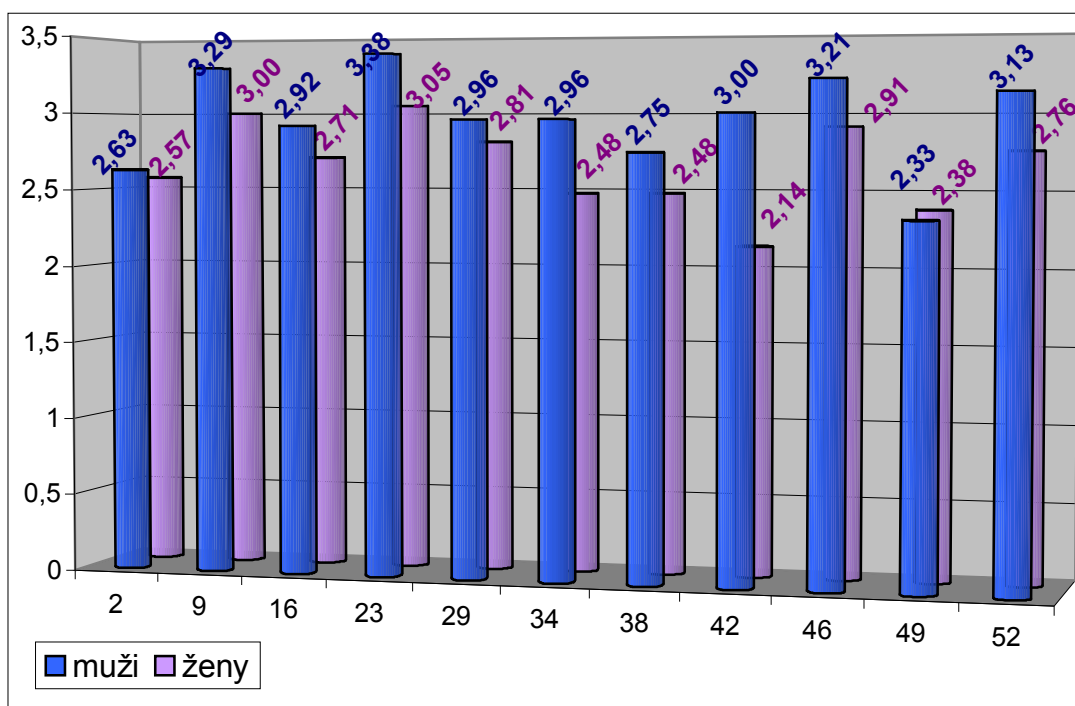
*Zdroj: Vlastní výzkum*

V položce tvrzení č. 2 – *Představuji si sám/sama sebe při řešení složitých problémů* obě sledované skupiny dosáhli obdobného výsledku – ženy 2,57 bodu a muži 2,63 bodu. Rozdíl byl zcela minimální (0,06 bodu) a z hlediska statistického nepodstatný. Respondenti si většinou představují svou osobu v obtížných situacích a při řešení složitých problémů s uspokojením, že daný problém zvládnou.

Poměrně vysokého skóru bylo dosaženo v odpovědi č. 9 – *Obvykle přemýšlím o různých možnostech řešení problému, než abych jednal/a impulzivně* kdy ženy odpovídaly že tvrzení je „celkem pravdivé“ – průměr 3 body a muži pak měli skóre ještě vyšší 3,29 – přikláněli se častěji ke tvrzení „naprosto pravdivé“. Tento výsledek je pravděpodobně zapříčiněn skutečností, že se jedná o zkušené policisty, kteří jsou ve svém zaměstnání nuceni uvažovat racionálně a promýšlet vždy jednotlivé kroky vedoucí k objasnění konkrétního případu.

Položky č. 16, 29 a 49 tedy tvrzení *V duchu si procházím mnoho rozmanitých scénářů, abych se připravil/a na všemožné vyústění situace (č. 16), Mám-li problém se spolupracovníky, rodinou či přáteli, představuji si dopředu, jak s nimi problém úspěšně vyřídím (č. 29) a Dojde-li k vážným nedorozuměním se spolupracovníky, členy rodiny či s přáteli, vyzkouším si dopředu, jak s nimi budu jednat (č. 49)* přinesly pouze malé rozdíly mezi muži a ženami v rozmezí 0,05 – 0,21 bodu. Grafické znázornění dané škály je uvedeno v následujícím grafu 7:

**Graf 7, Reflektivní řešení situací**



Zdroj: Vlastní výzkum

Vysokého skóru bylo dosaženo ve tvrzení č. 23 – *Přistupuji k problému tak, že přemýšlím o různých reálných možnostech jeho řešení.* Ženy dosáhly 3,05 bodu a muži 3,38 bodu (rozdíl 0,33). Zde je patrné, že obě skupiny o problému více uvažují, předem si upravují postup jeho řešení, aby jej bylo možno snadněji zvládnout.

Velkého rozdílu mezi ženami a muži bylo v položce č. 34 – *Než se pustím do složitějšího úkolu, představuji si jeho úspěšné zvládnutí.* U žen bylo dosaženo 2,48 bodu a u mužů 2,96 (rozdíl skóre 0,48). Muži si častěji představují úspěšný výsledek při plnění svěřeného úkolu než ženy.

Tvrzení č. 38 – *Teprve až když mám problém pečlivě promyšlený, začnu jednat* označili jako „celkem pravdivé“ častěji muži, kteří získali skóre 2,75 bodu a ženy pak 2,48 bodu. Podle výsledku lze usuzovat, že muži jsou v řešení problému rozvážnější a na problém se více připravují.

Významný rozdíl mezi pohlavími zjišťujeme u tvrzení č. 42 – *Představuji si, jak úspěšně řeším složitý problém předtím, než se do něj doopravdy pustím.* V tomto případě muži získaly skóre 3 body a ženy 2,14. Zde je statisticky významný rozdíl 0,86 bodu. Muži si daleko častěji představují postup při řešení složitějšího problému než ženy. Pro ženy je toto tvrzení „spíše nepravdivé“.

Ke tvrzení č. 46 – *K problému přistupuji z různých úhlů, dokud nepřijdu na vhodný postup* lze dodat, že muži dosáhli 3,21 bodu, což ukazuje na skutečnost, že tato skupina se mnohem častěji zabývá různými postupy ve zvládnání problému. Muži přemýšlí o různých variantách řešení a po zjištění vhodného postupu jej pak realizují. Ženy měly skóre 2,91 bodu, tedy s rozdílem 0,3.

Rozdílu 0,37 bodu bylo dosaženo u tvrzení č. 52 – *Než se pustím do řešení problému, přemýšlím o každém jeho možném výsledku,* kdy muži měli skóre 3,13 a ženy pak 2,76 bodu. Zde lze opět konstatovat, že muži si daleko častěji podrobně představují možné způsoby řešení problému, uvažují i o možných výsledcích a hledají nejvhodnější způsoby jeho řešení.

### 4.3 Strategické plánování

**Strategické plánování** odpovídá vytváření rozvrhů akcí potřebných k dosažení cíle a rozčleňování složitých úkolů na menší jednotky. Uvedená škála obsahovala celkem 4 tvrzení na které respondenti odpovídali. Výsledky jsou uvedeny v následující tabulce 10 :

**Tabulka 10, Strategické plánování**

Číslo	Položka	ženy	muži
3	Často najdu způsob, jak rozložit komplikované problémy na jejich zvládnutelné složky.	2,95	3,21
10	Udělám si plán a držím se ho.	2,71	2,83
17	Rozložím problém na menší části a pracuji na nich postupně.	3	2,92
24	Udělám si seznam a snažím se nejprve zaměřit na ty nejdůležitější věci.	2,71	3,08

*Zdroj: Vlastní výzkum*

Ve škále č. 3 - **Strategické plánování** se jednotlivá pohlaví výrazněji nelišila. Rozdíly v rozmezí 0,26 – 0,37 byly zaznamenány u tvrzení s pořadovými čísly 3 a 24.

V případě tvrzení č. 3 – *Často najdu způsob, jak rozložit komplikované problémy na jejich zvládnutelné složky* odpovídali muži častěji „naprosto pravdivé“ a dosáhli tak 3,21 bodu. Ženy získaly 2,95 bodu. Toto tvrzení je korespondující s minulou škálou, kde se potvrdila skutečnost, že muži si častěji představují zvládání složitých problémů a způsoby jejich řešení. V této škále strategického plánování je přiblížen postup zvládání složitých problémů u mužů, kdy si komplikované problémy rozloží na menší snáze zvládnutelné a ty pak řeší.

Muži si také častěji dělají plán a drží se ho jak je patrné z výsledku tvrzení č. 10. Muži – skór 2,83 bodu, ženy – 2,71 (rozdíl 0,12)

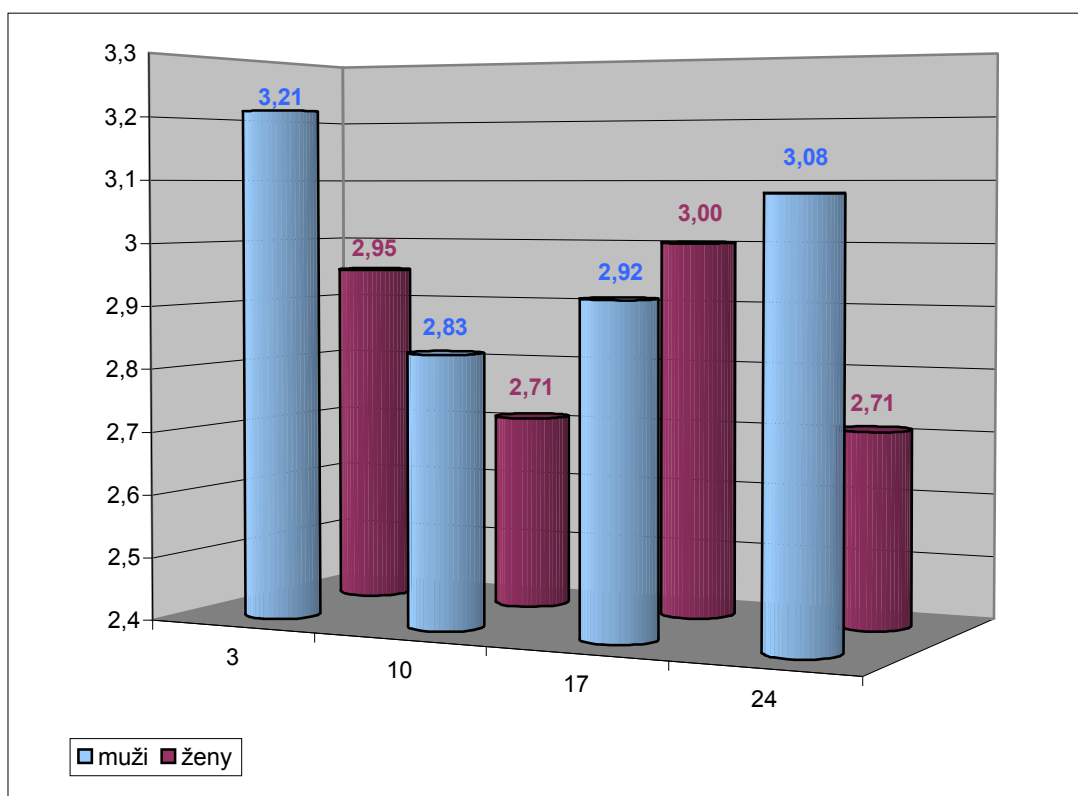
Tvrzení č. 17 – *Rozložím problém na menší části a pracuji na nich postupně* bylo záležitostí ženské části respondentů. Ženy získaly 3 body a muži 2,92 bodu. Při porovnání tvrzení č. 3 a č. 17 lze konstatovat, že ačkoliv statistický rozdíl byl v tomto případě zanedbatelný, ženy příliš často zbytečně nepřemýšlí nad problémem, rovnou si

jej rozdělí na části a řeší jej. U mužů je v úvodu zařazena fáze rozboru a sestavení postupu řešení problému.

Výsledek tvrzení č. 24 – *Udělám si seznam a snažím se zaměřit se nejprve na ty nejdůležitější věci* je v hodnotách 2,71 bodu pro ženy a 3,08 bodu pro muže. Muži si častěji vytvoří seznam podle důležitosti a podle něj pak řeší konkrétní problém.

Výsledky škály č. 3 - **Strategické plánování** jsou v grafické podobě v následujícím grafu 8 :

**Graf 8 , Strategické plánování**



*Zdroj: Vlastní výzkum*

#### 4.4 Preventivní zvládání situací

**Preventivní zvládání situací** spočívá ve vyhledávání možných budoucích stresorů a plánování potřebných akcí ještě dříve než stresory začnou působit. *Preventivní zvládání* se liší od *Proaktivního řešení* v tom, že je zaměřené na zvládání budoucích hrozeb, zatímco *Proaktivní řešení situací* na dosahování budoucích cílů. Do uvedené škály bylo zařazeno celkem 10 otázek.

Výsledky provedeného šetření jsou uvedeny v následující tabulce 11 :

**Tabulka 11, Preventivní zvládání situací**

Číslo	Položka	ženy	muži
4	Připravuji se na budoucí eventuality.	2,86	3,21
11	Než abych utratil/a každou korunu, snažím se to, co vydělám, šetřit na horší časy.	2,57	3,08
18	Připravuji se na nepříznivé události.	2,48	2,58
25	Dřív než dojde ke katastrofě, jsem dobře připraven/a na její následky.	2,33	2,5
30	Nejprve naplánuji strategii změny situace, pak začnu jednat.	2,76	2,79
35	Rozvíjím své pracovní schopnosti, abych se ochránil/a před ztrátou zaměstnání.	2,91	3,25
39	Dávám pozor, aby o mou rodinu bylo dobře postaráno a byla tak ochráněná před nepřízní osudu v budoucnosti.	3,48	3,63
43	Myslím dopředu, abych se vyhnul/a nebezpečným situacím.	3	3,04
47	Vymýšlím strategie, které, jak doufám, povedou k nejlepšímu možnému výsledku.	2,91	3,08
50	Snažím se nakládat s penězi tak, abych se ve stáří neocitl/a bez prostředků.	2,95	3,38

*Zdroj: Vlastní výzkum*

Ve škále č. 4 – **Preventivní zvládání situací**, bylo zařazeno celkem 10 tvrzení zaměřených na budoucí eventuality a způsoby zajištění jedince a jeho rodiny v případě nepříznivé životní situace jak po stránce finanční, tak i v souvislosti se sebevzděláváním, kterým tak respondent může předcházet ztrátě svého zaměstnání. Všechny skóry uvedených otázek se sčítaly.

Rozdíl mezi muži a ženami je patrný již u prvního tvrzení č. 4 – *Připravuji se na budoucí eventuality*. Ženy mají skór 2,86 a u mužů je pak hodnota 3,21 (rozdíl 0,35). Z uvedené odpovědi vyplývá, že policisté se častěji připravují na budoucí možné situace a následné komplikace, zatímco ženy pravděpodobně v menším měřítku.

Podle odpovědi na tvrzení č. 11 – *Než bych utratil/a každou korunu, snažím se to, co vydělám šetřit na horší časy* jsou „spořivější“ muži (skór 3,08) oproti ženám s výsledkem 2,57. Rozdíl v tomto případě činí 0,51 bodu.

Obě skupiny odpověděly na tvrzení č. 18, 25, 30, 43 a 47 jen s minimálními rozdíly, které nejsou pro tuto práci významné. Lze tedy konstatovat, že policisté i policistky ve zkoumaném souboru se shodují v otázkách: *Připravuji se na nepříznivé události (č. 18)*, *Dřív než dojde ke katastrofě – jsem dobře připraven/a na její následky (č. 25)*, *Nejprve naplánuji strategii změny situace – pak začnu jednat (č. 30)*, *Myslím dopředu, abych se vyhnul/a nebezpečným situacím (č. 43)* a tvrzení číslo 47 - *Vymýšlím strategie, které povedou k nejlepšímu výsledku*. Z výzkumu vyplývá, že obě skupiny se zamýšlejí a počítají s nepříznivými situacemi které v životě mohou nastat a aktivně přistupují k této problematice s cílem předcházet těmto situacím nebo je alespoň minimalizovat.

Rozdíl 0,34 bodu je v odpovědích na tvrzení č. 35 – *Rozvívám své pracovní schopnosti, abych se ochránil/a před ztrátou zaměstnání*, kdy muži se přiklánějí k pravdivosti tohoto výroku častěji (skór 3,25) než ženy (2,91 bodu). V tomto případě je tento jev zcela jednoduše vysvětlitelný z důvodu požadavku na vyšší odborné nebo vysokoškolské vzdělání, které mnoho mužů v současné době nesplňuje a jsou tudíž nuceni své vzdělání doplňovat. Protože ženy nastupují k Policii České republiky až v posledních letech, přichází do služebního poměru již s patřičným vzděláním a mají tak nižší skór než muži.

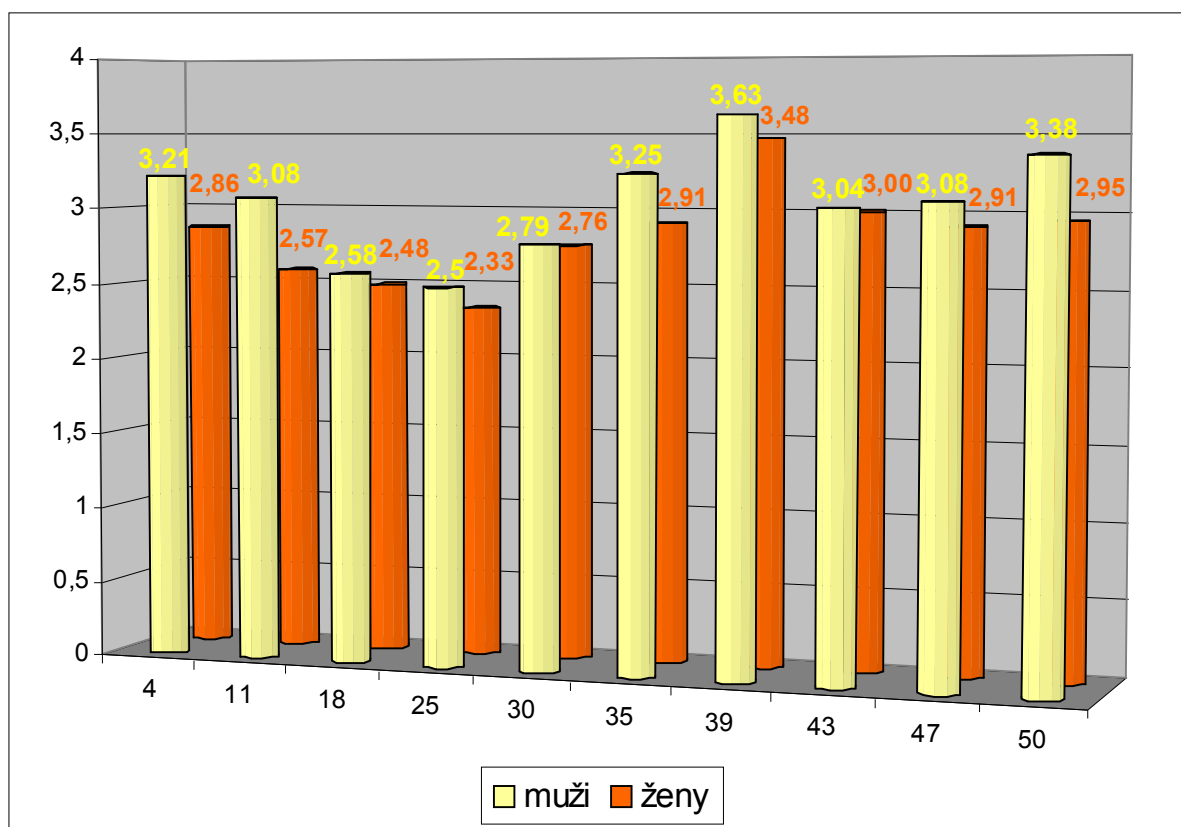
Ke tvrzení č. 50 – *Snažím se nakládat s penězi tak, abych se ve stáří neocitl/a bez prostředků* lze dodat, že muži mají o 0,43 vyšší skór než ženy. Zde byla opět potvrzena odpověď na otázku č. 11 ve které byl rozdíl mezi pohlavími 0,51 bodu.

Velice zajímavý výsledek bylo zjištěno u tvrzení č. 39 - *Dávám pozor, aby o mou rodinu bylo dobře postaráno a byla tak ochráněná před nepřízní osudu*

v budoucnosti. Obě skupiny odpověděly pouze s minimálním rozdílem 0,15 bodu, což není nic neobvyklého, ale je zde poměrně vysoká hodnota skóru – v rozmezí 3,48 –3,63 bodu (maximum je 4). Zde můžeme konstatovat, že se jedná o dospělé jedince s rodinami, kteří jsou odpovědní za své blízké. Plně si náročnost a případná rizika svého povolání uvědomují.

V následujícím grafu 9 jsou názorně zobrazeny jednotlivé odchylky ve shora uvedené škále č. 4 – Preventivní zvládání situací :

**Graf 9, Preventivní zvládání situací**



Zdroj: Vlastní výzkum

#### 4.5 Vyhledávání instrumentální opory

Vyhledávání instrumentální opory zahrnuje získávání rad, informací a zpětné vazby od ostatních lidí. Do uvedené škály bylo zařazeno celkem 8 tvrzení na které jednotlivé skupiny respondentů odpovídaly obdobným způsobem jako na škály předcházející. Výsledky jsou názorně uvedeny v následující tabulce 12 :

**Tabulka 12, Vyhledávání instrumentální opory**

Číslo	Položka	ženy	muži
5	Když řeším své problémy, rady jiných lidí mi mohou pomoci.	3,33	3,25
12	Snažím se mluvit o svých problémech a vysvětlovat je, aby se mi dostalo podpory od přátel.	2,67	2,38
19	Informace, které jsem získal/a od jiných, mi často pomohly při řešení mých problémů.	3,24	3,17
26	Obvykle dokážu odhadnout, kteří lidé mi jsou schopni pomoci pokročit s řešením problému.	2,91	2,96
31	Ptám se ostatních, jak by se v mé situaci zachovali oni.	2,67	2,38
36	Mluvit s ostatními může být opravdu užitečné, protože to přináší jiný pohled na problém.	3,52	3,21
40	Než se začnu v problému topit, zavolám příteli a promluvíme si o tom.	2,86	2,21
44	Když mám potíže, většinou s pomocí ostatních na něco přijdu.	2,95	2,79

*Zdroj: Vlastní výzkum*

V položce č. 5 – *Když řeším své problémy, rady jiných lidí mi mohou pomoci* bylo u obou sledovaných skupin dosaženo poměrně shodného výsledku a skór byl dosti vysoký. U žen činil 3,33 bodu a u mužů 3,25 bodu. Z uvedeného výsledku vyplývá skutečnost, že skupiny se neliší (rozdíl 0,08) a uvádějí, že se řídí i radami jiných lidí, které jim v řešení problému mohou pomoci. Zde vstupuje do výsledku pravděpodobně skutečnost, že obě skupiny jsou zařazovány do výjezdových skupin a pracují tak v týmech odborníků, kteří jsou odkázáni jeden na druhého. Práce jednoho tak přímo navazuje na práci druhého, na místě činu se hodně diskutuje o dalších možných postupech a lidé se zde vzájemně radí v dalším směřování této práce.

Na tvrzení č. 12 – *Snažím se mluvit o svých problémech a vysvětlovat je, aby se mi dostalo podpory od přátel* získaly ženy skór 2,67 bodu a muži 2,38 bodu (rozdíl 0,29). Z uvedeného tvrzení lze konstatovat, že ženy ve zkoumaném souboru častěji než muži mluví o svých problémech s blízkými osobami a přáteli. Snaží se tak více o komunikaci se svým bližším okolím, chtějí slyšet slova povzbuzení a pochopení.

Poměrně vysokého hodnocení u mužů a žen bylo dosaženo v položce č. 19 – *Informace, které jsem získal/a od jiných, mi často pomohly při řešení mých problémů*. Obě pohlaví dosáhla nad hranici 3 bodů, konkrétně ženy 3,24 a muži 3,17 bodu. Odpovědi naznačují, že se jedinci po získání informací od ostatních lidí tyto zkušenosti v praxi aplikují a snaží se tak úspěšně zvládat jiné situace a problémy. Rozdíl 0,07 bodu ve prospěch žen není statisticky významný.

Tvrzení č. 26 – *Obvykle dokážu odhadnout, kteří lidé mi jsou schopni pomoci pokročit s řešením problému* přineslo téměř shodný výsledek v odpovědích mezi ženami (skór 2,91) a muži (skór 2,96). Vysoké hodnocení je v tomto případě pravděpodobně v souvislosti se skutečností, že se jedná o lidi středního věku s patřičnými životními zkušenostmi.

Z tvrzení č. 31 – *Ptám se ostatních, jak by se v mé situaci zachovali oni* vyplývá, že ženy ( 2,67 bodu) se častěji radí se svým okolím než muži ( 2,38 bodu). Rozdíl mezi zkoumanými soubory činí 0,29 bodu.

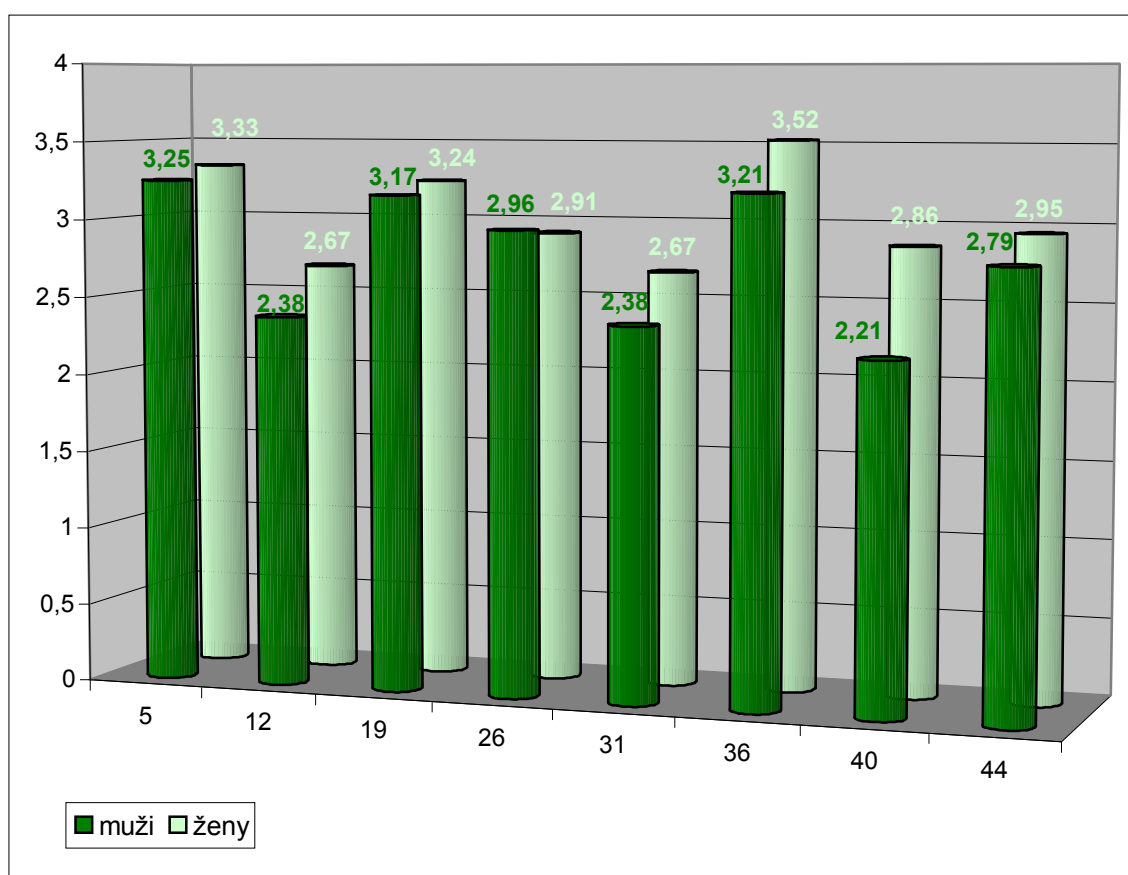
O pravdivosti předešlého tvrzení, že ženy častěji hovoří o svých problémech se svým okolím svědčí i výsledek hodnocení tvrzení č. 36 – *Mluvit s ostatními může být opravdu užitečné, protože to přináší jiný pohled na problém*, kdy ženy častěji označovaly odpověď „celkem pravdivé“ a „naprosto pravdivé tvrzení“ ( 3,52 bodu). Muži dosáhli skóru 3,21 bodu. Rozdíl v tomto případě činí 0,31 bodu.

Ženy využívají mnohem častěji pomoc přítele (skór 2,86) o čemž svědčí odpověď č. 40 – *Než se začnu v problému topit, zavolám příteli a promluvíme si o tom*, než muži (skór 2,21 bodu). V tomto případě je rozdíl mezi pohlavími 0,65 bodu. Tento výsledek koresponduje se všemi předcházejícími tvrzeními a potvrzují, že ženy častěji než muži využívají instrumentální podpory od svého okolí.

Posledním tvrzením této škály je konstatování č. 44 – *Když mám potíže, většinou s pomocí ostatních na něco přijdu*. Uvedené tvrzení častěji hodnotily ženy jako pravdivé a získaly 2,95 bodu. Muži pak s menším rozdílem 0,16 hodnotili stejnou situaci (2,79).

Uvedené výsledky jsou názorně patrné v grafickém uspořádání grafu 10 :

**Graf 10, Vyhledávání instrumentální opory**



*Zdroj: Vlastní výzkum*

#### 4.6 Vyhledávání emoční opory

**Vyhledávání emoční opory** spočívá ve vyrovnávání se s působícím stresem díky odhalování pocitů, vyvolávání empatie a hledání spojení ve vlastní sociální síti. Zahrnuje také pomoc a podporu od významných druhých. Tato škála obsahovala celkem 5 tvrzení.

Výsledky šetření jsou následně uvedeny v tabulce 13. Graf 11 je uveden na konci podrobného popisu jednotlivých rozdílů této škály.

**Tabulka 13, Vyhledávání emoční opory**

Číslo	Položka	ženy	muži
6	Když jsem sklíčený/á, vím komu zavolat, aby mi pomohl cítit se lépe.	3,43	2,67
13	Cítím, že ostatním na mně záleží.	2,86	2,75
20	Vím, s kým mohu počítat, když mi teče do bot.	3,52	3,33
27	Když jsem sklíčený/á, jdu ven, abych si promluvil/a s ostatními.	2,24	2,33
32	Svěřuji se se svými pocity ostatním, abych vybuodoval/a a udržel/a blízká přátelství.	2,57	2,29

*Zdroj: Vlastní výzkum*

Ihned v prvním tvrzení této škály bylo zjištěno značného rozdílu mezi pohlavími. Na tvrzení č. 6 – *Když jsem sklíčený/á, vím komu zavolat, aby mi pomohl cítit se lépe* ženy velice často odpovídaly „naprosto pravdivé tvrzení“ a dosáhly tak skóru 3,43 bodu. Muži pak jen 2,67 což je značně velký rozdíl 0,76 bodu. Ženy velice často hledají psychickou pomoc u svých nejbližších, potřebují si pohovořit o svých problémech a ví na koho ze svých přátel se mohou obrátit.

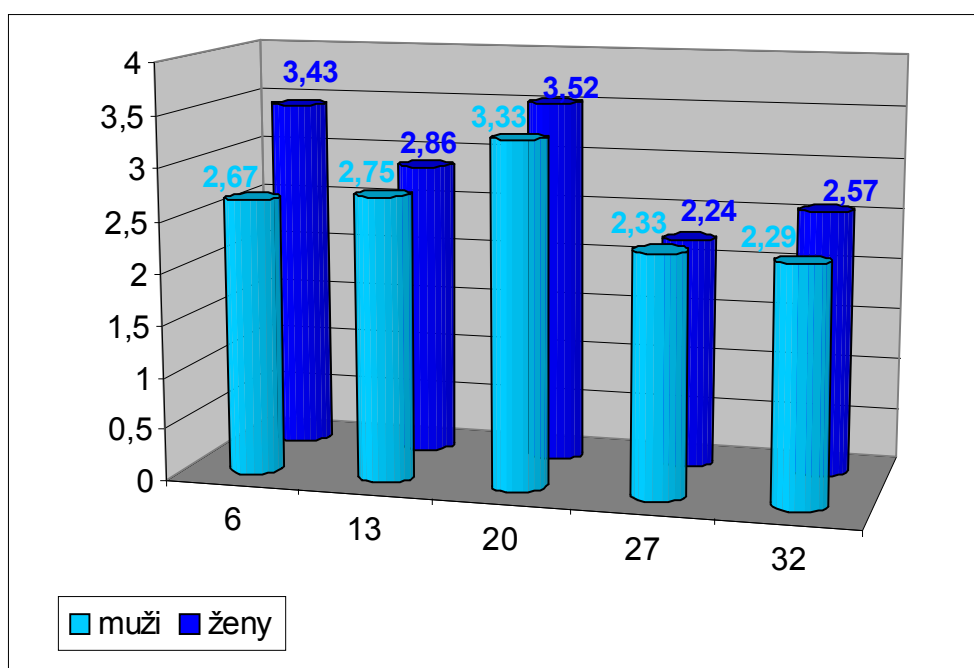
Tvrzení č. 13 – *Cítím, že ostatním na mne záleží* a č. 27 - *Když jsem sklíčený/á, jdu ven, abych si promluvil/a s ostatními* nepřinesla žádné významné rozdíly. Ženy dosáhly skóre 2,86 respektive 2,24 bodu a muži 2,75 respektive 2,33 bodu. Rozdíly tedy činí 0,11 respektive 0,9 bodu a jsou statisticky nevýznamné.

Odpověď č. 20 – *Vím, s kým mohu počítat, když mi teče do bot* byla hodnocena u obou skupin značně vysoko. Ženy 3,52 a muži 3,33 bodu (rozdíl 0,19 bodu). Je patrné, že jedinci ze sledovaného souboru mají pevné rodinné nebo přátelské vazby ve svém okolí a v případě potíží je neváhají využít.

Tvrzení č. 32 – *Svěřuji se se svými pocit ostatním, abych vybudoval/a a udržel/a blízká přátelství* bylo ze strany žen s výsledkem hodnocení 2,57 a mužů 2,29 bodu. Rozdíl tedy činí 0,28 bodu. Z uvedeného výsledku lze konstatovat, že ženy kladou větší význam na udržení přátelství a v přesvědčení, že jim svěřování umožní přátelství upevnit a zkvalitnit.

V následujícím grafu jsou názorně patrné rozdíly v odpovědích respondentů ve škále č.6 - **Vyhledávání emoční opory**. V této škále jasně dominují ženy. Kromě odpovědi na tvrzení č. 27 dosáhly vždy vyššího výsledku.

**Graf 11, Vyhledávání emoční opory**



*Zdroj: Vlastní výzkum*

#### 4.7 Vyhýbání se řešení situace

**Vyhýbání se řešení situace** odpovídá oddalování konkrétních řešení. V této části byla umístěna tvrzení zaměřená na již vzniklé problémy, před které je člověk postaven. Jednalo se o položky číslo 7, 14 a 21. V případě tvrzení č. 7 – *Když mám problém, rád /a jej odsouvám na později* bylo zjištěno, že ženy ve zkoumaném souboru častěji odsouvají problém na pozdější dobu. Mohla by z toho vyplývat i jistá výhoda oproti mužům, protože v některých případech má odsouvání problému a jeho následné řešení s chladnou hlavou svá pozitiva. Ženy s obdobnou odchylkou odpovídaly i na položku č. 21 – *Když mám problém, obvykle ho dám na chvíli k ledu*, kde uvedený rozdíl je rovněž v hodnotě skóru 0,22 bodu jak je názorně patrné z následující tabulky 14 :

**Tabulka 14, Vyhýbání se řešení situace**

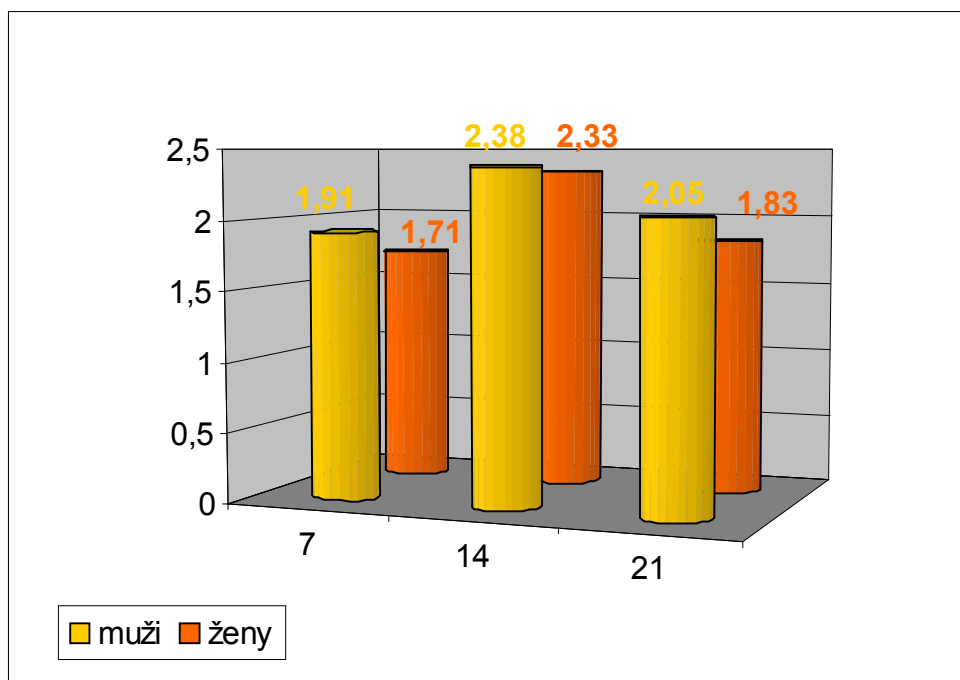
Číslo	Položka	ženy	muži
7	Když mám problém, rád/a jej odsouvám na později.	1,91	1,71
14	Když se mi problém zdá moc komplikovaný, někdy ho odložím, dokud nejsem s to se s ním vypořádat.	2,38	2,33
21	Když mám problém, obvykle ho dám na chvíli k ledu.	2,05	1,83

*Zdroj: Vlastní výzkum*

V položce č. 14 – obě sledované skupiny respondentů odpovídaly téměř shodně (rozdíl 0,05 bodu). Můžeme konstatovat, že v tvrzení *Když se mi problém zdá moc komplikovaný, někdy ho odložím, dokud nejsem s to se s ním vypořádat* je pro obě pohlaví podobně řešitelné ve vztahu k určitým zkušenostem z běžného i pracovního života. Jedinec zde vychází ze skutečnosti, že člověk by měl přistupovat k řešení složitějšího problému se značnou dávkou zodpovědnosti, problém musí mít promyšlen dopředu, aby tak mohl předcházet případnému nezdaru při jeho řešení.

V následujícím grafu 12 jsou znázorněny výsledky zkoumání u škály č.7 - **Vyhýbání se řešení situace** :

**Graf 12, Vyhýbání se řešení situace**



*Zdroj: Vlastní výzkum*

#### **4.8 Celkové porovnání rozdílů u mužů a žen ve sledovaném souboru**

Sledovaný soubor byl rozdělen do dvou skupin podle pohlaví. Muži tvořili 48 respondentů ( 53,33 %) a ženy 42 respondentů což činilo 46,67 % z celkového počtu správně vyplněných dotazníků ( 90 kusů = 100 %). V následující tabulce 15 a grafu 13 jsou zobrazeny výsledky porovnání mezi jednotlivými pohlavími dle vyhodnoceného „*Dotazníku proaktivního zvládnání životních nároků*“ verze 8/2006.

K tabulce i grafu byla přiřazena složka s popisem NORMA, která představuje průměrná data zjištěná na předchozím výzkumu české populace autory dotazníku (Šolcová, Lukavský).

**Tabulka 15, Celkové porovnání rozdílů u mužů a žen**

škála číslo		policisté	policistky	NORMA
1	<b>Proaktivní řešení situací</b>	39,04	37,52	40,17
2	<b>Reflektivní řešení situací</b>	32,54	29,14	31,24
3	<b>Strategické plánování</b>	12,04	11,38	11,3
4	<b>Preventivní zvládání situací</b>	30,58	28,09	28,65
5	<b>Vyhledávání instrumentální opory</b>	22,25	24,14	24,77
6	<b>Vyhledávání emoční opory</b>	13,38	14,57	15,33
7	<b>Vyhýbání se řešení situace</b>	5,88	6,33	7,53

*Zdroj: Vlastní výzkum*

**Škála č. 1 – PROAKTIVNÍ ŘEŠENÍ SITUACÍ** ukazuje, že muži mají celkový vyšší skór o 1,52 bodu. Získali 39,04 bodu a ženy 37,52 bodu. Proaktivní řešení situací je zaměřené dopředu, do budoucna. Je tvořeno úsilím vybudovat si zdroje, jež usnadní prosazení vytčených cílů a osobnostní růst. Tato škála obsahovala 14 tvrzení jejichž hodnoty se sčítaly. U položek č. 8, 45 a 55 byl postup hodnocení opačný, což znamená, že odpověděl-li dotazovaný např. „nepravdivé tvrzení“ nezapočítával se mu pouze 1 bod, ale obráceně 4 body. Odpověděl-li na tvrzení běžně hodnocené bodem 2, byla mu započtena hodnota 3 atd.. Skórování se obrací kvůli průměru za škálu, ale význam škály se tím nijak nemění.

Muži - policisté jsou podle výsledku provedeného výzkumu lépe vybaveni schopností vybudovat si zdroje ke zvládání budoucích stresových situací a snazšímu prosazování vytčených cílů než ženy – policistky. Norma české populace je v tomto případě 40,17 bodu.

Ve výsledku hodnocení **škály č. 2 – REFLEKTIVNÍ ŘEŠENÍ SITUACÍ** dosáhli policisté skóru 32,54 bodu a policistky 29,14 bodu. Rozdíl činí 3,4 bodu. Z uvedeného šetření je patrné, že muži více přemýšlejí nad možnými variantami

chování, vzájemně více porovnávají jejich účinky a jsou tudíž více schopni generovat plány dalšího postupu. Zjištěná norma činí 31,24 bodu.

**Škála č. 3 – STRATEGICKÉ PLÁNOVÁNÍ** odpovídá vytváření různých rozvrhů a postupů potřebných k dosažení konkrétního cíle. Jedinec je rovněž schopen rozčlenit složitější úkoly na menší jednotky které se dají lépe zvládnout. Obě skupiny měly přibližně podobný skór, muži 12,04 a ženy 11,38 bodu ( norma 11,3 bodu ). Rozdíl mezi pohlavími činí 0,66 bodu.

Vysokého skóru bylo dosaženo ve **škále č. 4 – PREVENTIVNÍ ZVLÁDÁNÍ SITUACÍ** kdy mužům byla naměřena hodnota 30,58 bodu a ženám 28,09 bodu. Rozdíl mezi pohlavími je 2,49 bodu ( norma 28,65 bodu ). Muži jsou výrazněji lépe vybaveni ve schopnosti vyhledávat možné budoucí stresory a rovněž v plánování potřebných akcí ještě dříve, než samotné stresory začnou působit. Muži – policisté jsou tak lépe připraveni zvládnout takové budoucí hrozby než ženy – policistky.

Ženy naopak dosáhly vyššího skóru ve **škále č. 5 a č. 6**.

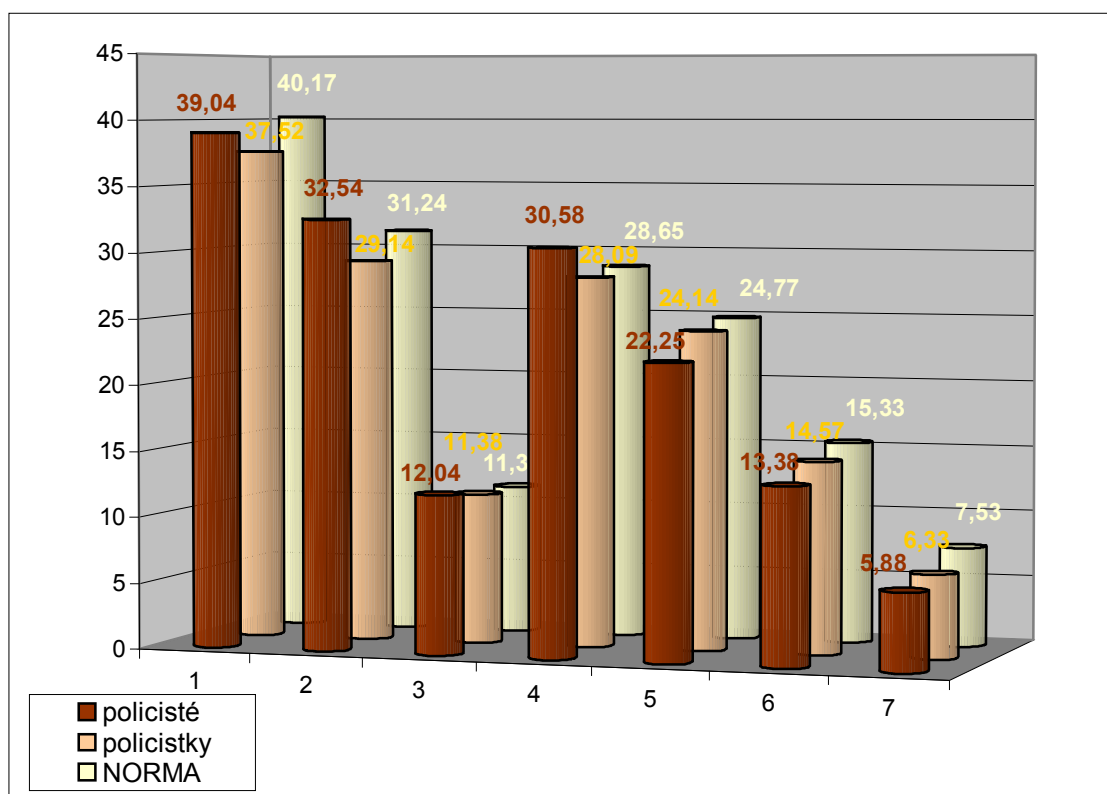
Ve **škále č. 5 – VYHLEDÁVÁNÍ INSTRUMENTÁLNÍ OPORY** ženy dosáhly skóru 24,14 bodu a muži 22,25 bodu ( rozdíl 1,89 bodu ). Z uvedeného výsledku lze usuzovat, že policistky častěji než muži – policisté získávají rady, informace a reagují na zpětné vazby od ostatních lidí. Norma české populace je v této škále 24,77 bodu.

**Škála č. 6 – VYHLEDÁVÁNÍ EMOČNÍ OPORY** ukázala na skutečnost, že ženy ve zkoumaném souboru se častěji než muži vyrovnávají se stresovou situací za pomoci odhalování pocitů, vyvolávání empatie u svých blízkých a hledají častěji spojení ve vlastní sociální síti – u svých rodin a přátel. Ženy dosáhly výsledku 14,57 bodu a muži 13,38 bodu ( rozdíl 1,19 ). Norma této škály je v hodnotě 15,33 bodu.

Výsledek hodnocení **škály č. 7 – VYHÝBÁNÍ SE ŘEŠENÍ SITUACE** je u obou skupin hluboko pod hodnotou normy ( 7,53 bodu ). U žen činí skór 6,33 bodu a u mužů bylo dosaženo hodnoty ještě nižší – 5,88 bodu. Rozdíl je 0,45 bodu. Z uvedeného výsledku lze odvodit skutečnost, že muži se méně častěji vyhýbají řešení problematických situací a zbytečně je neoddalují.

V následujícím grafu 13 jsou názorně zpracovány výsledky provedeného šetření v cílové skupině policistů Služby kriminální policie a vyšetřování v Jihočeském kraji :

**Graf 13 , Celkové porovnání rozdílů u mužů a žen ve sledovaném souboru**



Zdroj: Vlastní výzkum

## 5. Diskuse

V rámci své diplomové práce jsem se zaměřil na zjišťování, zda vybraná skupina policistek prožívá a chová se v psychické zátěži odlišně než skupina stejně postavených, vzdělaných a shodně profesně zařazených mužů policistů.

Předpokládal jsem, že muži se budou odlišovat v některých mechanismech zvládání zátěže. V teoretické části práce jsem shrnul literárně dostupné prameny z oblasti stresu a postavení žen u Policie České republiky. Zjistil jsem statistické zastoupení žen a mužů v oblasti kriminální služby a popsal jsem i profesní zátěž těchto skupin.

V práci autorů Hladkého a Židkové je uvedeno, že již byly studovány některé profese, které je možno označit jako rizikové, zejména se jedná o pracovníky letového provozu, piloty, hasiče a je zde rovněž zmiňovaná i práce policistů (**Hladký, Židková, 2004**).

Předpokládal jsem, že tento specifický druh práce může ovlivnit psychické prožívání v životě jedince, jeho vztah k okolí, rodině a k dětem.

Rovněž práce přední policejní psycholožky Čírtkové ukazuje na skutečnosti, které ovlivňují práci policistů, uvádí stresové faktory působící na tuto profesní skupinu (**Čírtková, 2001**).

Z těchto důvodů jsem se domníval, že obě skupiny v souvislosti se specifikou svého zaměstnání budou rozdílně prožívat psychickou zátěž. Stanovil jsem si dvě hypotézy:

***1 - Policisté prožívají psychickou zátěž odlišným způsobem než ženy – policistky***

***2 - Muži užívají jiné obranné mechanismy ke zvládnutí stresu než ženy***

V rámci praktické části (výzkumné) jsem se potom zaměřil k prokazování výše postulovaných hypotéz.

Jako první problém vyvstal výběr kandidátů výzkumu (probandů) tak, aby získané údaje byly alespoň zčásti relevantní a reprezentativní. Vzhledem k poměrně malému počtu žen u policie, jsem se zaměřil na skupinu žen z profesní oblasti, která je mi osobně dobře známa, tedy z oblasti kriminální služby.

Výběr respondentů jsem po úvaze provedl tzv. náhodnou formou tak, že jsem oslovil kriminalisty zúčastněné na služebních poradách až do počtu 50 žen a 50 mužů. Zpět se vrátilo celkem 99 dotazníků, které jsem vyhodnotil a jako správně vyplněných jsem použil 90 dotazníků (48 mužů a 42 žen). Statisticky tak každá druhá žena a každý dvanáctý muž shodně profese v rámci Policie ČR Správy Jihočeského kraje využil nabídku participovat na mém výzkumu.

V počátku práce jsem zamýšlel volit i jiná schémata výběru probandů, např. prvních padesát žen a mužů dle abecedy, výběr podle data narození atd.. Nízký počet zaměstnankyň by však při takovém výběru mohl vést ke značnému zkreslení očekávaných údajů, např. vlivem náhodné převahy vyššího věku či krátké doby služby ve sledovaném vzorku. Respektoval jsem tedy pravidlo výše popsaného výběru vzorku.

Stěžejním problémem bylo vybrání diagnostické metody, která by byla schopna zachytit mnou formulované hypotézy. Zvažoval jsem, ve spolupráci se služebními psychology, o užití nestandardizované dotazníkové techniky vypracované přímo k zamýšlenému výzkumu. V literatuře však byla popisována technika – ***DOTAZNÍK PROAKTIVNÍHO ZVLÁDÁNÍ ŽIVOTNÍCH NÁROKŮ verze 8/2006*** a imponovala, dle prvních ohlasů, jako vcelku perspektivní metoda k diagnostice stresových reakcí, prožívání zátěže, zvládání a odolnosti ( <http://www.psu.cas.cz/pci/>).

Po konzultacích s autory metody ( Šolcová, Lukavský ) jsem pak využil souhlasu autorů a metodu jsem použil k tomuto výzkumu. Hlavní faktory, které je tato technika schopna měřit, popisují na stranách 45 a dále. Metoda rozšiřuje možnosti pochopení procesů zvládání životních nároků o hledisko pozitivních sil v člověku.

Vzhledem ke skutečnosti, že jsem zvolil standardizovaný dotazník, který neobsahoval dostatečné množství otázek zaměřených na problematiku stresových faktorů, vyřadil jsem z výzkumu hypotézu která měla potvrdit či vyvrátit skutečnost, že jsou muži v průběhu profese stresováni méně faktory než ženy.

Dotazníky zpracované autory do české verze - *Reakce na každodenní události verze 5/2006 (viz. Příloha 1)* byly volně přístupné po dobu jednoho týdne na chodbách jednotlivých oddělení a byla zde umístěna zapečetěná schránka na vkládání již vyplněných dotazníků. Poté byla schránka s dotazníky vyzvednuta a dopravena k vyhodnocení.

V souvislosti se zadáváním dotazníku, jeho administrací, následném sběru s vyplněnými údaji a zachováním anonymity respondentů žádné problémy nevznikly.

Z dalších problémů vyvstala potřeba kvantifikace a zhodnocení hrubých skóre metody. Vzhledem k absenci znalostí i výuky matematicko statistických modelů jsem proto použil, po konzultaci s vedoucím práce i s autory dotazníku, k porovnání výsledků pouze grafické komparace.

Jsem si vědom té skutečnosti, že naznačené závěry jsou proto pouze depistážní a další platnost by bylo nutné ověřit i matematickými postupy např. ve formátu standardních odchylek a testů významnosti rozdílů posuzovaných skupin. Z tohoto důvodu byla veškerá shromážděná data předána autorce dotazníku paní Šolcové k dalšímu využití v rámci výzkumu Psychologického ústavu Akademie věd ČR v Praze.

Přesto lze zřejmě vyvodit z výzkumu, že na sledovaných vzorcích byly registrovány rozdíly. Odlišnosti jsou zejména ve faktoru tzv. **proaktivního řešení situací**. Uvedené řešení je zaměřené do budoucna. Je tvořeno úsilím vybudovat si zdroje které umožní osobnostní růst jedince a usnadní prosazování vytýčených cílů. Zjistil jsem, že policisté - muži jsou poněkud lépe vybaveni schopností budovat si zdroje ke zvládnutí vytčených cílů a snadněji prosazují tyto cíle než policistky.

Rozdíly se rovněž objevily i ve faktoru **reflektivního řešení situací**. Tento faktor vystihuje přemýšlení nad možnými variantami chování, srovnávání jejich účinku a generování plánů dalšího postupu. Policisté zřejmě více zvažují varianty chování v zátěži, více kalkulují s jejich účinky než ženy.

Rozdíly byly registrovány i v oblasti **preventivního zvládnutí situací**, které spočívá ve vyhledávání možných budoucích stresorů a plánování potřebných akcí ještě dříve než stresory začnou působit. Policisté jsou poněkud lépe vybaveni ve vyhledávání těchto stresorů a preventivním plánování obrany proti nim.

Ženy policistky mají tendence více než muži vyhledávat **instrumentální oporu**, tedy více využívají rad ostatních, ochotněji reagují na zpětné vazby od jiných lidí.

Policistky také intenzivněji než muži **vyhledávají emoční oporu**, tedy snadněji odhalují a ventilují své pocity, více tím vyvolávají empatii v ostatních, hledají více spojení v užší i širší sociální síti. Zřejmě nevýznamně je naznačeno, že policisté poněkud více než policistky řeší stresové situace přímo, možná agresivněji, ženy naopak někdy mají tendence oddalovat řešení takových situací.

Jak uvádí Hladký, psychická zátěž (stres) je proces primárně psychického zpracovávání a vyrovnávání se s požadavky životních a pracovních situací. S touto teorií lze jen souhlasit. Autoři dále uvádí, že emoční zátěž vyplývá ze situací a požadavků vyvolávajících citovou odezvu, což se v uvedeném výzkumu potvrzuje (**Hladký, Židková, 2004**).

Pokud si uvědomíme, že uvedený výzkum byl prováděn pomocí *Dotazníku proaktivního zvládnání životních nároků*, který obsahuje celkem 7 škál a srovnáme výsledky, zjistíme, že ze 7 strukturovaných škál se obě pohlaví **liší celkem v 5 škálách**. Konkrétně v těchto:

**č. 1 - Proaktivní řešení situací**

**č. 2 - Reflektivní řešení situací**

**č. 4 - Preventivní zvládnání situací**

**č. 5 - Vyhledávání instrumentální opory**

**č. 6 - Vyhledávání emoční opory**

Mohu tak konstatovat, že zvolená hypotéza č. **1 - Policisté prožívají psychickou zátěž odlišným způsobem než ženy - policistky** byla z provedeného výzkumu potvrzena.

Pokud se zaměřím na hypotézu č. **2 - Muži užívají jiné obranné mechanismy ke zvládnání stresu než ženy** z uvedeného výzkumu lze rovněž konstatovat, že i tato hypotéza byla potvrzena.

Obrannými mechanizmy je nazýván jakýkoliv druh činnosti včetně myšlení a cítění, jehož účelem je odvést pozornost a podvědomí o nepříjemné skutečnosti, která vzbuzuje úzkost. Jedná se o nevědomé procesy, které nastupují automaticky, kdykoliv se objeví ohrožení jedince. Jedná se například o represí, regresi, popírání, vytěšňování, racionalizaci nebo ztotožnění (identifikaci). Z provedeného výzkumu vyplývá, že muži užívají jiných obranných mechanismů než ženy o čemž svědčí výsledky porovnávání jednotlivých škál hodnoceného dotazníku.

Ve škále **Strategické plánování a Vyhýbání se řešení situací**, tedy škály č. 3 a č. 7 žádné podstatné rozdíly nalezeny nebyly. Obě pohlaví dosáhla přibližně stejných hodnot.

V závěrečném hodnocení jednotlivých škál bylo provedeno porovnání s normou vypracovanou autory dotazníku, která je platná pro Českou republiku. Všechny kroky byly konzultovány s vedoucím práce PhDr. Mgr. Lukešem a také s Psychologickým ústavem Akademie věd ČR, respektive s autory české verze dotazníku ***Reakce na každodenní události*** verze 5/2006 (viz. **Příloha 1**) paní Šolcovou a panem Lukavským, kdy byl volen nejlepší způsob hodnocení.

Je potřeba uvést, že tato práce je povahou depistážní a závěry tohoto výzkumu nelze zveličovat. Doc. Kozlová ve své práci uvádí, že výzkum vždy představuje shromažďování a analýzu informací, které jsou potřebné pro kvalifikované rozhodování ([http://www.eamos.cz/amos/ksb/externi/ksb\\_305/index.htm](http://www.eamos.cz/amos/ksb/externi/ksb_305/index.htm)).

V případě závěrů této diplomové práce byla všechna data předána autorům dotazníku k provedení dalšího širšího výzkumu.

Celkově usuzuji, že bylo prokázáno, že skutečně existují odlišnosti v prožívání a reagování v zátěži u policistek a policistů, stejně tak odlišnosti v užívání obranných mechanismů u jednotlivých pohlaví. Přitom tyto skupiny respondentů mají stejné vzdělání i profesní přípravu.

## 6 . Závěr

Ve výše uvedeném textu v rozsahu 86 stran předkládám v teoretické části souhrn informací k tématice stresu, zátěže a postavení žen i mužů u Policie České republiky.

V praktické části se zabývám komparací skupiny žen a mužů, shodně vzdělaných a profesně připravených v oblasti kriminální služby. Společné je rovněž místo služebního působiště – Jihočeský kraj.

Realizoval jsem výzkum ve kterém je naznačeno, že existují rozdíly v prožívání a zvládání zátěže zejména v oblasti **Proaktivního řešení situací**, kdy muži jsou poněkud lépe vybaveni schopností budovat si zdroje ke zvládání vytčených cílů a snadněji prosazují tyto cíle než policistky.

Dále jsem zjistil rozdíly ve škále **Reflektivního řešení situací** když z výzkumu vyplynulo, že policisté zřejmě více zvažují varianty chování v zátěži, více kalkulují s jejich účinky než ženy.

Oblast s názvem **Strategické plánování** měly obě sledované skupiny bez významných rozdílů.

Škála **Preventivního zvládání situací** přinesla výsledek a konstatování, že muži jsou poněkud lépe vybaveni ve vyhledávání těchto stresorů a preventivním plánování obrany proti nim.

V oblasti **Vyhledávání instrumentální opory** mají ženy tendence více než muži vyhledávat instrumentální oporu, tedy více využívají rad ostatních, ochotněji reagují na zpětné vazby od jiných lidí.

Ženy – policistky také odlišně reagují na škálu **Vyhledávání emoční opory**, kdy snadněji odhalují a ventilují své pocity, více tím vyvolávají empatii v ostatních a hledají více spojení v užší i širší sociální síti.

V poslední škále tohoto výzkumu, která je uvedena pod názvem **Vyhýbání se řešení situace** jsem žádné podstatné rozdíly mezi sledovanými skupinami nezjistil.

Z provedeného výzkumu mohu tedy závěrem konstatovat, že obě mnou vytvořené hypotézy,

***1 - Policisté prožívají psychickou zátěž odlišným způsobem než ženy – policistky***

***2 - Muži užívají jiné obranné mechanismy ke zvládnání stresu než ženy***

byly tímto výzkumem zcela potvrzeny, jak je uvedeno shora ve výsledcích a diskusi.

Ve stručnosti lze konstatovat, že muži reagují v zátěži spíše přímo, tvrději a bezodkladně. Ženy pak reagují více emočně, citlivěji, vyvolávají empatii a spolupráci s okolím. Jsou tedy více sociabilnější než muži.

Práce je povahou depistážní. V následných zkoumáních by bylo nutné zejména standardizovat užitou techniku na populaci policistů na výrazně vyšším vzorku (přibližně 300 až 400 probandů), zpracovat normy a dále pak využívat metodu k diagnostice odolnosti a typování zvládnání stresu u jednotlivců, např. adeptů k policii nastupujících.

Předpokládám, že práce je prakticky využitelná jako úvod do problematiky stresu v oblasti specializace Policie ČR pro řadové policisty i studenty vysokých škol. Upozorňuje na odlišnosti v prožívání a chování žen - policistek v zátěži.

Veškerá získaná data byla zaslána autorům dotazníku paní Šolcové a panu Lukavskému z Psychologického ústavu Akademie věd České republiky, kde budou zařazena do dalšího výzkumu. Zde bude vhodné porovnat dosažené výsledky s již provedeným výzkumem autorů – zatím v České republice byl proveden na 176 studentech, takže předáním kompletních dat tomuto pracovišti rozšíří tento výzkum o dalších 90 respondentů.

Závěry této práce je možné zahrnout do celkového souboru pro českou populaci a porovnat dosažené výsledky s již zveřejněnými výzkumy ve světě.

V dalších pracích (s ohledem na specifika v Policii České republiky) by bylo zajímavé zaměřit se na možnosti využití odlišného směru prožívání a jednání žen v policejní profesi. Zde mám na mysli postupy při vyjednávání, komunikaci s týranými dětmi nebo oběťmi různého druhu násilí atd..

## 7 . Seznam použitých zdrojů

1. ATKINSON, R.L. *Psychologie*. 2.vyd. Praha: Portál, 2003. 752 s. ISBN 80-7178-640-3.
2. BARTLOVÁ, S., JOBÁNKOVÁ, M. *Syndrom vyhoření na exponovaných pracovištích*. Praha: ČAS, 2001. 2 s.
3. BIRKENBIHLOVÁ, V. F., *Pozitivní stres*. 1.vyd. Praha: Ivo Železný, 1996. 153 s. ISBN 80-237-2836-9.
4. BOLDIŠ, P. *Bibliografické citace dokumentu podle ČSN ISO 690 a ČSN ISO 690-2: Část 1 – Citace: metodika a obecná pravidla*. Verze 3.2. © 1999 – 2002, poslední aktualizace 3.9.2002. dostupné z URL: < <http://www.boldis.cz/citace/citace1.ps> >.
5. BOLDIŠ, P. *Bibliografické citace dokumentu podle ČSN 690 a ČSN ISO 690: Část 2 – Modely a příklady citací u jednotlivých typů dokumentů [on line ]*. Verze 3.0 (2004) [ cit. 1999 – 2004 ] poslední aktualizace 11.11.2004.
6. BROCKERT, S. *Ovládání stresu*. Přel. L. Strašík. 1. vyd. Praha: Melantrich, 1993. ISBN 80-7023-159-9.
7. CAPPONI, V., NOVÁK, T. *Sám sobě psychologem*. 1. vyd. Praha: Grada, 1992. 214 s. ISBN 80-85424-88-6.
8. ČÍRTKOVÁ, L., JOŽA, SPURNÝ, J. *Péče o policisty po extrémních stresových situacích*. Časopis Policista, 2001. č. 12. s. 1-8. ISSN 1211-7943.
9. ČÍRTKOVÁ, L. *Policejní psychologie*. 4.vyd. Praha: Portál, 2004. 272 s. ISBN 80-7178-931-3.
10. ČÍRTKOVÁ, L. *Profese se zvýšeným rizikem, stresové posttraumatiké poruchy*. Časopis Psychologie v ekonomické praxi, Praha: Karolinum 1996. roč 31, vol. 3-4, s.150.
11. ČÍRTKOVÁ, L., SPURNÝ, J. *Stres a policie*. Psychologie v ekonomické praxi, Praha: Karolinum, 2001. roč. 36, vol. 1-2, s.98.
12. DYLEVSKÝ, I. *Somatologie*. 2. vyd. Olomouc: EPAVA, 2000. 480 s. ISBN 80-86297-05-5.

13. GREENGLASS, E.R., SCHWARZER, R., TAUBERT, S. (1990): *The proactive Coping Inventory (PCI): A multidimensional research instrument*. [On line publication], Dostupné na <<http://www.psych.yorku.ca/greenglass/pci.php>>, vyhledáno únor 2007.
14. GREGOR, O. *Žít se stresem, to je kumšt*. 1. vyd. Jinočany: H&H, 1993. 216 s. ISBN 80-85467-51-8.
15. HAWKINS, P., SHOHET, R., *Supervize v pomáhajících profesích*. Přel: H. Hartová. 1.vyd. Praha: Portál, 2004. 208 s. ISBN 80-7178-715-9.
16. HLADKÝ, A., ŽÍDKOVÁ, Z. *Metody hodnocení psychosociální zátěže*. Praha: Karolinum, 1. vyd. 2004. 78 s. ISBN 80-71848905-5.
17. IRMIŠ, F. *Nauč se zvládat stres*. Praha: Nakladatelství Alternativa, 1996. 190 s. ISBN 80-85993-02-3.
18. KOPŘIVA, K. *Lidský vztah jako součást profese*. 4.vyd. Praha: Portál, 2000. 147 s. ISBN 80-7178-429-X.
19. KOZLOVÁ L., *Výzkum v sociální oblasti*. dostupné z [http://www.eamos.cz/amos/ksb/externi/ksb\\_305/index.htm](http://www.eamos.cz/amos/ksb/externi/ksb_305/index.htm), vyhledáno 27.2.2007.
20. KŘIVOHLAVÝ, J. *Jak zvládat stres*. Praha:Grada Avicenum, 1994. 192 s. ISBN 80-7169-121-6.
21. KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie zdraví*. 2.vyd. Praha: Portál, 2003. 297 s. ISBN 80-7178-774-4.
22. LUKEŠ, V. *Antistresový program*. České Budějovice: Pedagogické centrum, 2001. 64 s. ISBN 80-7019-007-8.
23. PAULÍNOVÁ, L. *Psychologie pro tebe*. 2.vyd. Praha:Informatorium, 1998. 121 s. ISBN 80-85427-30-0.
24. PRAŠKO, J., PRAŠKOVÁ, H. *Proti stresu krok za krokem aneb Jak získat klid a odolnost vůči nepohodě*. 1.vyd. Praha: Grada Publishing, 2001. 188 s. ISBN 80-247-0068-9.
25. Služební předpis: Pokyn ministra vnitra č. 94/1999 *Statut psychologických pracovišť Ministerstva vnitra a Policie České republiky* ze dne 3. září 1999.

26. Služební předpis: Rozkaz policejního prezidenta č. 142/2001. *kterým se jmenují koordinátoři intervenčních týmů k poskytování posttraumatické intervenční péče příslušníkům Policie České republiky.* Č.j.PPR-1055/OPPV-2001 ze dne 4. prosince 2001. 2 s.
27. Služební předpis: Nařízení ministra vnitra č.53/1998. *Přidělování a nošení služebních zbraní příslušníky Policie ČR.* Částka 58. In. NMV. 1998. č. 53. s. 5.
28. Služební předpis: Závazný pokyn policejního prezidenta č. 4/2000. *kterým se upravuje vydávání „Osvědčení způsobilosti k vykonávání znalecké činnosti“ a „Osvědčení o způsobilosti k vykonávání kriminalisticko-technické činnosti“ v rámci znaleckých pracovišť a pracovišť kriminalistické techniky Policie České republiky a vedení souvisejících evidencí.* Závazný pokyn policejního prezidenta č. 4 z 20. ledna 2000. 11 s.
29. Služební předpis: Závazný pokyn policejního prezidenta č. 100/2001. *Ke kriminalisticko-technické činnosti Policie České republiky.* Závazný pokyn policejního prezidenta č. 100 ze dne 7. prosince 2001. Sbíрка interních aktů řízení policejního prezidia, částka 122, Č.j.:86-3/2000-KÚP-K. 256 s.
30. Služební předpis: Závazný pokyn policejního prezidenta č. 129/2001. *Poskytování posttraumatické intervenční péče příslušníkům Policie ČR, kteří prožili traumatizující událost v souvislosti s plněním služebních úkolů.* Částka 157. In. Závazný pokyn policejního prezidenta. 2001. č. 129. 7 s.
31. Služební předpis: Závazný pokyn policejního prezidenta č. 130/2001. *kterým se upravuje postup Policie České republiky při plnění úkolů v trestním řízení.* Závazný pokyn policejního prezidenta ze dne 30. listopadu 2001.
32. ŠOLCOVÁ, I. *Psychologické souvislosti stresové odpovědi. Role osobnosti ve vztahu stres-zdraví.* Psychologický ústav ČSAV Praha, Čsl. Psychologie, ročník XXXVI., č.6. 1992.
33. ŠOLCOVÁ, I., LUKAVSKÝ, J. *Dotazník proaktivního zvládnání životních nároků verze 8/ 2006* dostupný z <http://www.psu.cas.cz/pci/>.
34. TUČEK, M., FRIEDLANDEROVÁ, H. *Češi na prahu nového tisíciletí*, Praha: Slon, 2000. ISBN 80-85850-88-5.
35. VÁGNEROVÁ, M. *Psychologie pro pomáhající profese*. 3. vyd. Praha: Portál, 2004. 870 s. ISBN 80-7178-802-3.
36. VÍTEK, M. *Ženy ve zbrani*. Praha: Instinkt, 2002, roč.1, č.35, s.22 – 25.

37. www INTRANET Policie ČR, <http://www.mvcr.cz/statistiky/index.html>, vyhledáno 18.2.2007.
38. www INTRANET policie, dostupné z [http://essk.pcr.cz/essk/\\_sebevrazdy/asp](http://essk.pcr.cz/essk/_sebevrazdy/asp), Policejní prezidium, vyhledáno 18.2.2007.
39. www INTRANET Policie ČR , dostupné z <http://essk.pcr.cz/essk> Policejní prezidium, vyhledáno 20.2.2007.
40. www INTRANET Policie ČR, [http://dotaz.pcr.cz/tabulky\\_view/default.asp](http://dotaz.pcr.cz/tabulky_view/default.asp), vyhledáno 25.2.2007.
41. Zákon České národní rady č. 283 / 1991 Sb. ze dne 21.června 1991. *O Policii České republiky.*
42. Zákon České národní rady č.186 / 1992 Sb. ze dne 19.března 1992. *O služebním poměru příslušníků Policie České republiky.*
43. Zákon č. 361 / 2003 Sb. ze dne 23. září 2003 *O služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů.*

## **8 . Klíčová slova**

- Policejní práce
- Policie ČR
- Stres
- Stresová situace
- Ženy

## **9 . Přílohy**