



ČESKÉ VYSOKÉ UČENÍ TECHNICKÉ V PRAZE

FAKULTA BIOMEDICÍNSKÉHO INŽENÝRSTVÍ

Katedra zdravotnických oborů a ochrany obyvatelstva

Sebevražedné jednání u příslušníků Policie České republiky

Suicidal Behavior among Members of the Police of the Czech Republic

Bakalářská práce

Studijní program: Ochrana obyvatelstva

Studijní obor: Plánování a řízení krizových situací

Autor bakalářské práce: Tereza Vápeníková

Vedoucí bakalářské práce: Mgr. et Ing. Matěj Tejmar

Kladno 2023



ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

I. OSOBNÍ A STUDIJNÍ ÚDAJE

Příjmení: **Vápeníková** Jméno: **Tereza** Osobní číslo: **500050**
Fakulta: **Fakulta biomedicínského inženýrství**
Garantující katedra: **Katedra zdravotnických oborů a ochrany obyvatelstva**
Studijní program: **Ochrana obyvatelstva**
Studijní obor: **Plánování a řízení krizových situací**

II. ÚDAJE K BAKALÁŘSKÉ PRÁCI

Název bakalářské práce:

Sebevražedné jednání u příslušníků Policie ČR

Název bakalářské práce anglicky:

Suicidal Behavior among Members of the Police of the Czech Republic

Pokyny pro vypracování:

Předmětem bakalářské práce bude analýza míry sebevraždnosti mezi příslušníky Policie České republiky (dále jen Policie ČR). V teoretické části bakalářské práce bude popsán současný stav problematiky sebevražd a dále bude práce zaměřena na současné možnosti psychologické péče poskytované policistům v rámci prevence před sebevražedným jednáním. Praktická část bude zpracována s využitím kvantitativního výzkumu realizovaného formou anonymního nestandardizovaného dotazníku s minimálním počtem 100 respondentů - příslušníků Policie ČR. Dotazníkovým šetřením se bude zjišťovat vliv profese policistů na jejich psychiku, zkušenosti příslušníků Policie ČR s psychologickou péčí u Policie ČR a jejich zájem o tuto péči. Následně bude provedena komparace námi dosažených výsledků s výsledky jiných autorů k danému tématu. Zjištěné informace povedou ke stanovení závěru a vyústí v navrhovaná opatření ve prospěch příslušníků Policie ČR.

Seznam doporučené literatury:

- [1] HONZÁK, Radkin, Jak žít a vyhnout se syndromu vyhoření, ed. 3, V Praze: Vyšehrad, 2018, ISBN 978-80-7601-004-8
- [2] BEURS, D. P. de, Mýty o sebevraždě: jak o ní přemýšlet a mluvit, Praha: Portál. Spektrum, 2021, ISBN 978-80-262-1812-8
- [3] KUČEROVÁ, Helena a Helena HAŠKOVCOVÁ, Sebevraždy, Praha: Galén, 2020, ISBN 978-80-7492-485-9
- [4] KIRSCHMAN, Ellen, Život s policajtem: vše, co by měla rodina policisty vědět, Praha: Grada, 2015, ISBN 978-80-247-5342-3

Jméno a příjmení vedoucí(ho) bakalářské práce:

Mgr.et Ing. Matěj Tejmar

Jméno a příjmení konzultanta(ky) bakalářské práce:

PhDr. Mgr. Dana Rebeka Ralbovská, Ph.D., LL.M., DBA

Datum zadání bakalářské práce: **14.02.2023**

Platnost zadání bakalářské práce: **20.09.2024**

doc. Mgr. Zdeněk Hon, Ph.D.
vedoucí katedry

prof. MUDr. Jozef Rosina, Ph.D., MBA
děkan

PROHLÁŠENÍ

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci s názvem Sebevražedné jednání u příslušníků Policie České republiky vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů, které uvádím v seznamu bibliografických odkazů.

Nemám závažný důvod proti užití tohoto školního díla ve smyslu § 60 zákona č. 121/2000 Sb., o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon), ve znění pozdějších předpisů.

V Kladně dne 15.05.2023

Tereza Vápeníková

PODĚKOVÁNÍ

Touto cestou bych ráda poděkovala mému vedoucímu práce Ing. et Mgr. Matěji Tejmarovi za odborné vedení, cenné rady, které mi po celou dobu zpracování diplomové práce poskytoval, za jeho vstřícnost a především trpělivost.

Mé poděkování rovněž patří Mgr. Julii Gábrišové z odboru personálního, oddělení Psychologických služeb Krajského ředitelství policie hl. města Prahy za poskytnuté informace z problematiky psychologické péče Policie ČR. Zároveň děkuji všem respondentům z řad příslušníků Policie ČR.

ABSTRAKT

Obsahem této bakalářské práce je problematika sebevražedného jednání policistů a využití psychologické péče poskytované Policií České republiky (dále jen Policie ČR nebo PČR). Téma této práce je aktuální, protože se zaměřuje na psychickou zátěž, kterou policisté zažívají v důsledku svého neustálého vystavení traumatickým událostem. Tyto zážitky negativně ovlivňují jejich duševní pohodu a psychiku.

Teoretická část se zaměřuje na vysvětlení základních pojmů a terminologie. Budou vysvětleny pojmy jako je Policie ČR, stres, syndrom vyhoření, stresové faktory, sebevražda a popsány budou možnosti využití psychologické péče u Policie ČR.

Praktická část je zaměřena na sběr dat od příslušníků Policie ČR, kdy k získání výsledků bude využita kvantitativní metoda sběru dat prostřednictvím anonymního dotazníkového šetření, které bude realizováno mezi policisty napříč celou strukturou policie bez ohledu na územní zařazení. V samotném závěru práce bude vyhodnocení získaných dat a následná komparace výsledků s výsledky jiných autorů, kteří se zabývali touto problematikou.

Klíčová slova

Policie ČR; policista; sebevražda; kolegiální podpora; psychologická péče; krizová intervence; syndrom vyhoření

ABSTRACT

The scope of this bachelor thesis is the issue of suicidal behavior of police officers and the use of psychological care provided by the Police of the Czech Republic (hereinafter referred to as the Police of the CR or the PCR). The topic of this thesis is topical because it focuses on the psychological burden that police officers experience as a result of their constant exposure to traumatic events. These experiences negatively affect their mental well-being and psyche.

The theoretical part focuses on the explanation of basic concepts and terminology. Concepts such as the Police, stress, burnout syndrome, stress factors, suicide will be explained and the possibilities of using psychological care in the Police will be described.

The practical part is focused on data collection from the members of the Police of the Czech Republic, where a quantitative method of data collection will be used to obtain results through an anonymous questionnaire survey, which will be conducted among police officers across the entire police structure regardless of territorial classification. At the very end of the thesis there will be an evaluation of the obtained data and a subsequent comparison of the results with the results of other authors who have dealt with this issue.

Keywords

Police of the Czech republic; policeman; suicide; peer support; psychological care; crisis intervention; burnout syndrome

Obsah

| | | |
|-------|---|----|
| 1 | Úvod..... | 9 |
| 2 | Cíle práce..... | 11 |
| 3 | Přehled současného stavu..... | 13 |
| 3.1 | Policie České republiky..... | 13 |
| 3.2 | Charakteristika policejní práce | 13 |
| 3.2.1 | Základní služby policie | 14 |
| 3.2.2 | Policista jako člověk..... | 15 |
| 3.2.3 | Přijetí do služebního poměru..... | 16 |
| 3.3 | Pojem stres | 17 |
| 3.3.1 | Policejní stres | 18 |
| 3.4 | Syndrom vyhoření..... | 19 |
| 3.5 | Psychická a profesní zátěž příslušníků Policie ČR | 20 |
| 3.5.1 | Příklady traumatizujících událostí v průběhu policejní služby.... | 22 |
| 3.6 | Psychologická péče u Policie ČR | 23 |
| 3.6.1 | System kolegiální podpory – peer..... | 24 |
| 3.6.2 | System krizové intervence..... | 25 |
| 3.6.3 | Anonymní telefonní linka pomoci v krizi | 26 |
| 3.7 | Sebevražda..... | 27 |
| 3.7.1 | Historie sebevražd | 28 |
| 3.8 | Dělení sebevražd..... | 29 |
| 3.9 | Sebevražednost v ČR..... | 30 |
| 3.10 | Sebevražednost policistů | 31 |
| 4 | Metodika..... | 34 |

| | | |
|-----|---|----|
| 4.1 | Popis výzkumného šetření | 34 |
| 4.2 | Kritéria výzkumného vzorku..... | 34 |
| 4.3 | Výzkumný nástroj..... | 35 |
| 5 | Výsledky | 36 |
| 5.1 | Vyhodnocení dotazníkového šetření | 36 |
| 5.2 | Vyhodnocení cílů práce | 76 |
| 6 | Diskuze | 77 |
| 6.1 | Navrhovaná opatření | 85 |
| 7 | Závěr | 86 |
| 8 | Seznam použitých zkratk..... | 88 |
| 9 | Seznam použité literatury..... | 89 |
| 10 | Seznam použitých obrázků | 93 |
| 11 | Seznam použitých tabulek..... | 95 |
| 12 | Seznam Příloh..... | 97 |

1 ÚVOD

Téma bakalářské práce „Sebevražedné jednání příslušníků Policie ČR“ jsem si vybrala záměrně, jelikož sama jsem příslušnicí Policie ČR. Osobně mohu říct, že povolání policisty je krásné, ale náročné zároveň. Za pouhých pět let, jsem se bohužel již několikrát setkala se situací, že se některý z mých kolegů rozhodl spáchat sebevraždu. Téměř pokaždé se mezi policisty strhne debata o tom, co toho kolegu vedlo k takovému činu, většina z nich to nechápavě odsoudí, jelikož pro ně je ten důvod naprosto nepochopitelný, ale už si nedokáže uvědomit, že každý z nás má nejen jinou psychiku, ale také jiné vnímání a jiné životní zkušenosti. Samotný lidský život je v dnešní době pro mnohé již dosti náročný, a když k tomu přidáme náročné aspekty práce u policie, je důležité podniknout veškerá nezbytná opatření ke zlepšení podmínek a zmírnění negativních situací, které policisté zažívají během své služby.

Každý policista při vstupu do služebního poměru musí mimo jiné slíbit, že nebude váhat nasadit i vlastní život. Nikdo z nás dopředu neví, zda se dostane do situace, kdy mu půjde o život, ale každou službu s tím musíme počítat. Každá služba je jiná, jeden den může být služba nudná a druhý den stojí policista tváří v tvář nebezpečnému pachateli a musí se ve vteřině rozhodnout, jak bude postupovat. Stejně tak se může dostat k vážné dopravní nehodě, kde může být velký počet raněných nebo mrtvých, a to včetně dětí. Tyto a další situace mohou postupem času na policistech zanechávat zdravotní a psychické následky.

Tato bakalářská práce se bude věnovat stresovým faktorům, které mohou ovlivňovat psychický stav policistů natolik, že se rozhodnou dobrovolně ukončit svůj život. V teoretické části se budeme věnovat pojmům jako je stres, policejní stres, syndrom vyhoření a sebevražedné jednání. Pozornost bude věnována psychologické péči poskytované příslušníkům Policie ČR. Cílem našeho šetření v praktické části bude zmapování povědomosti policistů o možném využití

psychologické pomoci, přítomnost příznaků syndromu vyhoření a stresu. V závěru práce se budeme věnovat navržením možných opatření, doporučení pro praxi, která by mohla vést ke zlepšení a byla prospěšná pro samotné policisty.

2 CÍLE PRÁCE

Předmětem bakalářské práce bude analýza sebevražednosti mezi příslušníky Policie ČR a jejich přístup k využívání psychologické péče poskytované policií.

V teoretické části bakalářské práce budou uvedeny základní fakta o Policii České republiky, popis a současný stav poskytované psychologické péče policistům a dále bude popsán současný stav problematiky sebevražd. Teoretická část také poskytne náhled na náročnost povolání policisty.

V praktické části bude za pomoci metodiky, kvantitativního sběru dat pomocí dotazníkové šetření zjišťován vliv profese policistů na jejich psychiku, zkušenosti příslušníků s psychologickou péčí a jejich zájem o tuto péči. Následně bude provedena komparace dosažených výsledků s výsledky jiných autorů k danému tématu.

Cílem práce bylo prostřednictvím výzkumu zjistit jaký je přístup policistů Policie ČR k využívání psychologické péče, jak se starají o své psychické zdraví a zda jsou na místě svého služebního zařazení spokojeni. Tyto zjištěné informace povedou ke stanovení závěru a vyústí v navrhovaná opatření, která by mohla být využita ve prospěch příslušníků Policie ČR a předcházet tak stavu, kdy se policista rozhodně sáhnout si na život.

Dílčí úkoly:

- Na základě analýzy odborné literatury přinést ucelený náhled na psychologickou péči o policisty, popsat problematiku sebevražd, stresu a syndromu vyhoření
- Na podkladě získaných dat z vyplněných dotazníků provést analýzu výsledků dotazníkového šetření a následně uskutečnit komparaci námi dosažených výsledků s výsledky jiných autorů

- Zjistit potřebu, zájem a využitelnost psychologické péče u Policie ČR
- Navrhnout doporučení, která mají formu opatření a postupu s cílem minimálně zmírnit sebevražedné jednání a psychologické potíže v řadách Policie ČR

3 PŘEHLED SOUČASNÉHO STAVU

V následujících podkapitolách bude stručně definována Policie ČR, psychologická péče poskytovaná u Policie ČR a také problematika sebevražd. Zodpovězeny budou také pojmy jako je stres, policejní stres,

3.1 Policie České republiky

Policie České republiky jako jedna ze základních složek Integrovaného záchranného systému (dále jen IZS) je jednotný ozbrojený bezpečnostní sbor, který byl zřízen zákonem České národní rady dne 21. června 1991 s cílem sloužit veřejnosti. Její hlavní úkoly zahrnují ochranu bezpečnosti osob a majetku, udržování veřejného pořádku a prevenci trestné činnosti. Vedle toho plní také úkoly stanovené trestním řádem a další úkoly související s vnitřním pořádkem a bezpečností, které jí byly svěřeny zákony, předpisy Evropských společenství a mezinárodními smlouvami, jež tvoří součást právního řádu České republiky [1].

Ministerstvo vnitra je nadřízené Policii České republiky. Policie se skládá z policejního prezidia (dále jen PP), útvarů s celostátní působností, krajských ředitelství policie a dalších útvarů, které jsou součástí krajských ředitelství. Podle zákona existuje v České republice 14 krajských ředitelství policie, jejichž územní obvody se shodují s územními obvody 14 krajů v zemi [1].

3.2 Charakteristika policejní práce

Pracovní náplň příslušníků Policie ČR je jedinečná, protože čelí vysoké úrovni stresu a vysokému riziku ohrožení vlastní bezpečnosti. Obecně platí, že policisté jsou vystaveni mnoha nebezpečným a nepříjemným situacím v rámci své práce. Je na nich kladena vysoká míra nároků nejen po fyzické, ale také psychické a morální stránce. Jeden z mnoha stresových faktorů spočívá v tom, že policisté

musí denně činit rozhodnutí a řešit mnoho dilemat, přičemž mají jen omezený čas na to, aby situaci adekvátně posoudili a vzali v úvahu všechny důležité aspekty. Není vždy snadné rozhodovat a vybírat mezi dobrem a zlem. Často se setkávají s rozdíly mezi různými právními předpisy, což může být pro policisty frustrující, protože musí volit "menší zlo". Profese policisty, který zastává roli občana i představitele státu a má povinnost jednat v souladu s etikou a povinností, často vyvolává protichůdné a konfliktní situace, které klade velký tlak na jejich osobnost [2].

3.2.1 Základní služby policie

Služba pořádkové policie zajišťuje a chrání veřejný pořádek, bojuje proti kriminalitě, dohlíží na bezpečnost na silnicích a provádí přestupkové a trestní řízení. Pod pořádkovou policií spadají např. tyto útvary: Místní oddělení policie (dále jen MOP), Obvodní oddělení policie (dále jen OOP), Obvodní hlídková služba (dále jen OHS), Pohotovostní a eskortní oddělení (dále jen PEO), Speciální pořádková policie (dále jen SPJ), v Praze Pohotovostní motorizovaná jednotka (dále jen PMJ) a zásahové jednotky (dále jen ZJ) [3].

Služba dopravní policie primárně dohlíží na plynulost a bezpečnost silničního provozu a podílí se při jeho řízení, dále také vyšetřuje dopravní nehody [3].

Služba cizinecké policie bojuje proti nelegální migraci – kontroluje doklady, povoluje a kontroluje vstup a pobyt cizinců a zajišťuje ochranu vnějších hranic Schengenského prostoru. Každé krajské ředitelství policie má vlastní Odbor cizinecké policie (dále jen OCP) [3].

Služba kriminální policie a vyšetřování (dále jen SKPV) vyhledává a předchází trestné činnosti, postupuje dle trestního řádu a jejím úkolem je

odhalovat skutečnosti, které nasvědčují tomu, že byl spáchán trestný čin a zjišťuje pachatele téhož trestného činu. SKPV plní úkoly policejního orgánu v trestním řízení [3].

Dále má Policie ČR útvary s celostátní působností, mezi které mimo jiné spadá i Útvar rychlého nasazení (dále jen ÚRN), Ochranná služba, Pyrotechnická služba nebo Národní centrála proti organizovanému zločinu SKPV [3].

3.2.2 Policista jako člověk

Je zjevné, že policista je člověk stejně jako kdokoli jiný. Nicméně je také zřejmé, že policista se setkává s událostmi, jako jsou tragické dopravní nehody, loupežné přepadení, nebezpečné zásahy proti ozbrojeným pachatelům, vyjednávání se sebevrahy a pohled na těla obětí na místech činu. Policisté často společně se zdravotníky a hasiči vykonávají svou práci na místech, kam by většina lidí nikdy nechtěla. Málokdo si však kladl otázku, jak tyto "hrůzné" zážitky z reálného světa ovlivňují samotné policisty, lidi z masa a kostí. Každý policista absolvoval náročné psychologické vyšetření, měl by tedy být psychicky odolný, vyrovnaný a kompetentní vykonávat svou práci [4].

Mnozí policisté mají dlouholeté zkušenosti a praxi, takže na první pohled může vypadat, že se klidně vyrovnávají s řešením nehezkých úkolů a že jsou na takové situace zvyklí. Ale každý případ je jiný, někdy se může dotýkat i osobního života policisty, například když je svědkem úmrtí kolegy ve službě, vidí tělo malého dítěte ve stejném věku jako jsou jeho vlastní děti, oběť trestného činu zemřela za zvlášť tragických okolností a podobně. Policista je profesionál, vycvičený a školený pro to, co je jeho povinností, ale jak jsme již jednou zmínili, je především člověk. Když ukončí svou práci na místě činu a "automatický pilot" se vypne, policista se musí vyrovnat s tím, co zažil. Často

přemýšlí o tom, co se stalo, a mohou se objevit pocity viny, zda by něco nemohl udělat jinak a lépe [4].

3.2.3 Přijetí do služebního poměru

Pro uchazeče, který chce vykonávat službu u Policie ČR platí několik podmínek, které musí splnit a které jsou důležité pro přijetí do služebního poměru. Tyto podmínky řeší zákon č. 361/2003 Sb. o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů. Uchazeč musí podat písemnou žádost o přijetí na příslušné personální pracoviště policie a dále musí splňovat následující kritéria:

- Občanství České republiky;
- Věk nad 18 let;
- Plná způsobilost k právním úkonům;
- Střední vzdělání a vyšší;
- Bezúhonnost, která se prokazuje opisem z evidence Rejstříku trestů;
- Není členem politické strany nebo politického hnutí;
- Nevykonává živnostenskou nebo jinou výdělečnou činnost a není členem řídicích nebo kontrolních orgánů právnických osob, které vykonávají podnikatelskou činnost;
- Fyzickou, zdravotní a osobnostní způsobilost k výkonu služby [3].

Tyto způsobilosti se prokazují během přijímacího řízení. Fyzická způsobilost je prokazována fyzickými testy, zdravotní způsobilost je posouzena lékařem a osobnostní způsobilost je prověřována psychologickým vyšetřením. Psychologické vyšetření je prováděno s cílem posoudit osobnostní předpoklady nezbytné pro výkon služby. Pokud uchazeč nesplňuje požadovaná kritéria pro přijetí, je mu umožněno podstoupit další psychologické vyšetření až po uplynutí dvou let. Tím je dána příležitost uchazeči, který zatím neodpovídá všem

požadavkům, aby se mohl případně později znovu přihlásit a prokázat potřebné osobnostní schopnosti pro službu u Policie ČR [3].

Pokud uchazeč splní všechny výše uvedené podmínky a je rozhodnutý, že se stane policistou, musí také složit služební slib, který zní:

„Slibuji na svou čest a svědomí, že při výkonu služby budu nestranný a budu důsledně dodržovat právní a služební předpisy, plnit rozkazy svých nadřízených a nikdy nezneužiji svého služebního postavení. Budu se vždy a všude chovat tak, abych svým jednáním neohrozil dobrou pověst bezpečnostního sboru. Služební povinnosti budu plnit řádně a svědomitě a nebudu váhat při ochraně zájmů České republiky nasadit i vlastní život“[5].

Služební slib je složený, jakmile jej uchazeč podepíše. V případě, že podepsání odmítne, jeho služební poměr nevznikne, a to ani v případě, že má ke slibu nějaké výhrady [5].

3.3 Pojem stres

Stres bývá většinou vnímán jako negativní a nepříjemný, nicméně lze se na něj také dívat z pozitivního úhlu pohledu. K tomuto rozdílnému vnímání stresu se používají různé termíny. **Eustres**, označuje pozitivní a příznivé účinky zátěže, zatímco **distres** je naopak spojován s negativním, škodlivým a ohrožujícím působením zátěže na vývoj osobnosti jedince. [6].

Podle výzkumů může stres hrát významnou roli při vzniku některých nemocí. Chronický a dlouhodobý stres má větší vliv než stres jednorázový a krátkodobý. Stres ovlivňuje imunitní systém a může vést k nezdravému chování, jako je například kouření, pití alkoholu nebo nezdravé stravování. Dále může způsobit nespavost, úzkosti a chronickou únavu, což jsou faktory, které mohou být nebezpečné pro zdraví jedince. Stres bývá spojován s kardiovaskulárními

onemocněními, jako je ischemická choroba srdce, která může vést až k infarktu. Chronický stres ovlivňuje uvolňování mastných kyselin do krve a může vést ke zvýšení hladiny cholesterolu, což je klíčový faktor k vzniku koronárních onemocnění. Stres také zvyšuje krevní tlak, což je další faktor, který může negativně ovlivňovat zdraví srdce [7].

3.3.1 Policejní stres

V odborné literatuře se používá termín „policejní stres“, který vzniká v situacích spojených s výkonem policejní práce a může být spojen s emocionálním a fyzickým vypětím. Policejní stres však není zapříčiněn špatným psychologickým výběrem policistů ani se nejedná o produkt osobnosti policisty [6].

Podle Čírtkové je stres jedním z nejčastějších důvodů pracovní neschopnosti a ukončení služebního poměru příslušníků Policie ČR. Policejní stres je mnohokrát vnímám jako stav, který je spojován nejen s emocionálním, ale i fyzickým napětím. Předpokladem pro diagnostiku policejního stresu je přítomnost stresující, či traumatizující události, které byl během výkonu služby příslušník Policie ČR vystaven [6].

Čírtková vymezuje situace při kterých vzniká policejní stres:

- použití střelné zbraně proti člověku;
- činnosti zásahové jednotky v situacích, které nejsou zcela přehledná;
- komunikaci s pachatelem, který zadržuje rukojmí;
- veškeré události, které mohou ohrožovat životy zasahujících policistů;
- jiné mimořádné situace, při kterých může dojít ke kontaktu se smrtí;
- zejména se smrtí dítěte, příbuzného nebo kolegy [6].

3.4 Syndrom vyhoření

Dalším tématem, které se pojí se stresem je syndrom vyhoření (anglicky burnout syndrome), protože syndrom vyhoření je reakce na chronický stres. Podle vědců mají k syndromu vyhoření větší sklon ti lidé, kteří projevovali o svou práci zpočátku nadšení a zájem, byli velmi výkonní a produktivní, ale nedokázali účinně relaxovat. Dále hrozí vyhoření lidem, kteří pečují o jinou osobu (například nemocného člena rodiny) nebo těm, kteří si sami na sebe kladou příliš velké nároky a cíle. Mezi profese, které nejčastěji řadí syndrom vyhoření (např. lékaři, učitelé, sociální pracovníci, zdravotníci) řadí někteří autoři také policisty [8].

Syndrom vyhoření se projevuje změnou vztahu k pracovní činnosti: „... *žádoucí a oblíbené, která byla dříve naplněním života*“... „*je provázen pocity zklamání a marnosti, až se zdá nemožné v této činnosti ještě někdy pokračovat. Pracovní výkon je zhoršen, často je též přítomna změna vztahu ke klientům ve smyslu negativních až cynických pocitů a postojů. Psychický stav je charakterizován pocity psychického, zvl. emocionálního vyčerpání, odosobněním a ztrátou zájmu na dalším osobním růstu, snížením osobních aspirací. Ve vztahu k původně vykonávané profesi a většinou s ní souvisejících okolností se objevují nepřátelské pocity, úzkost, deprese, negativismus, emoční oploštění, lhostejnost*“ [9].

Příznaky syndromu vyhoření:

- **Tělesné příznaky:** nespavost, bolesti hlavy, zad, kardiovaskulární onemocnění, zažívací potíže a pocit únavy až vyčerpání;
- **Emoční a psychické příznaky:** apatie, pocit prázdnoty nebo osamocení, podrážděnost, záchvaty zlosti, hněvu a pláče, vztahovačnost, podezíravost, emoční labilita;

- **Důsledky pro výkon, osobní život a vztah k práci:** ztráta zájmů, cílevědomosti, prodloužená doba regenerace, ztráta sebeúcty a pocit neschopnosti, nižší produktivita trvající několik měsíců, ztráta motivace k výkonu, těžké navazování a udržování společenských vztahů [10].

3.5 Psychická a profesní zátěž příslušníků Policie ČR

Policejní práce je povolání, které vyžaduje od policistů čelit situacím a místům, ze kterých by se ostatní raději vyhýbali. Policisté často čelí neustálému ohrožení vlastního života či zdraví a musí se vypořádat s různými nebezpečnými situacemi, jako jsou nehody s vážnými zraněními a úmrtími, případy sebevražd nebo vyjednávání s ozbrojenými pachateli. Často také mohou vidět mrtvolky v různém stádiu rozkladu, kdy se může jednat i o oběti trestných činů. Oběti jsou bohužel také děti, setkání s takovým to případem může být velice traumatizující a mnoho policistů jej právem označuje jako nejhorší zážitky své kariéry. Tyto všechny situace jsou pro policisty každodenní rutinou, přestože jsou pečlivě vybíráni a musí projít náročným psychologickým testováním. Policisté se s těmito stresovými situacemi vyrovnávají specifickými způsoby, jako je používání černého humoru nebo bagatelizování situace, aby se chránili před emocionálním vypětím. Tyto mechanismy mohou být vnímány jako cynické a nevhodné ostatními lidmi, ale pro policisty jsou často nezbytné pro zvládnutí jejich náročné práce [11].

Pojmenovat všechny zdroje a příčiny stresu je složité, jelikož stres je většinou způsoben více faktory najednou, tyto faktory však působí na každého člověka jinak, jelikož každý člověk je jedinečný.

V profesi policisty je mnoho zdrojů psychické zátěže. Autorka Kirschmanová ve své knize s názvem "Život s policajtem" popisuje šest skutečností, které se mohou vztahovat na mnoho útvarů Policie ČR. Jedná se o:

1. **Práce na směny** – Denní a noční směny s pracovní dobou dvanácti či dvaceti čtyř hodin jsou často považovány za rizikový faktor, zejména pokud jde o noční služby. Ty mohou negativně ovlivnit biorytmus policisty a způsobit narušení spánkových cyklů. Dlouhodobé problémy se spánkem mohou vést k nadměrnému užívání návykových látek, jako jsou alkohol, sedativa, kofein nebo nikotin. Tyto látky jsou často užívány k usnadnění usínání nebo naopak k udržení bdělosti. Avšak časté užívání může vést k vážným poruchám spánku a zhoršení zdraví.
2. **Přesčas** – Policisté se často potýkají s nečekanými situacemi, jako jsou mimořádné události, nadbytek administrativní práce, zadržení pachatele na konci směny nebo dokumentace místa činu. Tyto faktory mohou vést k tomu, že policisté pracují déle než dvanáct hodin, což může ovlivnit jejich pracovní dobu. Podle zákona o služebním poměru má policista právo vykonat až 150 hodin přesčasu za rok, bez nároku na finanční kompenzaci. Dle téhož zákona nesmí policista práci přesčas odmítnout.
3. **Nepředvídatelnost** – Policisté čelí každodenní nejistotě a nepředvídatelnosti při plnění svých profesních povinností. Nikdy nevědí, kdy budou muset vyjet k zákroku nebo mimořádné události a zda nebudou povoláni do služby během svého osobního volna. Navíc policisté často nemají jistotu ohledně následků svých akcí během výkonu služby. Tyto nejistoty mohou mít vliv na osobnost policisty a jeho rodinu, stejně jako na kvalitu výkonu jeho práce. Policisté často nemají dostatek času ani prostoru na uspokojení svých základních potřeb, jako je například jídlo. V důsledku toho jsou od policistů vyžadovány velké množství flexibility, což může být náročné na jejich osobní život. Celkově je tedy nejistota a nepředvídatelnost výraznou součástí profesního života policisty.
4. **Dohled veřejnosti** – Policie se potýká s náročnými výzvami, které mohou ovlivnit nejen výkon jejich práce, ale také jejich osobní život. Být pod dohledem veřejnosti, která pozoruje každý krok policisty a dokumentuje

jej (např. mobilním telefonem), může být stresující. Navíc se stává, že lidé kolem policisty vyvíjejí tlak na to, aby konal kroky, které přesahují jeho pravomoci, což může ovlivnit nejen policistův výkon práce, ale i jeho rodinu. Policejní povolání je stigmatizované, což může být umocněno médií, která vytváří generalizovaný postoj ve společnosti na základě jedné negativní skutečnosti. To vše může mít vliv na osobnost policisty a jeho schopnost reagovat na nepředvídatelné situace.

5. **Odloučení od rodiny** – Především se jedná o situace, které se týkají mimořádných událostí, jako jsou záchranné pátrací akce, přírodní katastrofy nebo střežení hranic a podobně. Tyto situace mohou vést k tomu, že policista bude mimo domov několik dní či týdnů. Tento dlouhý časový úsek může být pro policistu velmi náročný. Například u jednoho policisty mohou být zátěžovými myšlenkami aktuální dění v domácnosti, jako například narození dítěte, zatímco u jiného mohou být touhou po klidu a pohodlí domova.
6. **Fyzická náročnost** – Od policistů je očekáváno, že budou na tolik fyzicky zdatní, aby byli schopni doběhnout a zpacifikovat podezřelou osobu, překonávat u toho překážky jako třeba přeskočit plot. V kombinaci s nepravidelným či žádným spánkem, neuspokojením základních fyziologických potřeb a případnou prací přesčas, může být fyzická energie, a s tím spojená kondice vnímána jako zátěžový faktor [12].

3.5.1 Příklady traumatizujících událostí v průběhu policejní služby

- ohrožení vlastního života;
- ohrožení života nebo vážná zranění u vlastních dětí, partnerů, blízkých příbuzných, přátel a kolegů;
- použití služební zbraně se smrtelnými následky nebo těžkými zraněními;
- pohled na vážná zranění či případy kruté smrti;
- sebevražda kolegy nebo smrt kolegy při výkonu služby;

- zásahy u teroristických útoků;
- nasazení u hromadných neštěstí a katastrof;
- jakákoli událost, která má příliš silný dopad [3].

3.6 Psychologická péče u Policie ČR

Zákon č. 361/2003 Sb. o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů je nejvyšší právní normou, která určuje, že policisté mají právo na psychologickou péči. Pro občanské zaměstnance a policisty je poskytování psychologické péče součástí péče o zaměstnance, což je významný prvek řízení lidských zdrojů a důležitý kritérium kvality managementu, podle kterého je hodnocena činnost Policie ČR v rámci Evropské unie [13].

Psychologické vyšetření je často prvním krokem, kterým prochází uchazeč o práci u policie, je to proto aby byla zjištěna jeho osobnostní způsobilost k výkonu služby. Avšak práce policejních psychologů se neomezují pouze na personální výběr, ale zahrnují také psychologickou péči o policisty, jejich rodinné příslušníky a blízké. Cílem psychologů i personalistů je najít lidi s vysokou psychickou odolností a stabilitou, aby byli schopni zvládat náročnou a stresující práci policisty. Je důležité pečovat o psychickou pohodu příslušníků, protože každý se může dostat do obtížné situace a potřebovat pomoc [13].

Psycholog může být zapojen do poskytování bezprostřední pomoci po krizové situaci jako součást policejní intervenční péče. Policejní psychologové dodržují etický kodex, který jim ukládá povinnost zachovávat mlčenlivost a diskrétnost ve všech záležitostech, které s klienty řeší. Tato práce vyžaduje odbornou specializaci a policejní psychologové si průběžně doplňují a rozšiřují své znalosti. [13].

Psychologickou péčí definuje závazný pokyn policejního prezidenta č. 231/2016 následovně:

"Psychologickou péčí se rozumí činnost, při které psycholog poskytuje policistům a zaměstnancům zejména: 'konzultační a poradenskou činnost zaměřenou na poskytnutí krátkodobé podpory při řešení konkrétního a aktuálního problému, např. vztahového, výchovného nebo komunikačního', psychoterapii, krizovou intervenci, supervizi, vzdělávací činnosti zaměřené na zátěžové situace a nácvik dovedností k jejich zvládnutí a činnost ke zkvalitňování týmové spolupráce a budování týmů" [14].

„Cílem psychologické péče je psychická stabilita policistů a zaměstnanců, rozvoj jejich schopností a zkvalitňování jejich práce v týmu. Výjimečně ji lze poskytnout také osobám policistům a zaměstnancům blízkým, pokud je to pro psychickou stabilitu těchto policistů a zaměstnanců potřebné. Psychologická péče je poskytována jednotlivcům nebo skupinám na žádost policistů a zaměstnanců, jejich nadřízeného nebo osob policistům nebo zaměstnancům blízkých. Psychologická péče probíhá diskrétně a na základě dobrovolnosti. O poskytování psychologické péče se nezpracovávají a neuchovávají osobní údaje“ [14].

3.6.1 Systém kolegiální podpory – peer

„Systémem kolegiální podpory se rozumí poskytování psychické podpory policistům a zaměstnancům, popřípadě jejich blízkým osobám, kteří jsou v komplikované, psychicky náročné životní situaci, poskytovateli kolegiální podpory – peery.“ Smyslem tohoto systému je zejména v rozhovorech, sdílení pocitů, problémů a konkrétní pomoci či poskytnutí informací o vhodných informacích, které mohou policistovi přispět k vyřešení jeho problému. Peer může také v případě zájmu sjednat psychologickou pomoc u odborníků. Cílem systému je předcházet rozvoji psychických problémů policistů [14].

„Peer je v kolegiální podpoře řádně vyškolený policista, zaměstnanec nebo osoba, kteří jsou na návrh koordinátora systému kolegiální podpory jmenováni ředitelem krajského ředitelství policie k poskytování kolegiální podpory“ [14].

Policista, který vykonává činnosti peera, je v systému kolegiální podpory zařazen dobrovolně. Svou kolegiální podporu poskytuje policistům, kteří o tuto podporu požádají anebo ji na základě svého uvážení sám nabídne. Činnost peera je nezávislá a o všech skutečnostech, o kterých se rámci kolegiální podpory dozví, zachovává mlčenlivost. Od peera se také očekává, že bude dbát o svůj odborný rozvoj v souvislosti s psychologickou péčí [14].

Systém kolegiální podpory koordinuje a organizačně zajišťuje psycholog jmenovaný ředitelem krajského ředitelství policie [14].

3.6.2 Systém krizové intervence

„Systém krizové intervence je nepřetržité poskytování krizové intervence osobám zasaženým traumatizující událostí.“ Krizovou intervenci poskytuje krizový intervent [14].

Krizový intervent je řádně vyškolený policista či občanský zaměstnanec policie, který je jmenován ředitelem krajského ředitelství k plnění úkolů krizového interventa. Krizový intervent informuje policisty a zaměstnance o možnosti psychologické péče u policie. Krizový intervent je psycholog služebně zařazený v oddělení psychologických služeb [14].

Policista nebo občanský zaměstnanec přijímá krizovou intervenci, zejména pokud prožil nebo prožívá traumatizující událost:

1. *„zákrok s použitím střelné zbraně, účast v akci na záchranu rukojmí, pronásledování nebezpečného pachatele, zákrok proti agresivním skupinám,*

náročný výslech oběti, vlastní zranění, teroristický útok nebo jinou mimořádnou událost,

- 2. smrt nebo zranění kolegy nebo blízké osoby, pohled na usmrčení osob či jejich těžká zranění při vážných dopravních nehodách, průmyslových haváriích nebo hromadných neštěstích“ [14].*

3.6.3 Anonymní telefonní linka pomoci v krizi

Linka pomoci v krizi je resortní linkou důvěry (tel. č. 974 834 688) a zahájila svou činnost 14. listopadu 2002. Je určena policistům, hasičům, vojákům, zaměstnancům policie, hasičského záchranného sboru, ministerstva vnitra a jejich rodinným příslušníkům. Linku může využít i širší veřejnost, zvláště v situacích mimořádných událostí. Linka je k dispozici nepřetržitě 24 hodin denně, 365 dní v roce. Na linku je možné zavolat v kteroukoli denní i noční hodinu, a to jak přes služební linky, tak z běžného mobilního čísla. Hovory nejsou nahrávány a ani se nezobrazuje telefonní číslo volajícího. Pracoviště linky je v Praze, jeho přesná adresa se však nezveřejňuje [13].

Cílem anonymní linky je poskytovat pomoc policistům, kteří se potýkají s náročnými služebními zásahy a sebevražednými myšlenkami. Výzkum provedený na Policejní akademii ČR ukázal, že většina policistů se setkala s traumatizujícími situacemi, které ovlivnily jejich život. Nicméně jen málo z nich vědělo, kam se obrátit pro pomoc. Linka pomoci je tedy důležitou součástí pomoci policistům v těžkých životních situacích [13].

Policista, který vykonává službu na anonymní lince:

- užívá krizově intervenčních technik při komunikaci s volajícím a příjemcem internetového poradenství a neomezuje ho v jeho svobodě vyjadřování,*
- poskytuje klientovi linky přijetí, podporu a zplnomocnění k řešení jeho problémů a snášení starostí,*

- *informuje klienta linky o možnostech následné péče, případně ji s jeho souhlasem zprostředkovává“ [14].*

Policista, vykonávající tuto službu, dále také:

- *respektuje anonymitu klienta linky a pracovníků vykonávajících službu linky pomoci v krizi,*
- *zachovává mlčenlivost o svém působení a činnosti související s plněním úkolů na lince pomoci v krizi,*
- *na klienta linky nesmí vyvíjet nátlak, který se týká přesvědčení, náboženství, rasy, politiky nebo sexuální orientace,*
- *řídí se pravidly, znalostmi a dovednostmi získanými akreditovaným výcvikem v telefonické krizové intervenci“ [14].*

Policista se také musí podílet na propagaci veškerých psychologických služeb vč. anonymní linky pomoci v krizi [14].

3.7 Sebevražda

Sebevražda, sebezabití a suicidium tyto tři termíny označují „útok proti vlastní osobě s různým stupněm úmyslu zemřít, u něhož zemřelý mohl předpokládat, že skončí smrtí“, takto udává svou definici Světová zdravotnická organizace [15].

Dle Vágnerové lze sebevraždu definovat jako násilné jednání charakteristické s úmyslem dobrovolně ukončit vlastní život. Osoba, která se rozhodne, že spáchá sebevraždu, sice může aktuálně uvažovat, prožívat i reagovat nestandardně, ale jeho psychika nemusí být patologicky změněna [16].

Dle T. G. Masaryka je sebevrah ten: „kdo učiní svému životu konec úmyslně a vědomě, kdo si smrti jako takové přeje a je si jist, že svým jednáním nebo opomenutím smrt přivodí“ [17].

Suicidální pokus nebo **sebevražedný pokus** popisuje Derek de Beurs jako „chování nezpůsobující smrt, které někdo projevuje v očekávání smrti a s cílem dosáhnout vytoužené změny.“ **Suicidální** či **sebevražedné chování** definuje „...suicidální myšlenky nebo sebevražedné pokusy, tak úmrtí následkem suicidia“ [18].

Sebevražda může být výsledkem nejen somatických nebo psychických chorob, ale také může být způsobena pocitem beznadějně samoty a opuštěnosti. Mladí lidé se mohou rozhodnout pro sebevraždu z různých důvodů, například kvůli oslabení důležitých osobních vztahů. Na druhé straně, mnoho seniorů dnes žije samotě v důsledku změn v rodině a nemají schopnost nebo motivaci hledat smysluplnou náplň svého života. Proto se mohou cítit beznadějně a pomýšlet na sebevraždu. Většina odborníků se shoduje, že sebevraždy jsou obvykle výsledkem selhání silného pudu sebezáchovy. Aby bylo možné zabránit sebevraždám, je nutné, aby nejbližší rodina, přátelé a spolupracovníci byli pozorní k jakýmkoli změnám v náladách a chování u blízkých osob, a to zejména u těch, u kterých je předpokládáno vyšší riziko k sebevražedným myšlenkám. Tyto skutečnosti by měly být včas avizovány odborníkům, jako jsou psychiatři, psychologové nebo sociální pracovníci [19].

3.7.1 Historie sebevražd

V křesťanství byla sebevražda považována za smrtelný hřích a projev ztráty víry, vzpoury proti Bohu a podlehnutí temnému pokušení. S postupem času se tento těžký hřích začal vnímat jako závažný zločin, ale pozitivní právo upevňovalo praxi, podle níž byl možné jako "sebevraha" odsoudit jen toho, kdo svůj čin spáchal v úplné vědomosti. V minulosti byli takto potrestáni hlavně ti, kdo se chtěli sebevraždou vyhnout zákonnému trestu smrti za těžký zločin. Francouzští právníci Philippe de Beaumanoir a Jean Boutillier se zasazovali o to, aby byli osoby, které se zabily v důsledku duševní nemoci nebo tělesného utrpení, považovány za neodpuštělné jen v případě, že unikli zákonnému trestu.

Podobně jako v římském právu byly sebevraždy odsouzených k smrti považovány za neodpustitelné. Lidé trpící duševními chorobami byli chráněni kanonickým právem, ale bylo třeba prokázat, že skutečně trpí duševní nemocí [20].

Od středověku se postupně formovala praxe, jejímž výsledkem byl tzv. trojí trest. Jednalo o trest majetkový, duchovní a tělesný. Majetkový trest spočíval v konfiskaci jmění, k tomu trestu však přistupovali jen některé země. Trest duchovní spočíval v porušení v pátém přikázání – Nezabiješ, přikázání se totiž nevztahuje jen na bližního svého, ale také na sebe samotného. Sebevraha tak čeká zatracení. Sebevražda znamenala vyloučení z komunity věřících formou odepření církevního pohřbu a spočinutí v posvěcené půdě. Sebevrah se tedy potrestal pohřbením na necírkevním pozemku, nejpotupnější byl trest, kdy byl sebevrah pohřben na „nečistém“ místě, především na popravišti či prostoru určeném k umísťování odpadu. Každá země však opět měla svůj „nejhorší“ trest. Poslední tělesný trest spočíval v pravidlech, dle kterých mohli na mrtvého sahat jen osoby k tomu určenému. Aby se předešlo k utajení sebevraždy, musel sebevraha (např. oběšeného) snímat jen strážník nebo žalárník, popřípadě kat. V některých zemích se dokonce sebevrah popravil, to znamenalo, že mrtvého například vláčeli za koněm, spalovali či se jejich těla mrzčili [20].

V průběhu 18. a 19. století došlo k vzestupu sebevraždy ve větších městech, největší podíl na tom měla průmyslová revoluce. Ve 30. letech 20. století vzrostla sebevraždy, což souviselo s hospodářskou krizí, ve 40. letech s 2. světovou válkou, v 50. letech s politickou situací té doby [21].

3.8 Dělení sebevražd

Pokud jde o druhové nebo také klasické rozdělení sebevražd, hovoří se pak o bilanční, demonstrativní a impulsivní sebevraždě.

Bilanční sebevražda bývá promyšlený a připravený čin vycházející z toho, že člověk má pocit, že pro něj již není místo nebo jeho situace je neřešitelná (např. maligní nádorové onemocnění). Taková osoba si před činem může vyhodnocovat pro a proti. Tato forma sebevraždy je typická i pro naprosto zdravé jedince. Ovšem dle kterých odborníků každé suicidium vzniká z patologického podkladu. Často je označována jako „pravá“ sebevražda.

Demonstrativní sebevražda je jakýsi proces volání o pomoc s jasně vědomou motivací. Člověk nejedná s úmyslem se zabít, ale chce na sebe připoutat pozornost blízkého okolí.

Impulsivní sebevražda nebo také zkratkovitá sebevražda je reakce na nějakou aktuální situaci, například úmrtí blízké osoby, rozchod nebo i výpověď v práci. Dle Vágnerové obvykle člověk nemá potřebu zemřít, ale pouze jedná vlivem okamžitého impulsu [16;22].

Dále se sebevražedné jednání dělí podle počtu angažovaných osob:

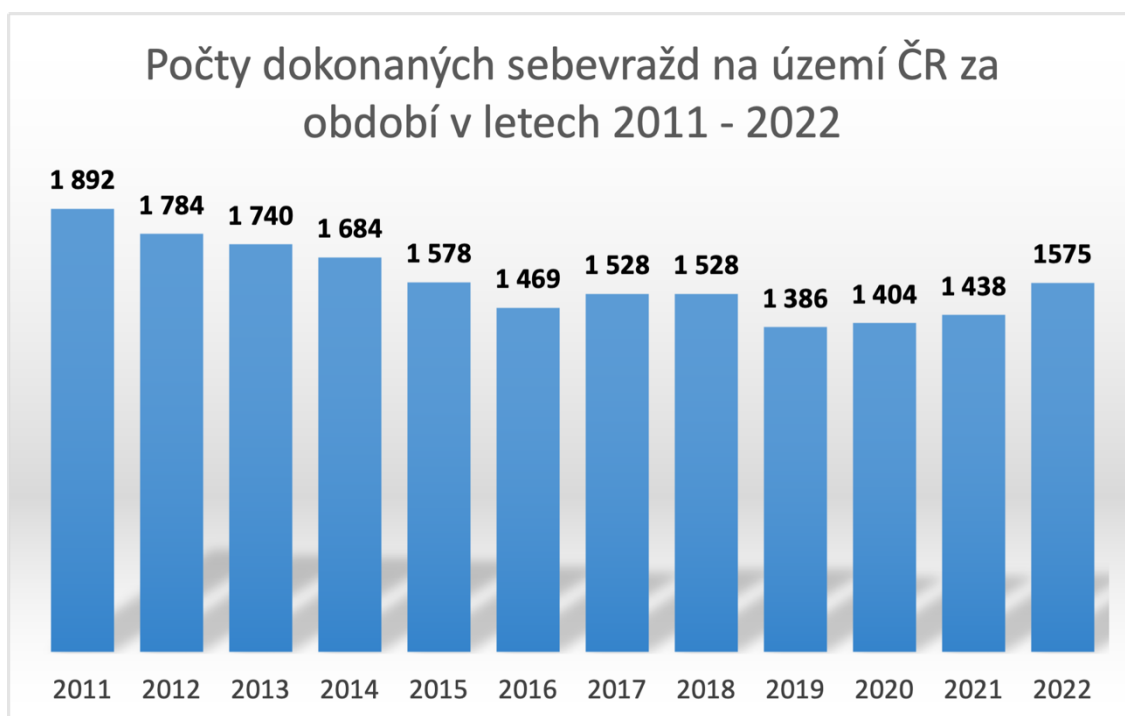
Párová sebevražda – sebevražedného jednání se dopustí manželé, milenci nebo partneři po předešlé domluvě.

Rozšířená sebevražda – toto sebevražedné jednání se posledních letech objevuje čím dál častěji. Osoba, která se rozhodně spáchat sebevraždu tzv. vezme někoho sebou. Jedná se například o situace, kdy matka zabije i své dítě nebo otec vyvraždí celou rodinu, a nakonec sám spáchá sebevraždu [22].

3.9 Sebevražednost v ČR

V České republice dochází k přibližně čtyřikrát většímu počtu úmrtí mužů v důsledku sebevražd než u žen. Celkový počet sebevražd přesahuje ročně třináct set případů. Nejvyšší míra sebevražd se vyskytuje ve věkové skupině 34- 65 let, přičemž nejvíce případů je zaznamenáno mezi muži. Páchání sebevražd v ČR většinou není rovnoměrně rozloženo během celého roku.

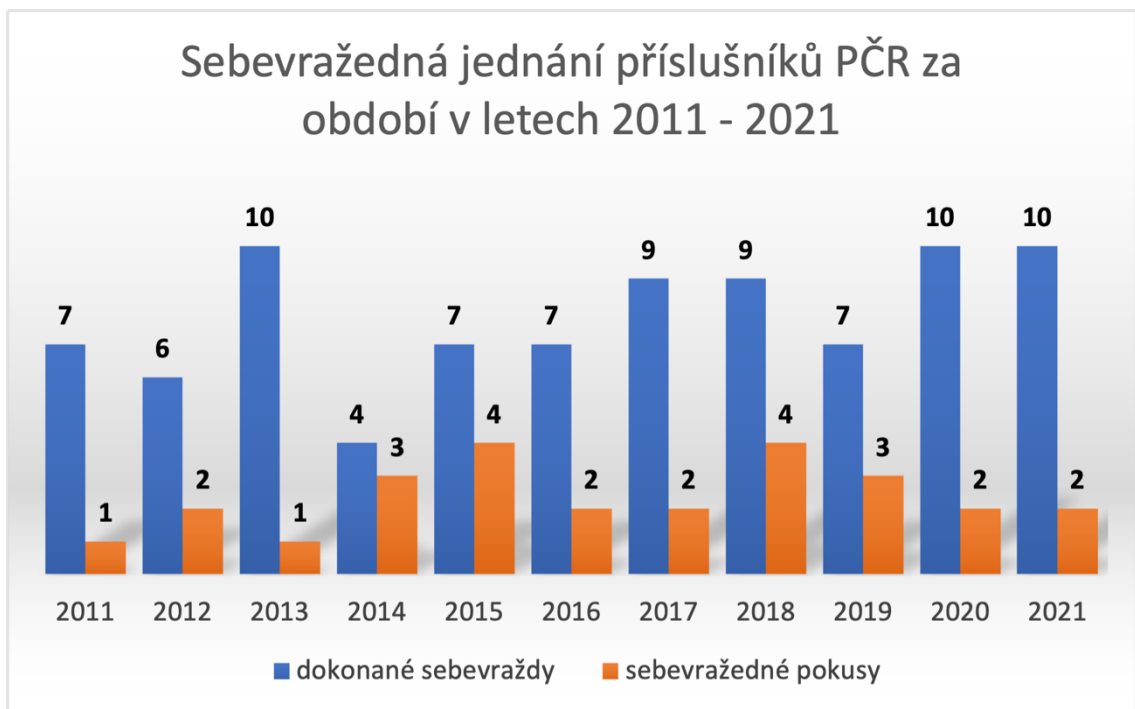
Nejvyšší počet případů obvykle nastává v jarních měsících a v první polovině léta. Naopak během podzimních měsíců se sebevraždnost snižuje a dosahuje svého nejnižšího bodu v prosinci. V české populaci dlouhodobě převažuje oběšení jako nejčastější způsob spáchání sebevraždy. U mužů se také často vyskytuje použití střelné zbraně a skok z výšky, zatímco u žen je nejčastější způsob sebeotrávení a poté, jako u mužů, skok z výšky [23;24].



Obrázek 1 - Dokonané sebevraždy na území ČR 2011–2022[zdroj: PP Policie ČR]

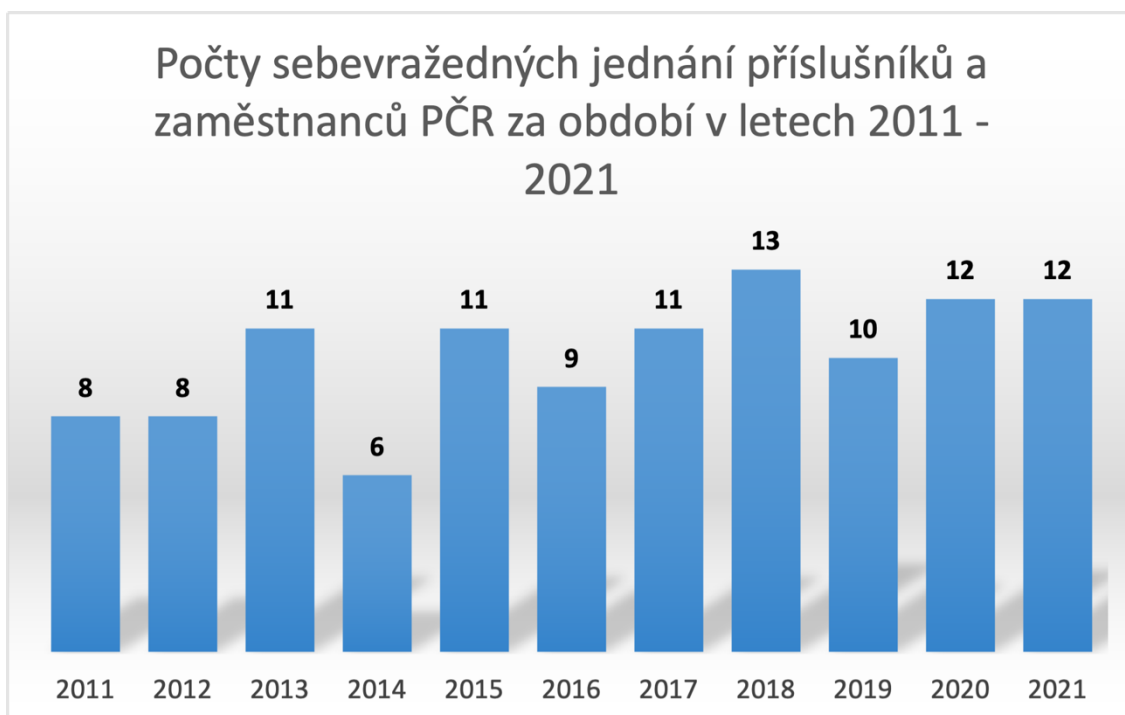
3.10 Sebevraždnost policistů

Z pokynu policejního prezidenta jsou každý rok sledovány mimořádné události, mezi které mimo jiné patří i sledování případů dokonanych sebevražd či jejich pokusů páchaných policisty i občanských zaměstnanců PČR. Na základně Organizačního řádu Policejního prezidenta ČR vyšetřuje, objasňuje sebevraždy policistů Úřad vnitřní kontroly (dále jen ÚVK). Jak můžeme vidět na Obrázku č. 1 a Obrázku č. 2 sebevraždnost policistů se v poměru k běžné veřejnosti nijak nevymyká [25].



Obrázek 3 - Sebevraždy a pokusy příslušníků PČR 2011–2021 [zdroj: Výroční zpráva ÚVK]

Motivy suicidálního jednání policistů k jednotlivým případům zcela pochopitelně z etických důvodů nesdělujeme. Obecně se však dá říct, že u policistů jsou to často partnerské či rodinné neshody nebo náhlé existenční problémy, které je vedou k jednání, kterým dobrovolně ukončí svůj život. Nejčastěji policisté volí jako způsob sebevraždy oběšení, dále použití střelné zbraně, kdy dle statistik PP není výrazný rozdíl mezi použitím služební a soukromé zbraně, kterou policista držel legálně. Třetím nejčastějším způsobem je smrt na železniční trati. Jako čtvrtý nejčastější způsob je otrava léky, alkoholem či jinými toxiny. Tyto způsoby jsou stejně tak nejčastěji využívány u běžné populace s jednou výjimkou, třetím nejčastějším způsobem je skok z výšky a poté následují různé způsoby otravy [24;25].



Obrázek 4 - Sebevražedné jednání příslušníků a zaměstnanců 2011-2021 [zdroj: PP Policie ČR]

| Rok | 2011 | 2012 | 2013 | 2014 | 2015 | 2016 | 2017 | 2018 | 2019 | 2020 | 2021 |
|---|----------|----------|-----------|----------|-----------|----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| Sebevražedné jednání příslušníků PČR (vč. pokusů) | 6 | 5 | 11 | 5 | 11 | 9 | 6 | 10 | 10 | 8 | 11 |
| Dokonané sebevraždy občanských zaměstnanců (vč. pokusů) | 2 | 3 | 0 | 1 | 0 | 0 | 5 | 3 | 0 | 4 | 1 |
| Sebevražedné jednání celkem | 8 | 8 | 11 | 6 | 11 | 9 | 11 | 13 | 10 | 12 | 12 |
| - z toho pokusů | 1 | 2 | 1 | 2 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 |
| - z toho dokonanych sebevražd | 7 | 6 | 10 | 4 | 7 | 7 | 9 | 9 | 7 | 10 | 10 |

Tabulka 1 - Sebevražedné jednání příslušníků a zaměstnanců 2011-2021 [zdroj: Výroční zpráva ÚVK]

4 METODIKA

Obsahem následující kapitoly bude popis výzkumného šetření, budou zde uvedena kritéria výzkumného vzorku a představen bude také samotný výzkumný nástroj.

4.1 Popis výzkumného šetření

Pro potřeby zpracování praktické části této bakalářské práce jsme zvolili metodu nestandardizovaného kvantitativního výzkumného šetření pomocí anonymního dotazníku převážně v online formě (viz Příloha 1).

Dotazníková metoda patří k jedné ze základních sociologických metod sběru informací a je postavena na získávání empirických údajů. Tuto metodu jsme se rozhodli aplikovat vzhledem k její jednoduchosti a možnosti oslovení co největšího počtu respondentů.

Výzkumný sběr dat probíhal od 6.5. 2023 do 10.5. 2023, formou online dotazníku, z důvodu dosažitelnosti většího počtu respondentů. Úspěšnost vyplnění dotazníku činila 91,9 %. Z celkového počtu 334 oslovených policistů dotazník vyplnilo 305 respondentů. Výsledky získaných dat budou znázorněny v přehledných grafech a tabulkách s celkovým počtem jednotlivých odpovědí.

4.2 Kritéria výzkumného vzorku

Výzkumný vzorek měl svá předem daná kritéria. Při výběru respondentů byl podmínkou služební poměr u Policie ČR. Vzorek nebyl omezen věkem, pohlavím, délkou praxe, vzděláním ani specializací. Policisté vyplňovali dotazník z vlastního uvážení v rámci kolegiální pomoci, proto nebylo zapotřebí žádné souhlasné stanovisko.

4.3 Výzkumný nástroj

Jako výzkumný nástroj byl pro potřeby praktické části bakalářské práce použit již zmiňovaný anonymní nestandardizovaný dotazník vlastní konstrukce. Dotazník byl složený ze 30 otázek. 21 otázek bylo uzavřených, 8 polouzavřených a 1 otevřená. V úvodu dotazníku byli respondenti informováni o anonymitě dotazníkového šetření a pro jaké účely budou získaná data sloužit. Otázky byly tvořeny na základě cílů bakalářské práce, proto se zaměřují na povědomí policistů o poskytování psychologické péče, dopady práce, pracovního prostředí a traumatických událostí na psychiku policistů. V závěru dotazníku respondenti dostali možnost doplnění vlastního postřehu k probírané problematice.

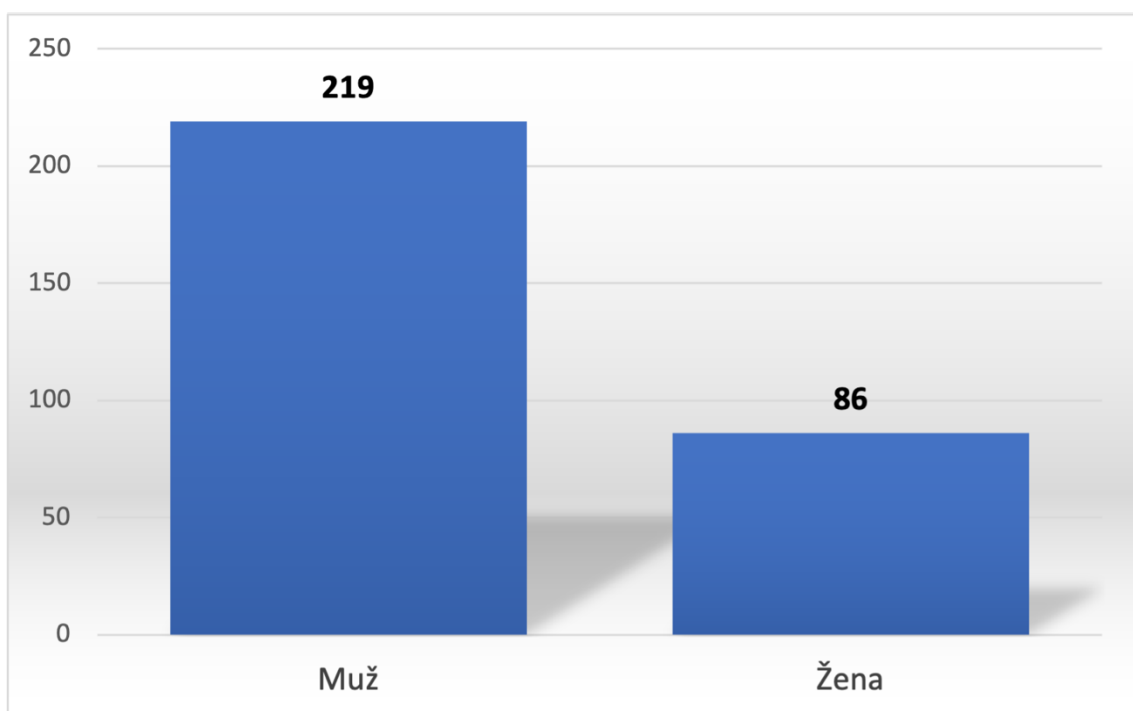
5 VÝSLEDKY

V této kapitole budou uvedeny výsledky dosažené anonymním nestandardizovaným dotazníkovým šetřením. Získaná data budou uvedena v přehledných grafech a tabulkách. Anonymní nestandardizovaný dotazník obsahuje 30 otázek.

5.1 Vyhodnocení dotazníkového šetření

Otázka č. 1 – Jste muž nebo žena? (vyberte jednu možnost)

- Muž
- Žena

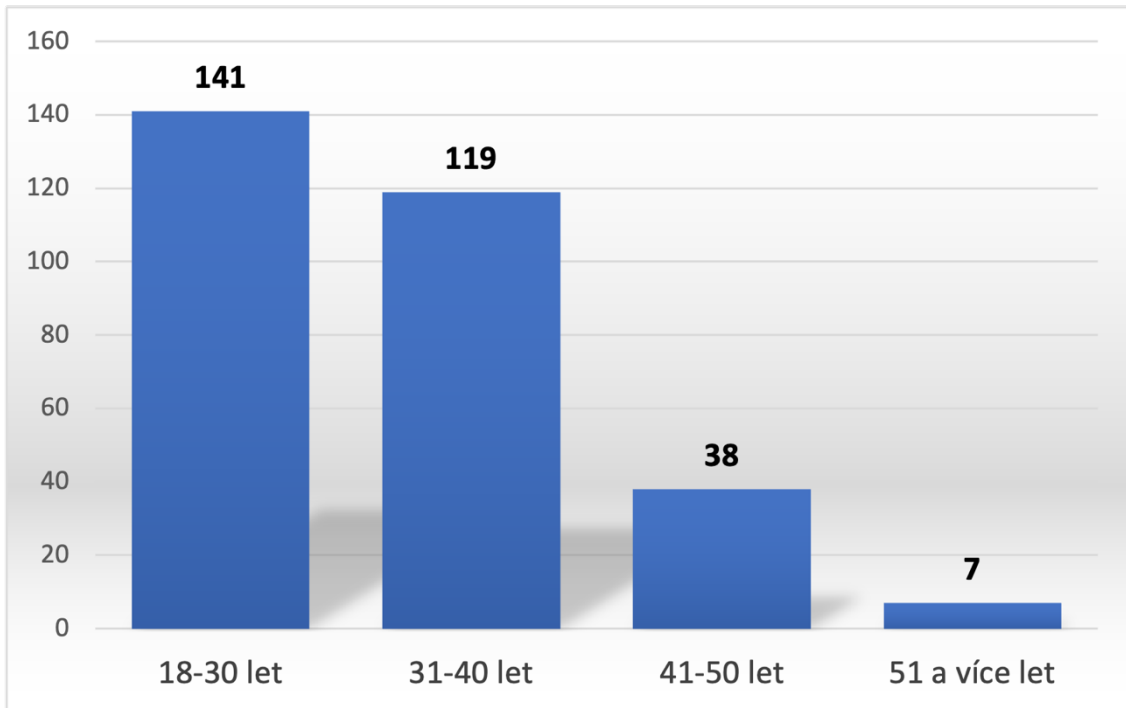


Obrázek 5 - Pohlaví respondentů [vlastní zpracování, 2023]

Otázka č.1 nám ukazuje, že náš dotazník nám vyplnilo 28,2 % příslušnic policie a 71,8 % příslušníků.

Otázka č. 2 – Do jaké věkové kategorie patříte? (vyberte jednu možnost)

- 18-30 let
- 31-40 let
- 41-50 let
- 51 a více



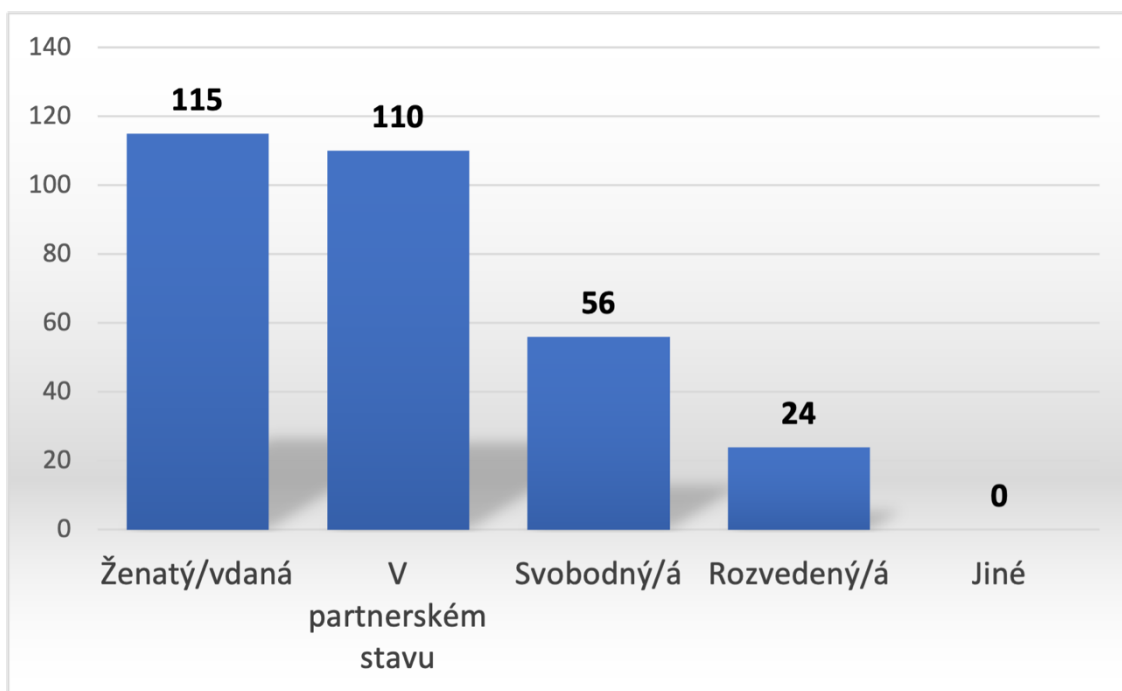
Obrázek 6 - Věk respondentů [vlastní zpracování, 2023]

| Poměr respondentů | | |
|-------------------|----------|-----------|
| Odpověď | Responzí | Percentil |
| 18-30 let | 141 | 46,2 % |
| 31-40 let | 119 | 39 % |
| 41-50 let | 38 | 12,5 % |
| 51 a více let | 7 | 2,3 % |

Tabulka 2 - Věk respondentů [vlastní zpracování, 2023]

Otázka č. 3 – Jaký je váš stav? (vyberte jednu možnost)

- Svobodný/á
- V partnerském vztahu
- Ženatý/vdaná
- Rozvedený/á
- Jiné



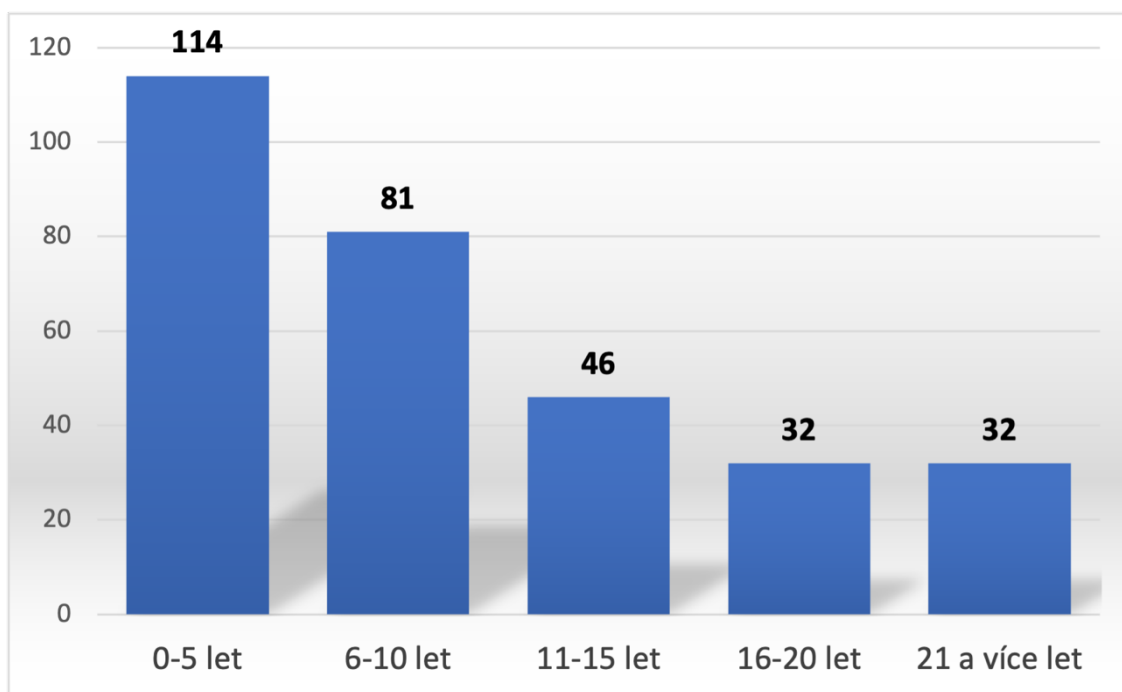
Obrázek 7 - Stav respondentů [vlastní zpracování, 2023]

| Poměr respondentů | | |
|---------------------|----------|-----------|
| Odpověď | Responzí | Percentil |
| Ženatý/vdaná | 56 | 18,4 % |
| V partnerském stavu | 110 | 36,1 % |
| Svobodný/á | 115 | 37,7 % |
| Rozvedený/á | 24 | 7,9 % |

Tabulka 3 - Rodinný stav respondentů [vlastní zpracování, 2023]

Otázka č. 4 – Jak dlouho jste ve služebním poměru u PČR? (vyberte jednu možnost)

- 0-5 let
- 6-10 let
- 11-15 let
- 16-20 let
- 21 a více let



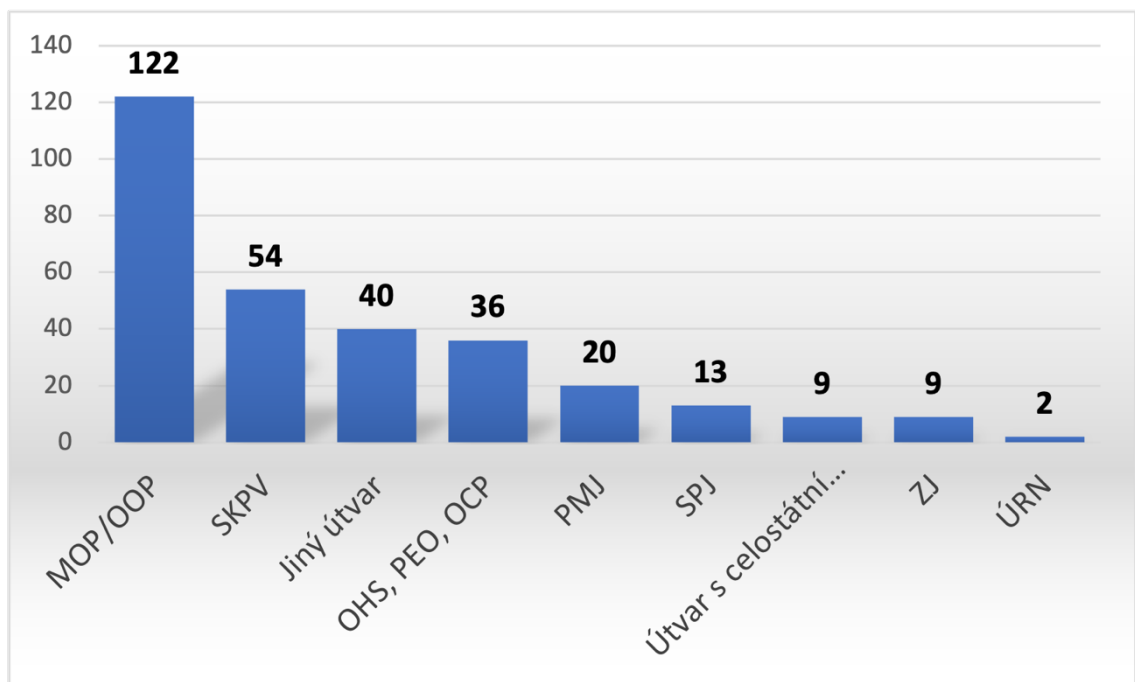
Obrázek 8 - Délka služebního poměru [vlastní zpracování, 2023]

| Poměr respondentů | | |
|-------------------|----------|-----------|
| Věk | Responzí | Percentil |
| 0-5 let | 114 | 26,6 % |
| 6-10 let | 81 | 37,4 % |
| 11-15 let | 46 | 15,1 % |
| 16-20 let | 32 | 10,5 % |
| 21 let a více | 32 | 10,5 % |

Tabulka 4 - Délka služebního poměru [vlastní zpracování, 2023]

Otázka č. 5 – Na jakém útvaru jste zařazen/a? (vyberte jednu možnost)

- MOP, OOP
- PMJ
- SPJ
- OHS, PEO, OCP
- SKPV
- Zásahová jednotka
- Útvar rychlého nasazení
- Útvar s celostátní působností (mimo ÚRN)
- Jiné, uveďte



Obrázek 9 - Služební zařazení respondentů [vlastní zpracování, 2023]

V kategorii „jiné“ respondenti uvedli následující zařazení:

- 20x Dopravní policie
- 7x Integrované operační středisko
- 7x Odbor služební kynologie
- 2x školní policejní středisko
- 1x Ochranná služba
- 1x Oddělení tisku a prevence

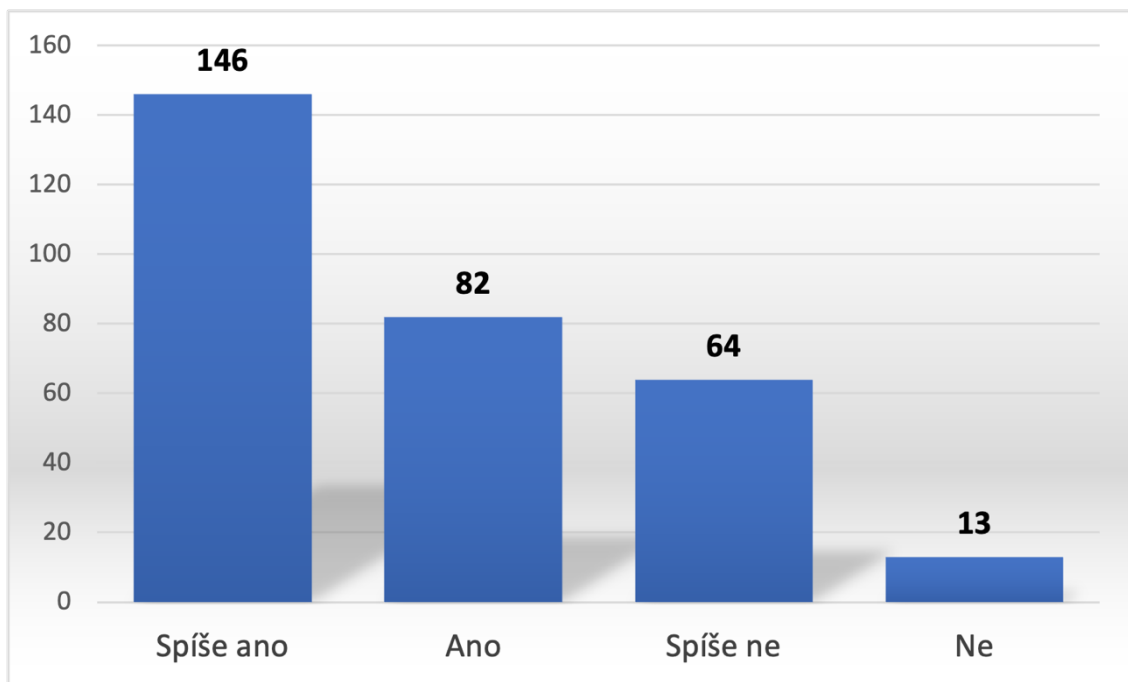
- Policejní prezidium
- 1x Kancelář ředitele pro vnější službu KŘ

| Poměr respondentů | | |
|--|----------|-----------|
| Útvary | Responzí | Percentil |
| MOP, OOP | 121 | 39,7 % |
| PMJ | 20 | 6,6 % |
| SPJ | 13 | 4,3 % |
| OHS, PEO, OCP | 36 | 11,8 % |
| SKPV | 54 | 17,7 % |
| ZJ | 9 | 3,0 % |
| ÚRN | 2 | 0,7 % |
| Útvar s celostátní působností (mimo ÚRN) | 9 | 3 % |
| Jiný útvar | 41 | 13,4 % |

Tabulka 5 - Služební zařazení [vlastní zpracování, 2023]

Otázka č. 6 – Cítíte se být v současnosti ve služebním poměru u PČR spokojen/a a naplněn/a? (vyberte jednu možnost)

- Ano.
- Spíše ano.
- Spíše ne.
- Ne.



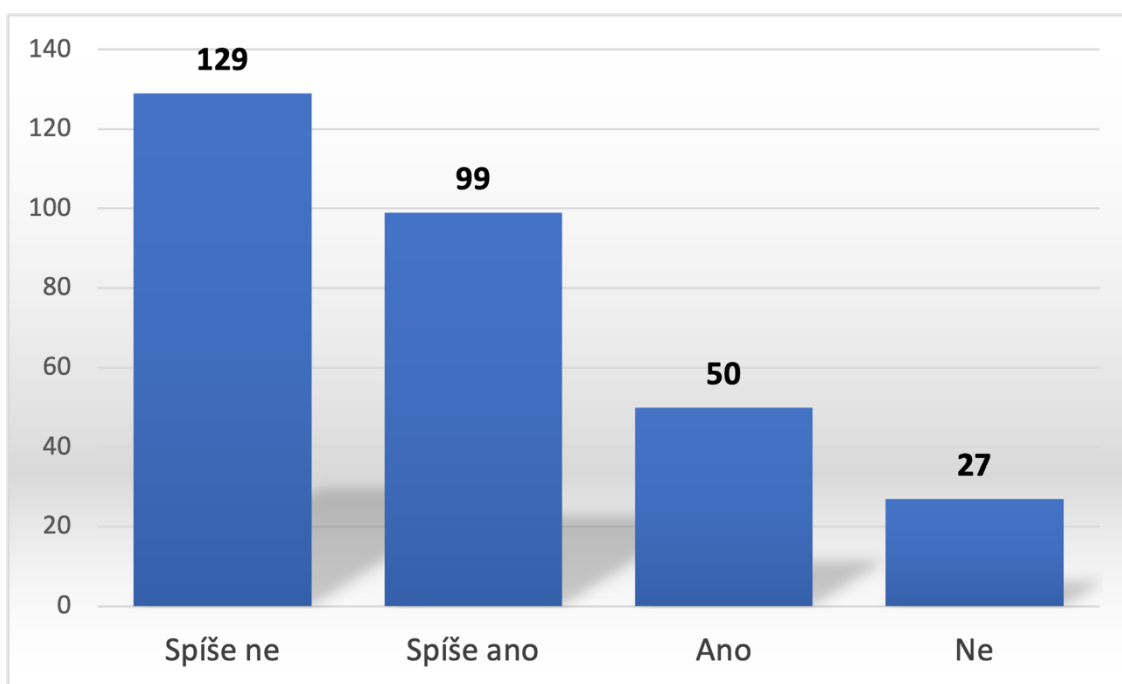
Obrázek 10 - Spokojenost a naplněnost respondentů [vlastní zpracování, 2023]

| Poměr respondentů | | |
|-------------------|----------|-----------|
| Odpověď | Responzí | Percentil |
| Ano | 82 | 26,9 % |
| Spíše ano | 146 | 47,9 % |
| Spíše ne | 64 | 21 % |
| Ne | 13 | 4,3 % |

Tabulka 6 - Spokojenost respondentů [vlastní zpracování, 2023]

Otázka č. 7 – Je pro Vás práce u Policie ČR stresující či se často cítíte pod stresem při výkonu služby? (vyberte jednu možnost)

- Ano.
- Spíše ano.
- Spíše ne.
- Ne.



Obrázek 11 - Pocit stresu při výkonu služby [vlastní zpracování, 2023]

| Poměr respondentů | | |
|-------------------|----------|-----------|
| Odpověď | Responzí | Percentil |
| Ano | 50 | 16,4 % |
| Spíše ano | 99 | 32,5 % |
| Spíše ne | 129 | 42,3 % |
| Ne | 27 | 8,9 % |

Tabulka 7 - Pocit stresu při výkonu služby [vlastní zpracování, 2023]

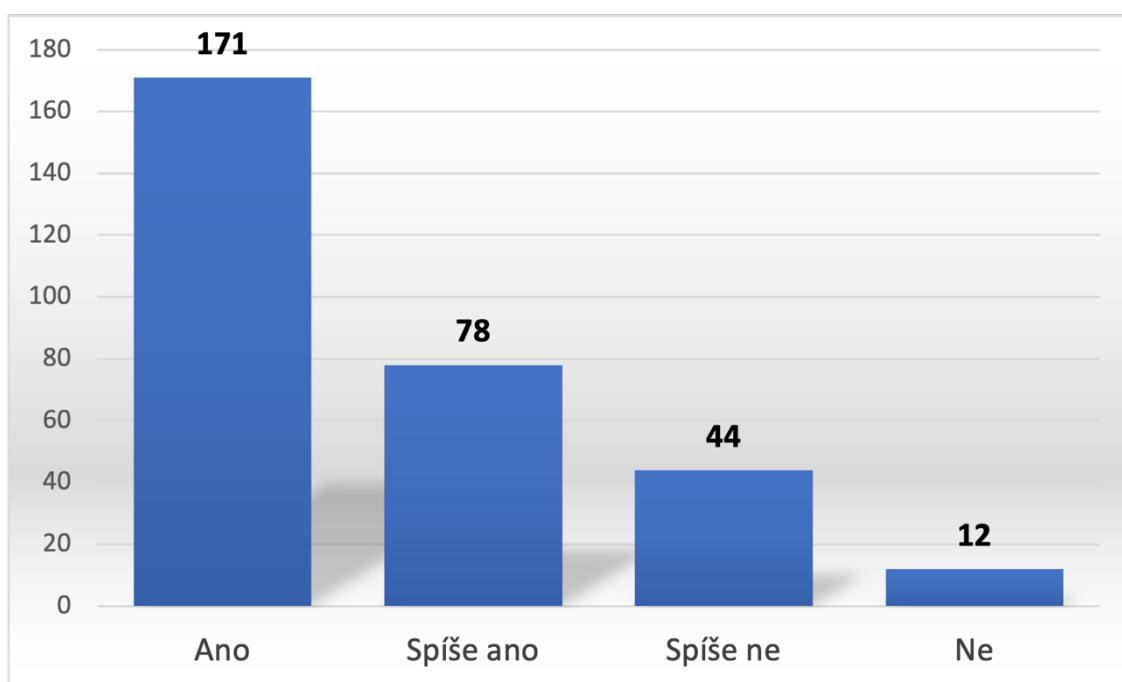
V následující tabulce je znázorněno jako respondenti odpověděli na otázku č. 7 dle služebního zařazení:

| Útvary | Ano | Spíše ano | Spíše ne | Ne |
|--|-----------|-----------|------------|-----------|
| MOP, OOP | 21 | 48 | 42 | 10 |
| PMJ | 5 | 1 | 12 | 2 |
| SPJ | 1 | 3 | 7 | 2 |
| OHS, PEO, OCP | 4 | 13 | 17 | 2 |
| SKPV | 9 | 19 | 24 | 2 |
| Zásahová jednotka | 0 | 0 | 5 | 4 |
| Útvar rychlého nasazení | 0 | 0 | 1 | 1 |
| Útvar s celostátní působností (mimo ÚRN) | 1 | 1 | 5 | 2 |
| Jiný útvar, uveďte jaký | 9 | 14 | 16 | 2 |
| Celkem | 50 | 99 | 129 | 27 |

Tabulka 8 - Pocit stresu při výkonu služby [vlastní zpracování, 2023]

Otázka č. 8 - Setkáváte se při výkonu povolání s traumatizujícími či stresovými událostmi? (např. pohled na mrtvé, těžká zranění, oběti trestných činů vč. dětí, ozbrojení pachatelé apod.) (vyberte jednu možnost)

- Ano.
- Spíše ano.
- Spíše ne.
- Ne.



Obrázek 12 - Výskyt traumatizujících a stresových událostí ve službě [vlastní zpracování, 2023]

| Odpověď | Poměr respondentů | |
|-----------|-------------------|-----------|
| | Responzí | Percentil |
| Ano | 171 | 56,1 % |
| Spíše ano | 78 | 25,6 % |
| Spíše ne | 44 | 14,4 % |
| Ne | 12 | 3,9 % |

Tabulka 9 - Výskyt traumatizujících a stresových situací ve službě [vlastní zpracování, 2023]

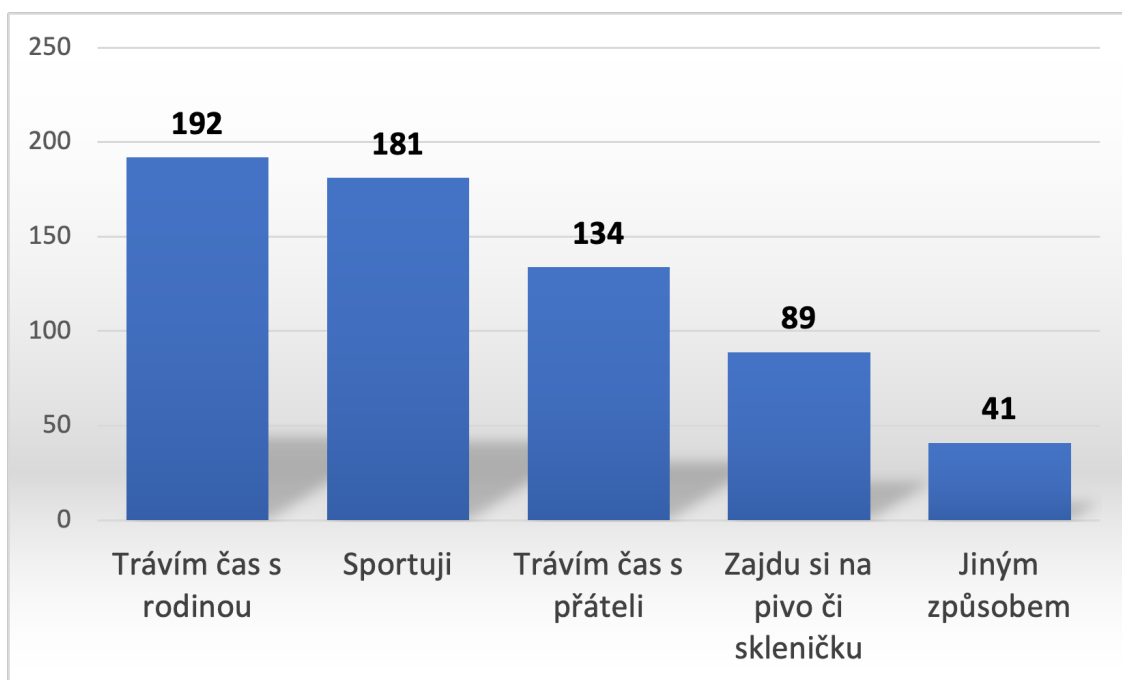
V následující tabulce je zobrazen výskyt traumatizujících a stresových událostí v závislosti na služební zařazení respondentů:

| Útvary | Ano | Spíše ano | Spíše ne | Ne |
|-------------------------------|------------|-----------|-----------|-----------|
| MOP, OOP | 74 | 25 | 19 | 3 |
| PMJ | 14 | 5 | 0 | 1 |
| SPJ | 3 | 7 | 3 | 0 |
| OHS, PEO, OCP | 22 | 10 | 4 | 0 |
| SKPV | 30 | 17 | 4 | 3 |
| Zásahová jednotka | 7 | 0 | 2 | 0 |
| ÚRN | 1 | 1 | 0 | 0 |
| Útvar s celostátní působností | 1 | 0 | 7 | 1 |
| Jiný útvar, uveďte jaký | 19 | 13 | 5 | 4 |
| Celkem | 171 | 78 | 44 | 12 |

Tabulka 10 - traumatizující a stresové situace v závislosti na zařazení [vlastní zpracování, 2023]

Otázka č. 9 – Jak se vyrovnáváte s prožitými traumatizujícími a stresovými událostmi? (Vyberte jednu nebo více odpovědí)

- Trávím čas s rodinou.
- Trávím čas s přáteli.
- Sportuji.
- Zajdu si na pivo či skleničku.
- Nijak to neřeším.
- Jiným způsobem, napište jakým.



Obrázek 13 - Vyrovnávání respondentů s traumatizujícími událostmi [vlastní zpracování, 2023]

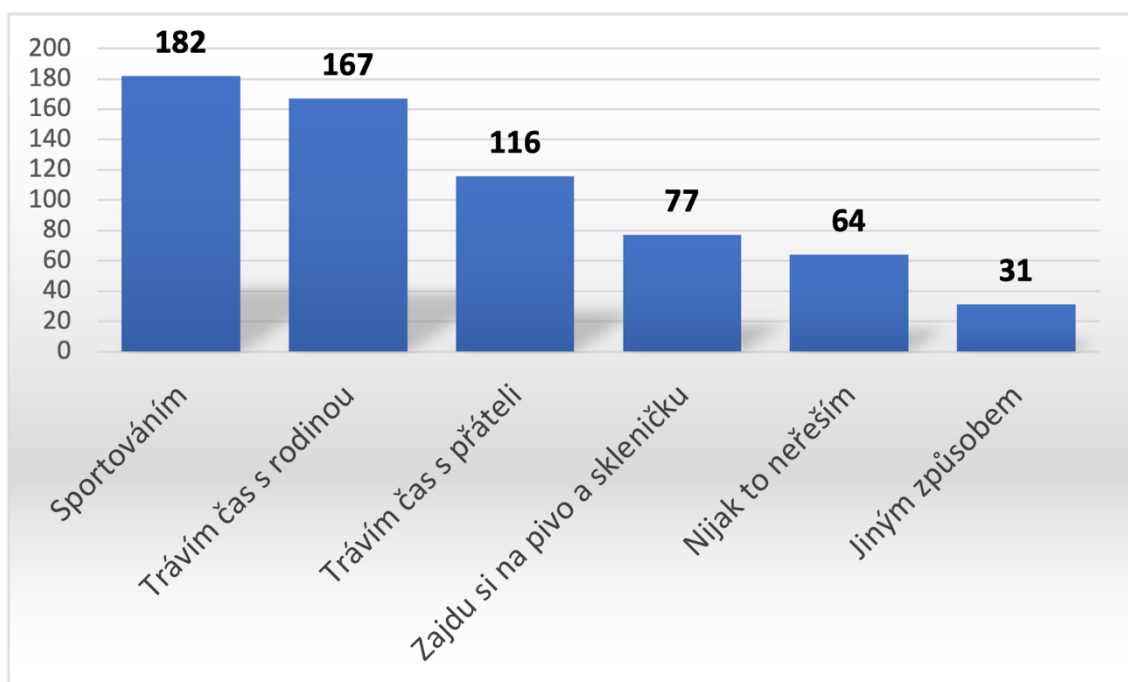
| Poměr respondentů | | |
|-------------------------------|----------|-----------|
| Odpověď | Responzí | Percentil |
| Trávím čas s rodinou | 192 | 63 % |
| Trávím čas s přáteli | 134 | 43,9 % |
| Sportuji | 181 | 59,3 % |
| Zajdu si na pivo či skleničku | 89 | 29,2 % |
| Jiným způsobem | 41 | 13,4 % |

Tabulka 11 - Vyrovnávání respondentů s traumatizujícími událostmi [vlastní zpracování, 2023]

V kategorii „jiným způsobem“ respondenti uvedli jako nejčastější odpověď, že kombinují všechny uvedené možnosti, dále se opakovali činnosti jako četba, procházky v přírodě, trávení času o samotě, cestování, hraní videoher a také manuální práce. Sedm respondentů také uvedlo, že se nijak vyrovnávat nepotřebují, jelikož nepocítují, že by na ně traumatizující a stresové události měly nějaký vliv.

Otázka č. 10 - Jakým způsobem předcházíte psychickému vyčerpání? (Vyberte jednu nebo více odpovědí)

- Trávím čas s rodinou.
- Trávím čas s přáteli.
- Sportováním.
- Zajdu si na pivo či skleničku.
- Nijak to neřeším.
- Jiným způsobem, napište jakým.



Obrázek 14 - Předcházení psychickému vyčerpání [vlastní zpracování, 2023]

Nejčastější odpovědi v kategorii „jiným způsobem“ respondenti uvedli, že předchází psychickému vyčerpání jak kombinací uvedených možností, tak činnostmi jako jsou procházky v přírodě, meditace, spánek, cestování, manuální práce, věnování se domácím mazlíčkům a hraní videoher. Jeden respondent uvedl, že předchází vyčerpání časnou změnou pracovní pozice.

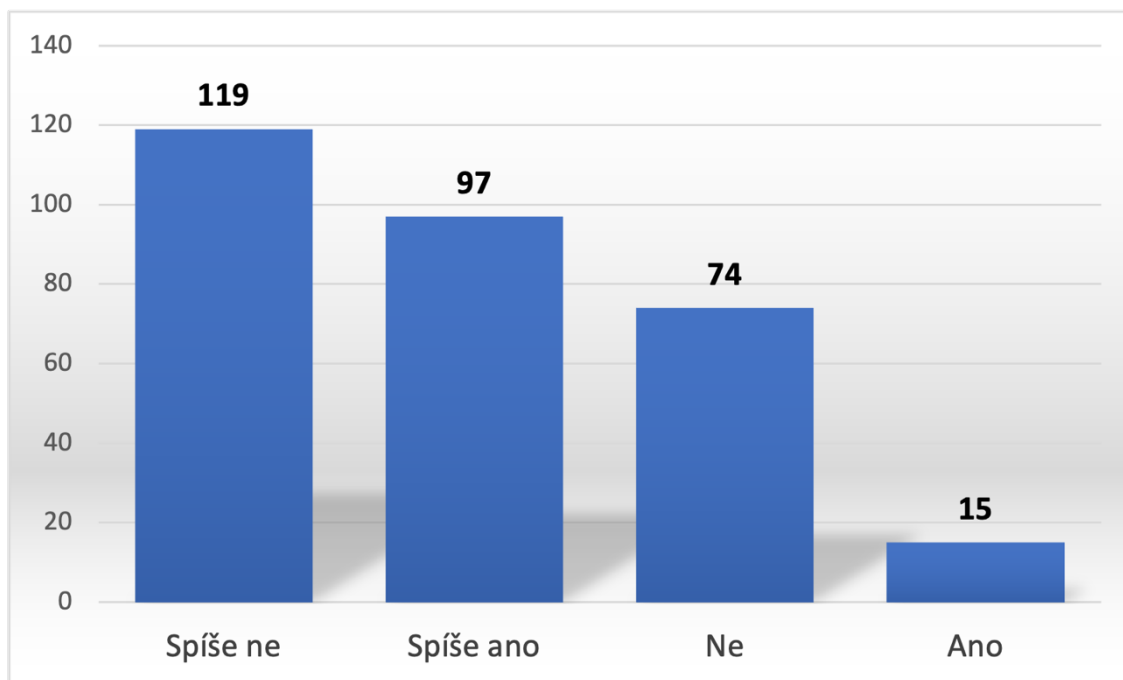
| Poměr respondentů | | |
|-------------------------------|-----------------|------------------|
| Odpověď | Responzí | Percentil |
| Trávím čas s rodinou | 167 | 54,4 % |
| Trávím čas s přáteli | 116 | 38 % |
| Sportováním | 182 | 59,7 % |
| Zajdu si na pivo či skleničku | 77 | 25,2 % |
| Nijak to neřeším | 64 | 21 % |
| Jiným způsobem | 31 | 10,2 % |

Tabulka 12 - Předcházení psychickému vyčerpání [vlastní zpracování, 2023]

Otázka č. 11 - Cítíte se dostatečně odměněn/a za Váš pracovní výkon u PČR?

(vyberte jednu možnost)

- Ano.
- Spíše ano.
- Spíše ne.
- Ne.



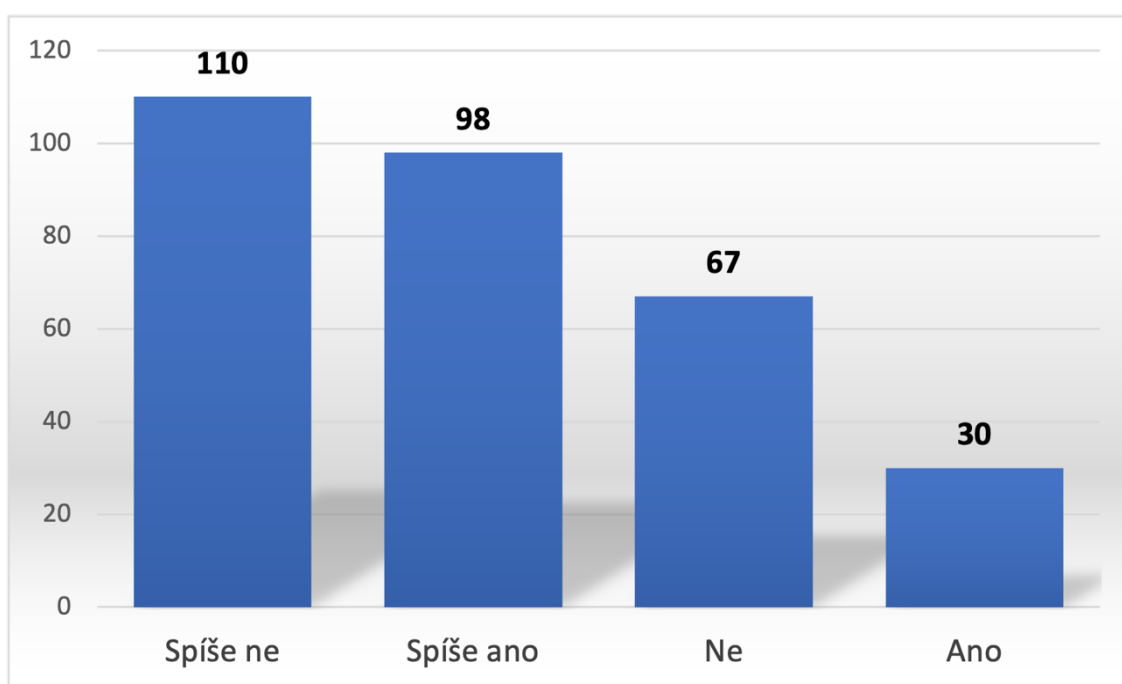
Obrázek 15 - Pocit dostatečného odměnění za pracovní výkon [vlastní zpracování, 2023]

| Poměr respondentů | | |
|-------------------|----------|-----------|
| Odpověď | Responzí | Percentil |
| Ano | 15 | 4,9 % |
| Spíše ano | 97 | 31,8 % |
| Spíše ne | 119 | 39 % |
| Ne | 74 | 24,3 % |

Tabulka 13 - Pocit dostatečného odměnění za pracovní výkon [vlastní zpracování, 2023]

Otázka č. 12 – Jste dostatečně motivován/a k pracovnímu výkonu u PČR (např. pochvaly, odměny, uznání od nadřízeného apod.)? (vyberte jednu možnost)

- Ano.
- Spíše ano.
- Spíše ne.
- Ne.



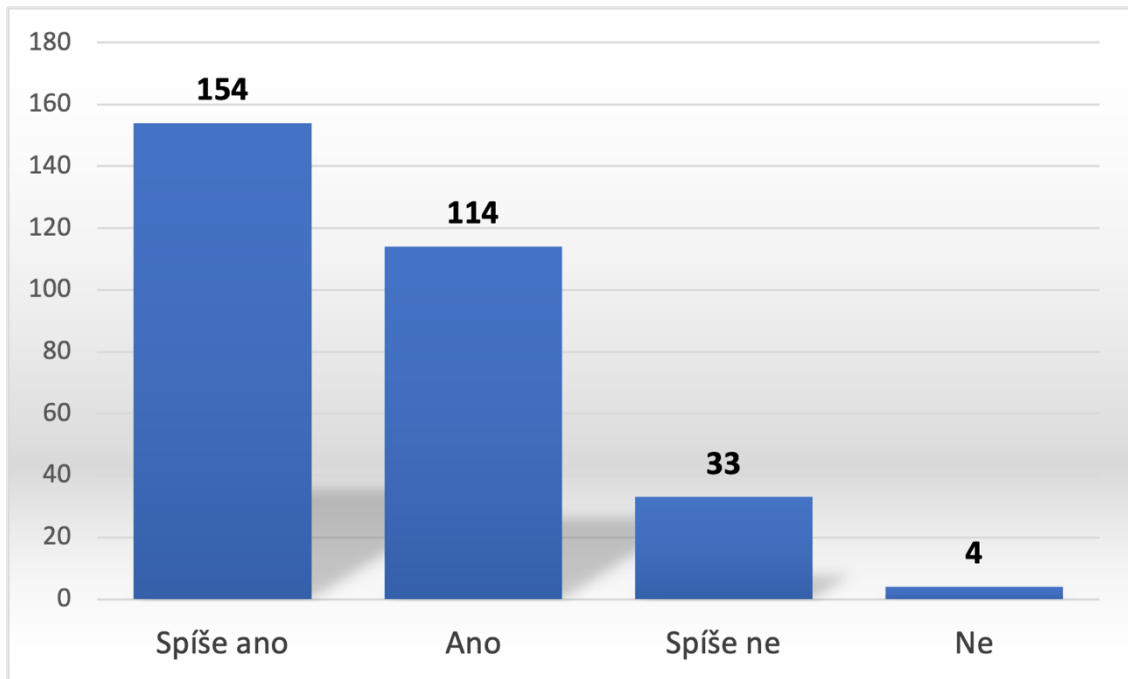
Obrázek 16 - Dostatečná motivace k pracovnímu výkonu [vlastní zpracování, 2023]

| Poměr respondentů | | |
|-------------------|----------|-----------|
| Odpověď | Responzí | Percentil |
| Ano | 30 | 9,8 % |
| Spíše ano | 98 | 32,1 % |
| Spíše ne | 110 | 36,1 % |
| Ne | 67 | 22 % |

Tabulka 14 - Dostatečná motivace k pracovnímu výkonu [vlastní zpracování, 2023]

Otázka č. 13 – Jste spokojen/a se svým kolektivem na pracovišti? (vyberte jednu možnost)

- Ano.
- Spíše ano.
- Spíše ne.
- Ne.



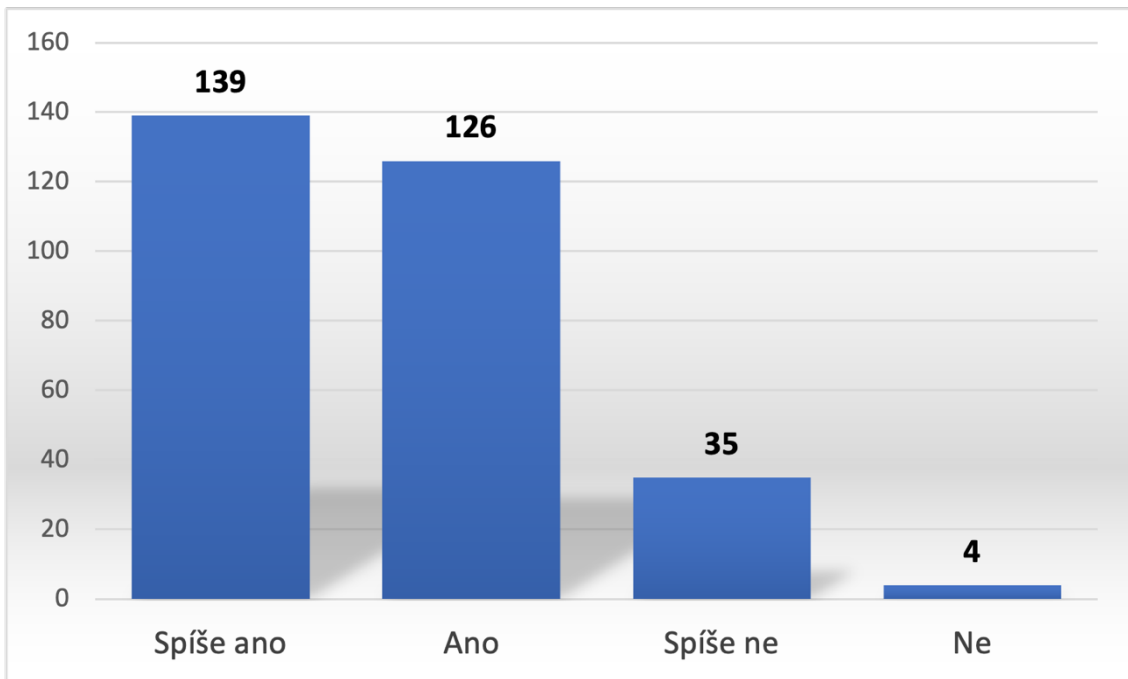
Obrázek 17 - Spokojenost s kolektivem na pracovišti [vlastní zpracování, 2023]

| Poměr respondentů | | |
|-------------------|----------|-----------|
| Odpověď | Responzí | Percentil |
| Ano | 114 | 37,4 % |
| Spíše ano | 154 | 50,5 % |
| Spíše ne | 33 | 10,8 % |
| Ne | 4 | 1,3 % |

Tabulka 15 - Spokojenost s kolektivem na pracovišti [vlastní zpracování, 2023]

Otázka č. 14 – Důvěřujete svým nejbližším kolegům? (např. můžete se na ně spolehnout při zákroku, svěřujete se jim i se svými osobními problémy).
(vyberte jednu možnost)

- Ano.
- Spíše ano.
- Spíše ne.
- Ne.



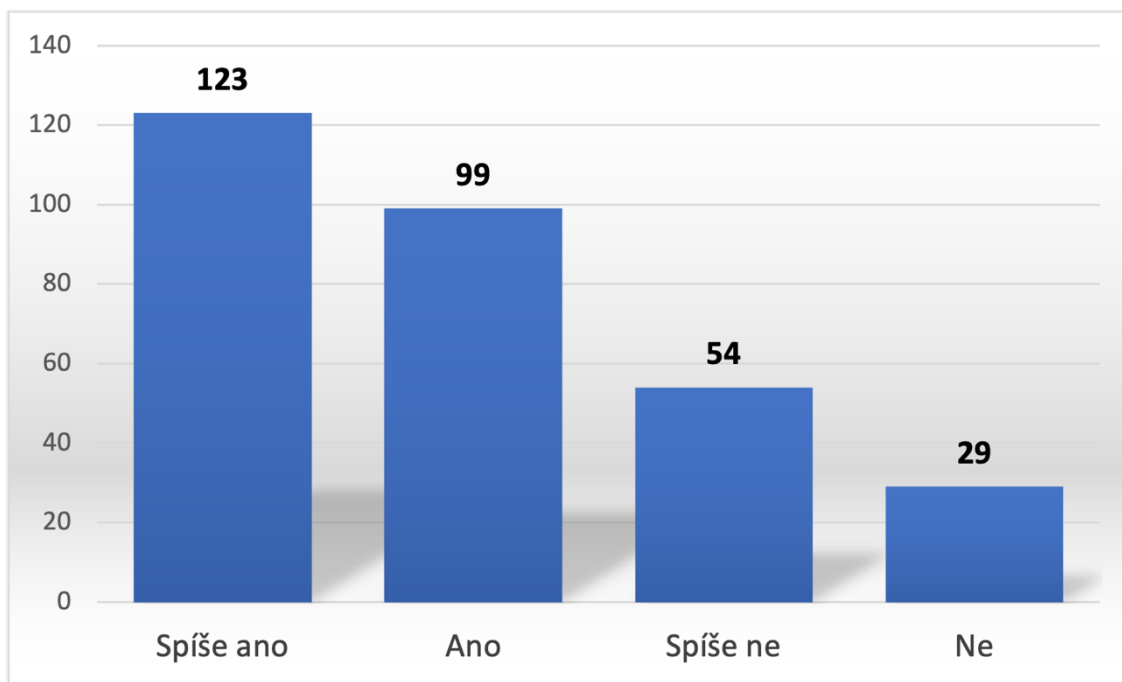
Obrázek 18 - Důvěra v nejbližší kolegy [vlastní zpracování, 2023]

| Poměr respondentů | | |
|-------------------|----------|-----------|
| Odpověď | Responzí | Percentil |
| Ano | 126 | 41,4 % |
| Spíše ano | 139 | 45,7 % |
| Spíše ne | 35 | 11,5 % |
| Ne | 4 | 1,3 % |

Tabulka 16 - Důvěra v nejbližší kolegy [vlastní zpracování, 2023]

Otázka č. 15 – Můžete se spolehnout na svého nadřízeného? (Postaví se za Vás, vyslechne, dobře poradí.) (vyberte jednu možnost)

- Ano.
- Spíše ano.
- Spíše ne.
- Ne.



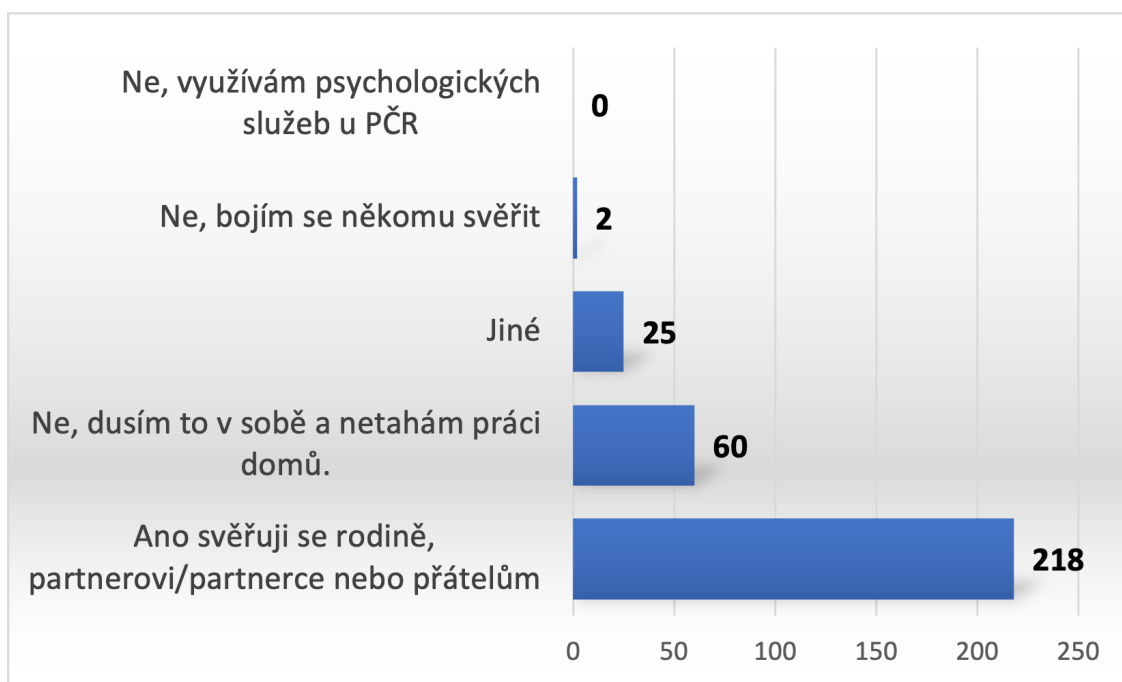
Obrázek 19 - Důvěra respondentů v nadřízeného [vlastní zpracování, 2023]

| Poměr respondentů | | |
|-------------------|----------|-----------|
| Odpověď | Responzí | Percentil |
| Ano | 99 | 32,5 % |
| Spíše ano | 123 | 40,3 % |
| Spíše ne | 54 | 17,7 % |
| Ne | 29 | 9,5 % |

Tabulka 17 - Důvěra v nadřízeného [vlastní zpracování, 2023]

Otázka č. 16 - Mluvíte doma nebo se svými blízkými o své práci, včetně prožitých traumat nebo stresových situací? (vyberte jednu možnost)

- Ano, svěřuji se rodině, partnerovi/partnerce nebo přátelům.
- Ne, využívám psychologických služeb u PČR.
- Ne, dusím to v sobě a netahám práci domů.
- Ne, bojím se někomu svěřit.
- Jiné.



Obrázek 20 - Svěřování se blízkým [vlastní zpracování, 2023]

| Poměr respondentů | | |
|--|----------|-----------|
| Odpověď | Responzí | Percentil |
| Ano, svěřuji se rodině, partnerovi/partnerce nebo přátelům | 218 | 71,5 % |
| Ano, využívám psychologických služeb u PČR | 0 | 0 % |
| Ne, dusím to v sobě a netahám práci domů | 60 | 19,7 % |
| Ne, bojím se někomu svěřit | 2 | 0,7 % |
| Jiná | 25 | 8,2 % |

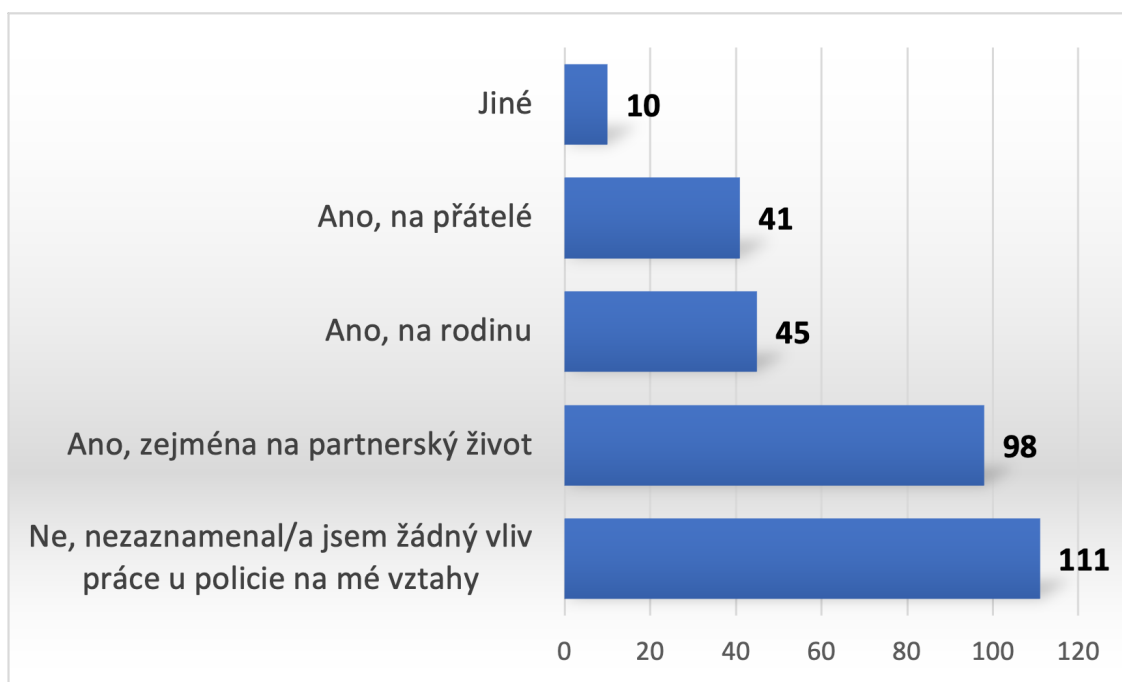
Tabulka 18 - Svěřování se blízkým [vlastní zpracování, 2023]

V kategorii „jiné“ respondenti uváděli:

- „Nic v sobě nedusím, ale práci domů také netahám“
- „V sobě nic nedusím, ale jsem dlouhodobě unavená.“
- „Domů to netahám a vyrovnávám se s tím po svém.“
- „Nerad mluvím o práci mimo zaměstnání.“
- „Neřeším to, patří to k práci.“
- „Ne, mám dostatek kolegů, kteří to mají obdobně, a navíc pracují s informacemi, které veřejnost nepotřebuje znát, ani nejbližší rodina.“
- „Bavím se o tom s kolegou z jiného oddělení, ten chápe problém a takhle se navzájem svěřujeme. Takových přátel mám několik, vždy poradí a mají pochopení.“
- „Dříve jsem se svěřoval doma. S více odslouženými lety práci tahám domů minimálně. Práci probírám s kolegy.“
- „Jsem naštěstí citově vyprahlá osobnost, nepotřebuji se svěřovat.“
- „Nepotřebuji se vypovídat.“
- „Svěřuji se partnerovi, který je také policista.“
- „Snažím se s tím vyrovnat sám.“
- „Práci netahám domů. O událostech prožitých při výkonu služby hovořím s kolegy v práci, kde je rozebíráme.“
- „O práci se bavím výhradně s kolegy, kteří prožili to samé. Nikdo jiný to nechápe v takovém rozsahu a ve správném kontextu.“
- „Mluvím s blízkými, ale velmi omezeně, nechci, aby o mě měli starost.“
- „Ne, mám dostatek kolegů, kteří to mají obdobně, a navíc pracují s informacemi, které veřejnost nepotřebuje znát, ani nejbližší rodina.“
- „Svěřuji se partnerce či přátelům, ale selektivně. Nemám potřebu všechno všem vyprávět. Zvládám bez problému o věcech nemluvit.“

Otázka č. 17 - Má práce u Policie ČR vliv na Vaše osobní vztahy? (vyberte jednu možnost)

- Ano, zejména na partnerský život.
- Ano, na rodinu.
- Ano, na přátele.
- Ne, nezaznamenal/a jsem žádný vliv práce u policie na mé vztahy.
- Jiné, napište jaké.



Obrázek 21 - Vliv na osobní vztahy [vlastní zpracování, 2023]

| Odpověď | Poměr respondentů | |
|---|-------------------|-----------|
| | Responzí | Percentil |
| Ano, zejména na partnerský život | 98 | 32,1 % |
| Ano, na rodinu | 45 | 14,8 % |
| Ano, na přátele | 41 | 13,4 % |
| Ne, nezaznamenal/a jsem žádný vliv práce u policie na mé vztahy | 111 | 36,4 % |
| Jiné | 10 | 3,3 % |

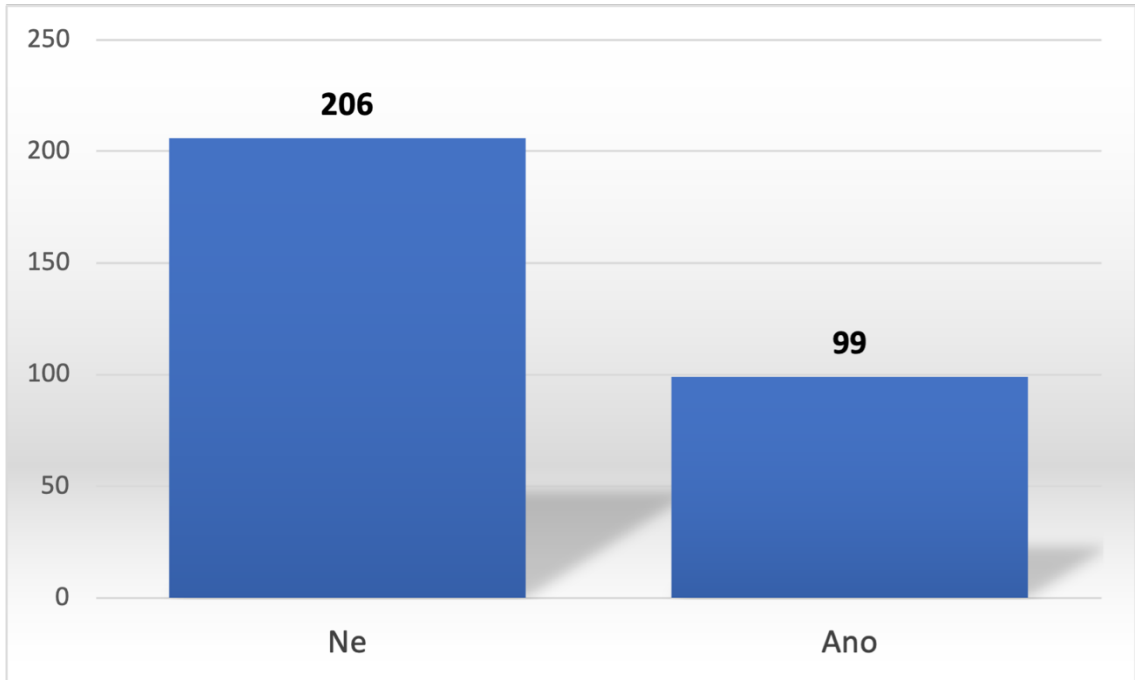
Tabulka 19 - Vliv na osobní vztahy [vlastní zpracování, 2023]

V kategorii „jiné“ respondenti uváděli:

- *„Na rodinu a partnerský život.“*
- *„Má vliv na všechny zmíněné vztahy, a to z důvodu nedostatku času.“*
- *„Ano, má vliv na všechny uvedené.“*
- *„Ovlivňuje mě práce celkově, stále jsem ve střehu – je to profesní deformace.“*
- *„Ano, partnerka musí často trpět mé taktické postupy v bytě.“*
- *„Ano, nemám z tohoto důvodu rád lidi.“*
- *V každém vidím „chuligána“, ale osobní ani rodinné vztahy má práce neovlivňuje.“*

Otázka č. 18 – Kdybyste měl/a možnost odejít do „civilu“ (např. předčasný důchod, renta) udělal/a byste to klidně hned zítra? (vyberte jednu možnost)

- Ano.
- Ne.



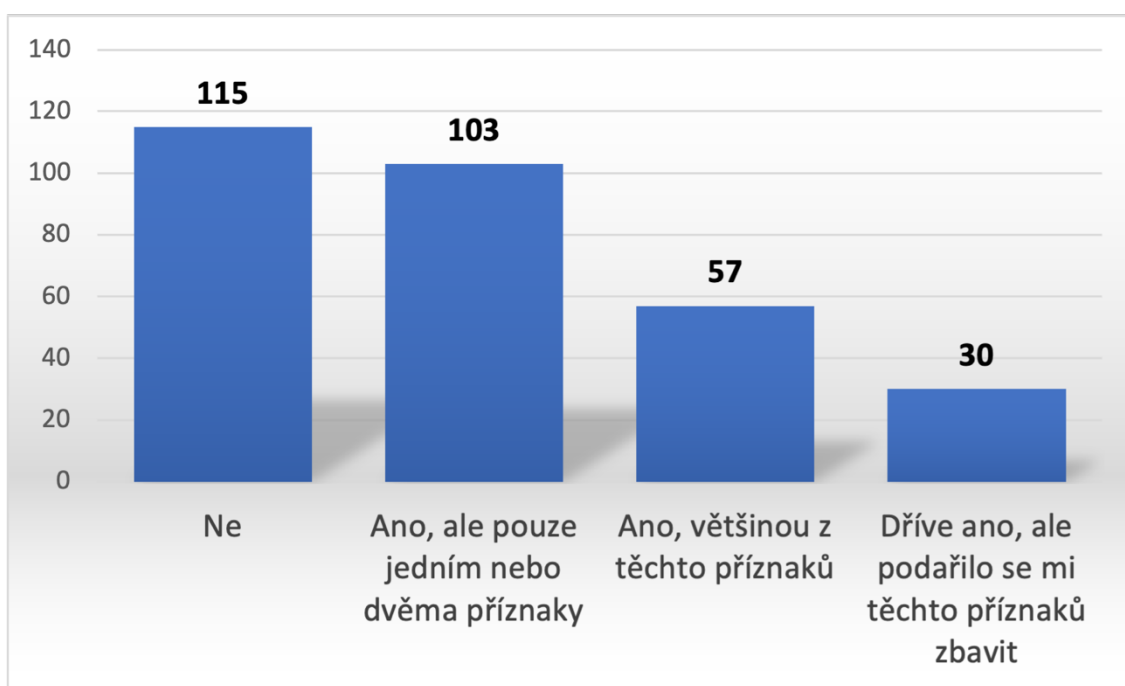
Obrázek 22 - Možnost volby odejít ze služebního poměru [vlastní zpracování, 2023]

| Poměr respondentů | | |
|-------------------|-------|-----------|
| Odpověď | Počet | Percentil |
| Ano | 99 | 32,0 % |
| Ne | 206 | 68,0 % |

Tabulka 20 - Možnost odejít ze služebního poměru [vlastní zpracování, 2023]

Otázka č. 19 – Trpíte dlouhodobě některým z těchto příznaků jako jsou pokles nálady, podrážděnost, vyčerpání, změna chování, ztráta motivace k výkonu služby či pocit neschopnosti? (vyberte jednu možnost)

- Ano, většinou z těchto příznaků.
- Ano, ale pouze jedním nebo dvěma příznaky.
- Dříve ano, ale podařilo se mi těchto stavů zbavit.
- Ne.



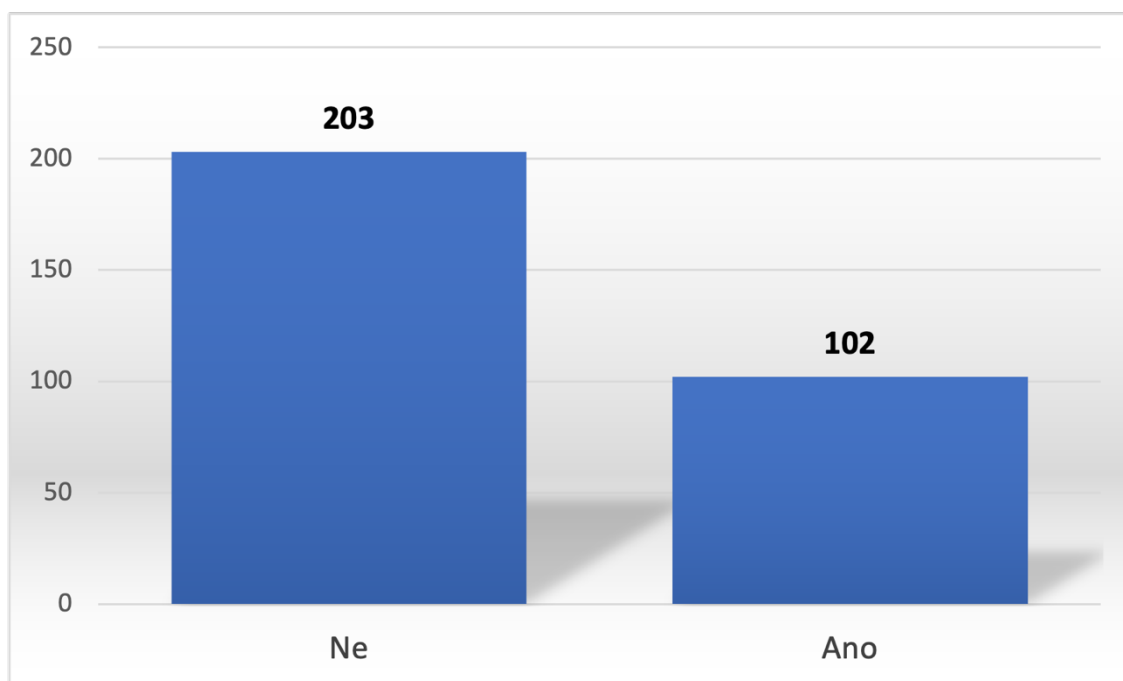
Obrázek 23 - Projevy syndromu vyhoření [vlastní zpracování, 2023]

| Odpověď | Poměr respondentů | |
|--|-------------------|-----------|
| | Responzí | Percentil |
| Ano, většinou z těchto příznaků | 57 | 18,7 % |
| Ano, ale pouze jedním nebo dvěma příznaky | 103 | 33,8 % |
| Dříve ano, ale podařilo se m těchto stavů zbavit | 30 | 9,8 % |
| Ne | 115 | 37,7 % |

Tabulka 21 - Projevy syndromu vyhoření [vlastní zpracování, 2023]

Otázka č. 20 – Setkal/a jste se situací, že by Váš kolega měl sebevražedné myšlenky nebo dokonce spáchal sebevraždu? (vyberte jednu možnost)

- Ano.
- Ne.



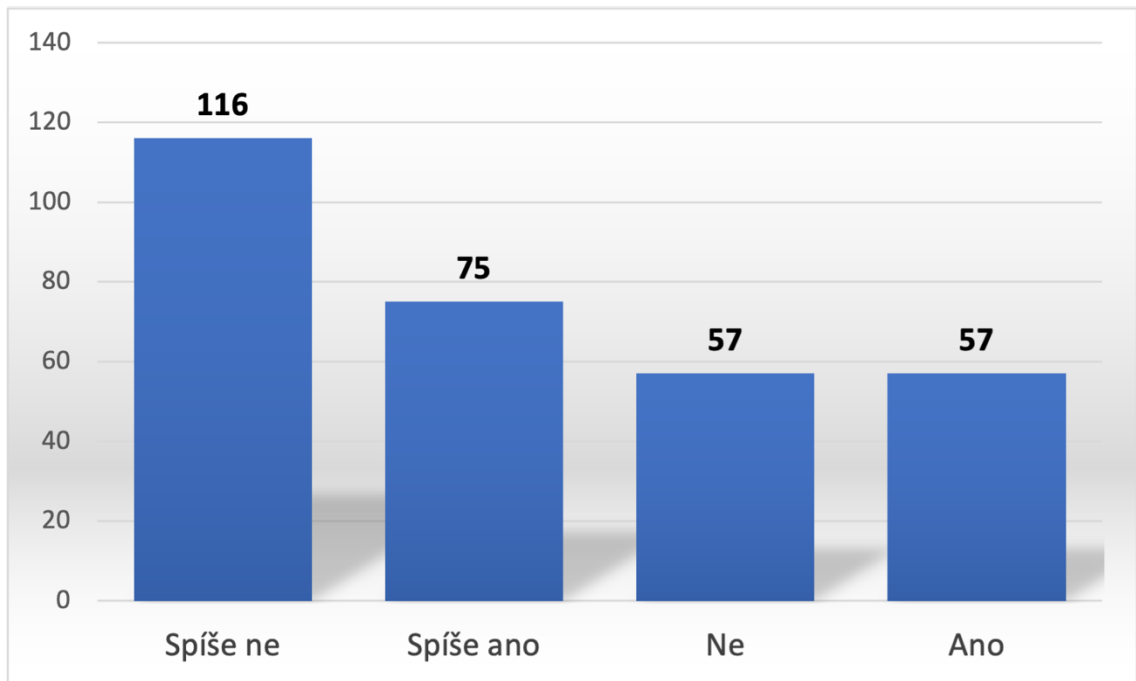
Obrázek 24 – Sebevražedné jednání na pracovišti [vlastní zpracování, 2023]

| Poměr respondentů | | |
|-------------------|-------|-----------|
| Odpověď | Počet | Percentil |
| Ano | 102 | 33,0 % |
| Ne | 203 | 67,0 % |

Tabulka 22 - Sebevražedné jednání na pracovišti [vlastní zpracování, 2023]

Otázka č. 21 – Máte u některého z Vašich kolegů pocit, že by měl vyhledat psychologickou péči? (vyberte jednu možnost)

- Ano.
- Spíše ano.
- Spíše ne.
- Ne.



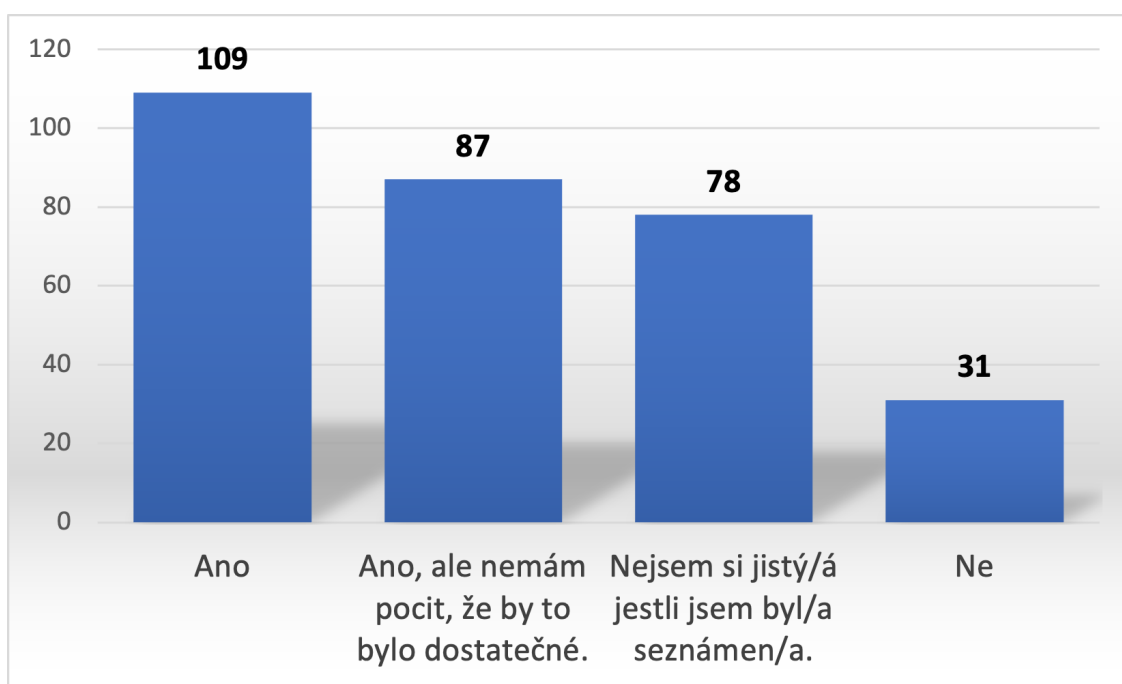
Obrázek 25 - Pocit špatného psychického stavu u kolegů [vlastní zpracování, 2023]

| Poměr respondentů | | |
|-------------------|----------|-----------|
| Odpověď | Responzí | Percentil |
| Ano | 57 | 18,7 % |
| Spíše ano | 75 | 24,6 % |
| Spíše ne | 116 | 38 % |
| Ne | 57 | 18,7 % |

Tabulka 23 - Pocit špatného psychického stavu u kolegů [vlastní zpracování, 2023]

Otázka č. 22 – Byl/a jste dostatečně seznámen/a s možností využití systému psychologické péče poskytovanou u Policie ČR (např. školení, intranet)?
(vyberte jednu možnost)

- Ano.
- Ano, ale nemám pocit, že by to bylo dostatečné.
- Nejsem si jistý/á jestli jsem byl/a seznámena.
- Ne.



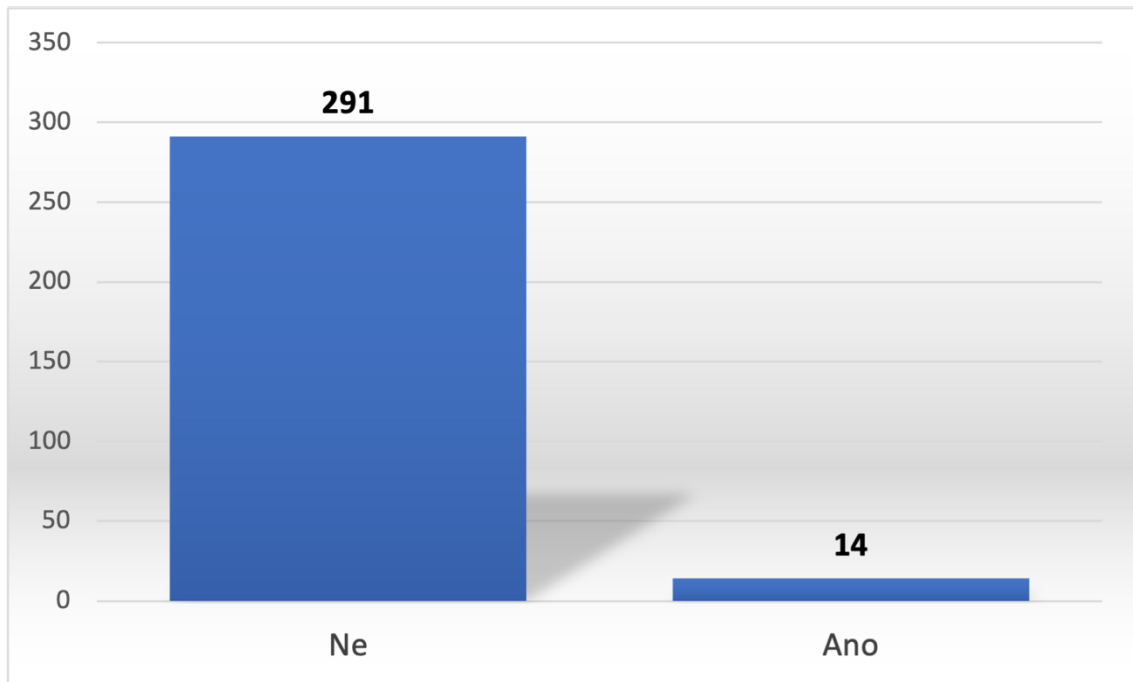
Obrázek 26 - Seznámení s poskytováním psychologické péče u PČR [vlastní zpracování, 2023]

| Poměr respondentů | | |
|--|-------|-----------|
| Odpověď | Počet | Percentil |
| Ano | 109 | 36,0 % |
| Ano, ale nemám pocit, že by to bylo dostatečné | 87 | 29,0 % |
| Nejsem si jistý/á, jestli jsem byl/a seznámena | 78 | 26,0 % |
| Ne | 31 | 10,0 % |

Tabulka 24 - Dostatečné seznámení s psychologickou péčí [vlastní zpracování, 2023]

Otázka č. 23 – Využil/a jste nebo využíváte nějakou z forem psychologické péče poskytovanou PČR? (vyberte jednu možnost)

- Ano.
- Ne.



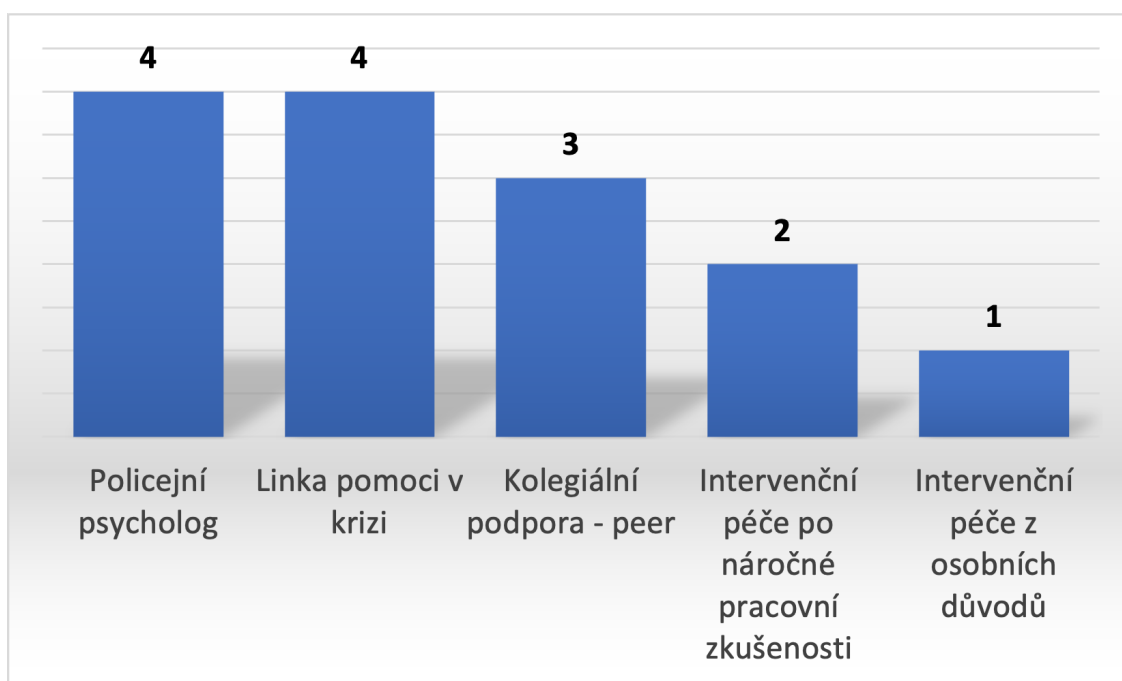
Obrázek 27 - Četnost využití psychologické péče u PČR [vlastní zpracování, 2023]

| Poměr respondentů | | |
|-------------------|-------|-----------|
| Odpověď | Počet | Percentil |
| Ano | 14 | 4,6 % |
| Ne | 291 | 95,4 % |

Tabulka 25 - Četnost využití psychologické péče u PČR [vlastní zpracování, 2023]

Otázka č. 24 – Pokud jste na předešlou otázku odpověděl/a „ANO“, uveďte, jakou formu psychologické péče jste využil/a anebo využíváte? (Vyberte jednu nebo více odpovědí)

- Intervenční péče po náročné pracovní zkušenosti (např. úmrtí, úmrtí dítěte, těžká zranění, střelba na pachatele).
- Intervenční péče z osobních důvodů.
- Linka pomoci v krizi.
- Policejní psycholog.
- Kolegiální podpora – peer.



Obrázek 28 - Využívání jednotlivých forem psychologické péče u PČR [vlastní zpracování, 2023]

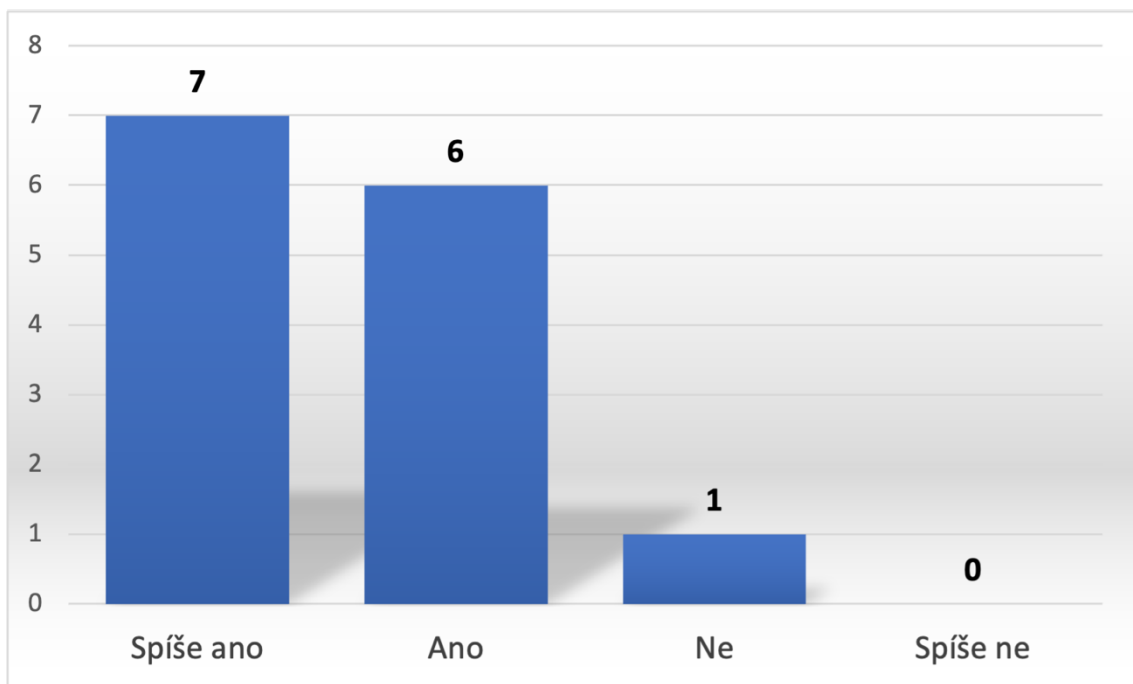
| Poměr respondentů | | |
|---|----------|-----------|
| Odpověď | Responzí | Percentil |
| Intervenční péče po náročné pracovní zkušenosti | 2 | 20 % |
| Intervenční péče z osobních důvodů | 1 | 10 % |
| Linka pomoci v krizi | 4 | 40 % |
| Policejní psycholog | 4 | 40 % |
| Kolegiální podpora – peer | 3 | 30 % |

Tabulka 26 - Využívání jednotlivých forem psychologické péče u PČR [vlastní zpracování, 2023]

Otázka č. 25 - Byl/a jste nebo jste spokojen/á s poskytovanou péčí? (vyberte jednu možnost)

- Ano.
- Spíše ano.
- Spíše ne.
- Ne.

Jedna z respondentek následně u otázky č. 29 popsala svoji zkušenost s psychologickou službou poskytovanou u PČR následovně: „Chtěla jsem, ovšem kolega mi sdělil, že já se věčně usmívám a jsem v dobré náladě, takže ho nepotřebuji. Odmítl mě po telefonu. Nevěřil mi, že jsem na dně.“



Obrázek 29 - Spokojenost respondentů s poskytnutou péčí [vlastní zpracování, 2023]

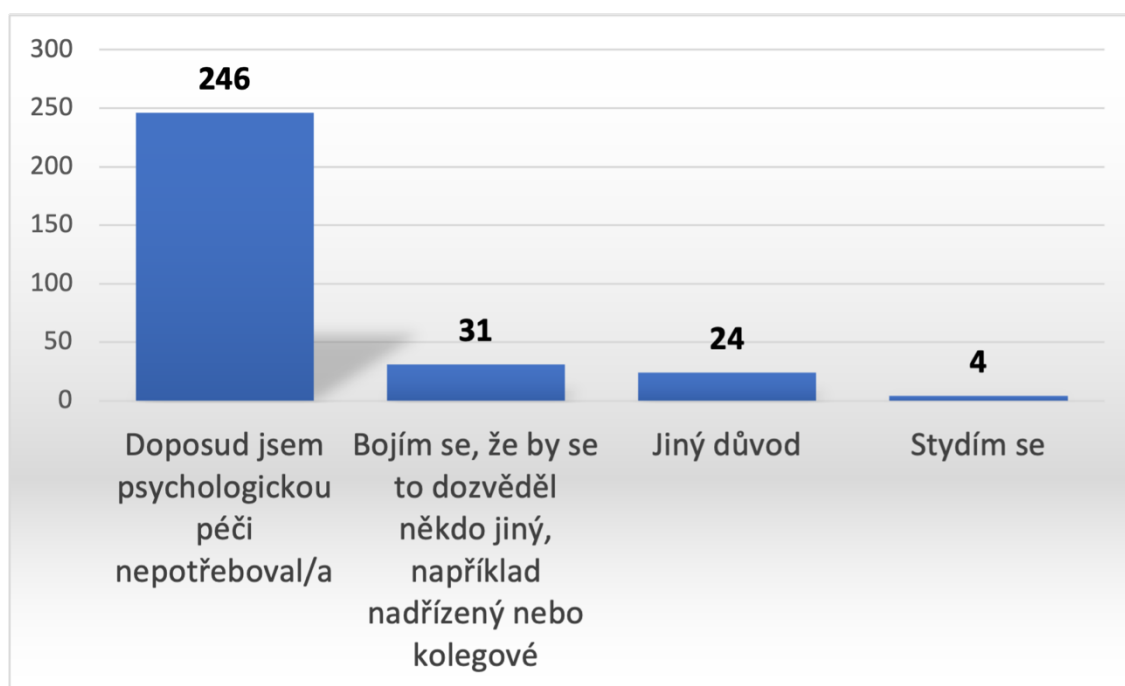
| Poměr respondentů | | |
|-------------------|----------|-----------|
| Odpověď | Responzí | Percentil |
| Ano | 6 | 42,9 % |
| Spíše ano | 7 | 50 % |
| Spíše ne | 0 | 0 % |
| Ne | 1 | 7,1 % |

Tabulka 27 - Spokojenost respondentů s poskytnutou péčí [vlastní zpracování, 2023]

Otázka č. 26 – Pokud jste u otázky č. 23 odpověděl/a „NE“, uveďte důvod?

(vyberte jednu možnost)

- Doposud jsem psychologickou péčí nepotřeboval/a.
- Stydím se.
- Bojím se, že by se to dozvěděl někdo jiný, například nadřízený nebo kolegové.
- Jiný, uveďte jaký.



Obrázek 30 - Důvod nevyužití psychologické péče [vlastní zpracování, 2023]

| Poměr respondentů | | |
|--|----------|-----------|
| Odpověď | Responzí | Percentil |
| Doposud jsem psychologickou péčí nepotřeboval/a | 246 | 80,7 % |
| Stydím se | 4 | 1,3 % |
| Bojím se, že by se to dozvěděl někdo jiný, například nadřízený nebo kolegové | 24 | 7,9 % |
| Jiný | 31 | 10,2 % |

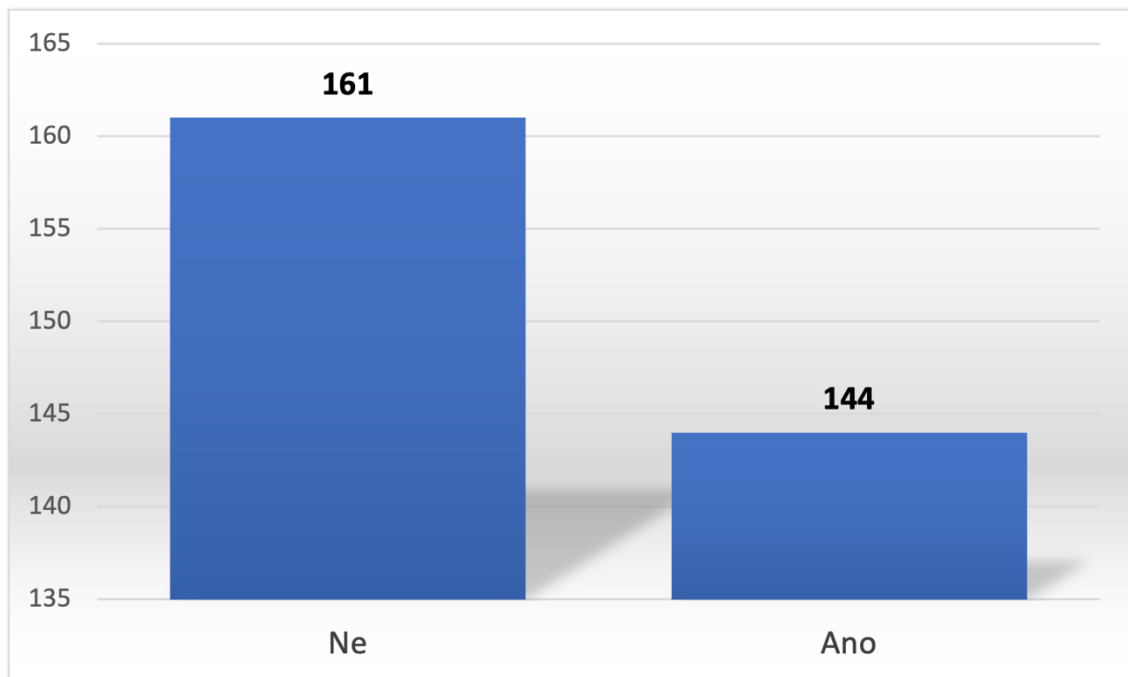
Tabulka 28 - Důvod nevyužití psychologické péče [vlastní zpracování, 2023]

V kategorii „jiný důvod“ se opakovaly tyto odpovědi:

- *„Nevím kam se obrátit a jak si schůzku sjednat“*
- *„Nevím, jak si domluvit schůzku a nechci se ptát nadřízeného.“*
- *„Využívám psychologických služeb mimo PČR“*
- *„Problémy nebyly tak závažné abych musel k psychologovi.“*
- *„Neprofesionalita psychologů.“*
- *„Nakonec mi pomohl rozvod.“*
- *„Jsem policejní intervent.“*

Otázka č. 27 - Myslíte si, že využití psychologické péče u Policie ČR může negativně ovlivnit další průběh Vaší služby? (např. obava o setrvaní ve službě, návrh na přezkum psychického stavu) (vyberte jednu možnost)

- Ano.
- Ne.



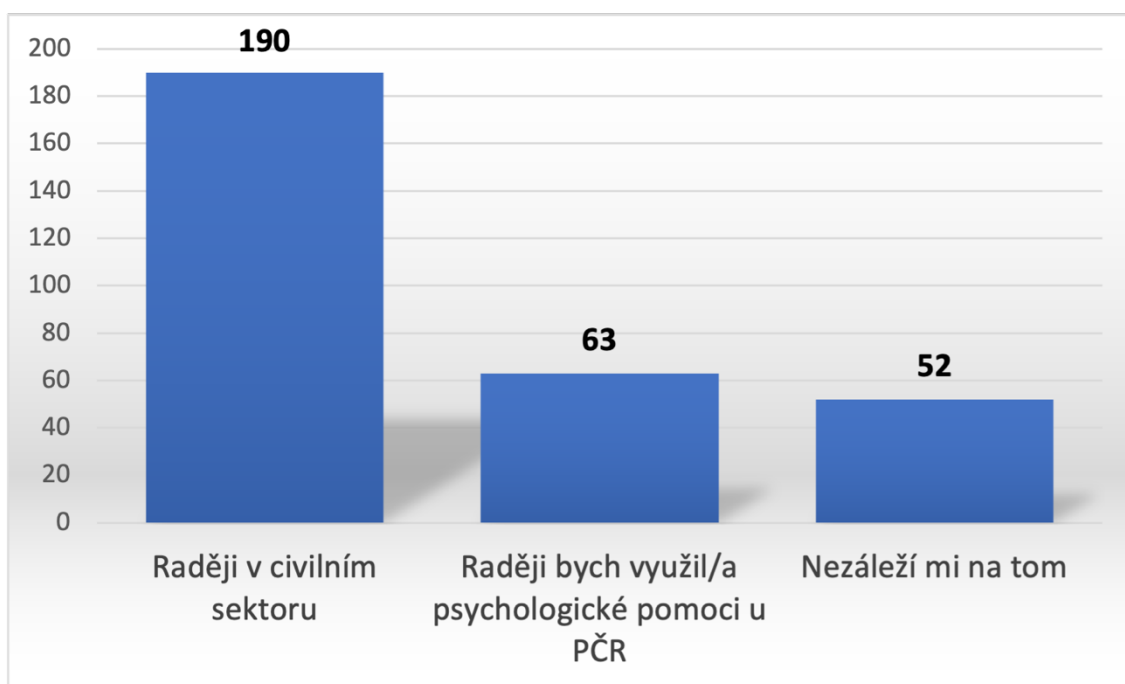
Obrázek 31 - Ovlivnění služebního poměru při využití psychologů [vlastní zpracování, 2023]

| Poměr respondentů | | |
|-------------------|-------|-----------|
| Odpověď | Počet | Percentil |
| Ano | 161 | 52,2 % |
| Ne | 144 | 47,2 % |

Tabulka 29 - Ovlivnění služebního poměru při využití psychologů [vlastní zpracování, 2023]

Otázka č. 28 - Pokud byste se rozhodl/a pro využití psychologa či jiného odborníka na duševní zdraví, je pro vás lepší vyhledávat tuto pomoc v rámci Policie ČR nebo byste vyhledal/a v raději v soukromém sektoru (soukromé ambulance psychologů/psychiatrů)? (vyberte jednu možnost)

- Raději v civilním sektoru.
- Raději bych využil/a psychologické pomoci u PČR.
- Nezáleží mi na tom.



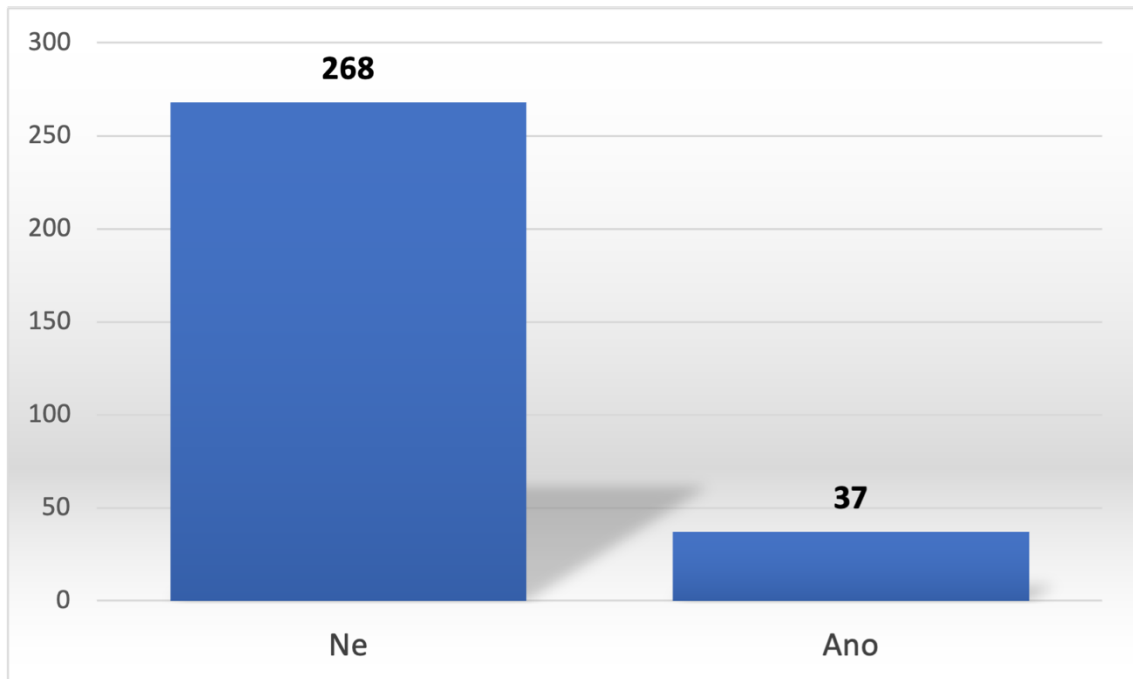
Obrázek 32 - Volba mezi služební a mimorezortní péčí [vlastní zpracování, 2023]

| Odpověď | Poměr respondentů | |
|--|-------------------|-----------|
| | Počet | Percentil |
| Raději v civilním sektoru | 190 | 62,0 % |
| Raději bych využila psychologické pomoci u PČR | 63 | 21,0 % |
| Nezáleží mi na tom | 52 | 17,0 % |

Tabulka 30 - Volba mezi služební a mimorezortní péčí [vlastní zpracování, 2023]

Otázka č. 29 – Využil/a jste někdy psychologickou nebo psychiatrickou péči mimo PČR? (vyberte jednu možnost)

- Ano.
- Ne.



Obrázek 33 - Využití psychiatrické a psychologické péče mimo PČR [vlastní zpracování, 2023]

| Poměr respondentů | | |
|-------------------|-------|-----------|
| Odověď | Počet | Percentil |
| Ano | 37 | 12,0 % |
| Ne | 268 | 88,0 % |

Tabulka 31 - Využití psychiatrické a psychologické péče mimo PČR [vlastní zpracování, 2023]

Otázka č. 30 – Pokud chcete ke zpracovávané problematice doplnit vlastní postřeh, můžete zde. (Otevřená odpověď)

V této otázce měli všichni respondenti možnost se k dané problematice svobodně vyjádřit. Možnosti doplnit vlastní postřeh využilo z celkového počtu 305 respondentů, pouze 16.

Vlastní respondentů:

- *„Zažil jsem sebevraždu kolegy kdy nic dlouhodobého k psychickému stavu nebylo. Prostě měl momentální zkrat a pistoli u sebe.“*
- *„Vždy bylo mottem, že policista se nejdříve musí spolehnout na sebe, potom na parťáka. Pokud zklamal sebe jako parťáka, je nejvyšší čas vyhledat odbornou pomoc, pokud již nebude pozdě.“*
- *„Pro poldy by vše mělo být anonymní, aby neměli obavu, že je někdo vyhodí za to, že mají doma problém a osloví specialistu.“*
- *„Podle mého by se měl úplně od základů změnit způsob, jakým se zkoumá psychologické zdraví uchazeče o služební poměr. Jinak by nebylo možné, aby nastoupil jedinec, který v minulosti měl celkem dva pokusy o sebevraždu, a nakonec až třetí pokus byl úspěšný po celkem třech měsících v poměru. A s tím souvisí i to, že by nebylo od věci zamyslet se nad možností toho, že by se psychologické vyšetření mělo, kupříkladu po pěti letech, opakovat u každého příslušníka.“*
- *„Nikdy bych v rámci nějakého traumatu, nevyužil psychologické péče u PČR.“*
- *„Někteří policisté by potřebovali přezkoumání opakovaně.“*
- *„Nebýt vražedného podstavu, jistě by bylo lépe.“*
- *„Na příslušníky je vyvíjen zejména od vedení velký tlak současně s příchodem nových kolegů, kteří nemají zájem o povolání jako takové a jde jim jen o fotky na sociální síť. Nabídka psychologické pomoci je na našem ÚO pevně stanovena na určitý den a čas, tedy kdyby ji chtěl kdokoliv využít, tak by KAŽDÝ věděl, že tak*

dotyčný učinil, a proto ji tedy nikdo nevyužívá. Po téměř deseti letech služby nemám zájem o komplikace ve službě, i když bych v některých ohledech odbornou pomoc uvítal – je to frustrující.“

- *„Můj manžel je také policista a myslím si, že tohle mi velmi psychicky pomáhá, protože jsme v tom spolu, rozumí mi a ví o čem mluvím, když mě něco trápí.“*
- *„Měli by být lepší informace a možnost přístupu k této službě.“*
- *„Každý „obvodák“ sloužící déle než pět let si zaslouží medaili za to, že se ještě nezasebevraždil nebo nešel do civilu.“*
- *„Chtěla jsem, ovšem kolega mi sdělil, že já se věčně usmívám a jsem v dobré náladě, takže ho nepotřebuji. Odmítl mě po telefonu. Nevěřil mi, že jsem na dně.“*
(citováno i otázky č. 25)
- *„Jsem v koncích.“*
- *„Jsem o psychologických službách málo informován.“*
- *„Je mi líto, že nikdo neřeší otázku psychického vyčerpání po zpracování dokumentace dopravní nehody se smrtelným zraněním. Myslím, že by nikomu neuškodilo se z toho vzpamatovat, zvlášť, když zemře dítě, týden volna by každému prospěl.“*
- *„Jedna ze schopností vedení PČR je skvěle demotivovat. Je vlastně jedno, jak moc člověk maká, odměny se dost často dávají jen tak za účast. Toto je jedna z mála věcí, které mohou vést k vyhoření příslušníka. K tomu spisy, výjezdy, neustálá komunikace s opilci a dementy. Spoustu dalších věcí třeba i v soukromém životě, které v konečném důsledku mohou vést právě k odchodu od PČR nebo sáhnutí na život.“*
- *„Asi víš, jaká je nouze o lidi, jsem se svými lety pouze nováček u PČR, ale když jsem viděl ty lidi, co nastupovali se mnou. Třetina lidí nebyla vyrovnaná, děti u policie, ani nedokážou rozhodovat, přijde stresová situace a oni se rozklepou. Lidé, co by tuto práci chtěli dělat a byli by vhodnější, si najdou jiné zaměstnání kvůli finančnímu příjmu. Bohužel je to, že stát není ochoten zaplatit kvalitní lidi.“*

Úroveň upadá strmě, vidím veliký rozdíl mezi kolegy, co má 35let u PČR a nováčky. Bohužel.“

5.2 Vyhodnocení cílů práce

Cílem teoretické části této práce bylo přinést ucelený náhled na problematiku sebevražd v rámci Policie ČR. Zprvu bylo stručně popsána charakteristika Policie ČR a práce policisty. Pozornost byla zaměřena na poskytování psychologické péče policií, kdy byli popsány všechny formy této služby. Dále jsme se zabývali psychickou a profesní zátěží policisty a sebevražedností. Na základě odborných článků, zákonů a tuzemské i zahraniční literatury jsme definovali klíčové pojmy jako je stres, policejní stres, syndrom vyhoření a sebevražda.

Cílem praktické části bylo zjistit jaký vliv má na policisty jejich profese, dále jsme se zabývali tím, jaké zkušenosti policisté mají s psychologickými službami, které poskytuje Policie ČR. Na toto navazovala otázka, zda je vůbec o tyto služby mezi policisty zájem a jestli jsou o nich informováni. Prostřednictvím dotazníkového šetření se nám povedlo splnit všechny cíle praktické části. Analýza výsledků získaných v rámci dotazníkového šetření, které jsme provedli v kapitole 5.1 Vyhodnocení dotazníkového šetření.

V diskuzi jsme komparovali výsledky získaných dat s autory, kteří se zabývali stejnou nebo podobnou problematikou, čímž byl naplněn i dílčí cíl.

6 DISKUZE

V této kapitole budou zhodnoceny jednotlivé části bakalářské práce a rovněž budou zhodnocena získaná data anonymního dotazníkového šetření. Získaná data budou komparována s výsledky autorů, kteří se zabývali stejnou nebo podobnou problematikou.

V teoretické části bakalářské práce byla popsána Policie ČR, povolání policisty a samotná náročnost této profese, psychologická péče Policie ČR a popsání všech jejích forem, vysvětlení pojmů stres, policejní stres, syndrom vyhoření. Pro splnění zadání praktické části byl stanoven průzkum pomocí on-line nestandardizovaného anonymního dotazníků mezi příslušníky Policie ČR. V dotazníku byly otevřené, uzavřené a polootevřené otázky, týkající se vlivu profese policisty na jeho psychiku, problematiky poskytování psychologické péče Policie ČR a zájmu o tuto péči.

Výzkumný soubor byl tvořen příslušníky Policie ČR. Anonymní dotazník, který byl formou internetové platformy rozeslán mezi příslušníky policie byl zaměřen především na osobní zkušenosti dotazovaných s psychologickou péčí a také jejich psychickou spokojeností se svým zaměstnáním. První otázky dotazníku se týkaly anamnestických informací jednotlivce, zajímal nás věk, pohlaví, rodinný stav, délka praxe a služební zařazení. V dalších otázkách nás zajímaly odpovědi na následující dotazy, a to konkrétně na spokojenost ve služebním poměru, zda je pro respondenty práce u Policie ČR stresující, zda se setkávají s traumatizujícími a stresovými událostmi, jakými způsoby předchází fyzickému vyčerpání a jak se s traumatizujícími a stresovými situacemi vypořádávají. Dále jsme se respondentů ptali, zda jsou dostatečně informovaní o možnosti využití psychologické pomoci, zda vůbec mají důvěru v tuto službu, jestli o ni mají vůbec zájem či jaká byla jejich zkušenost, pokud ji již někdy využili. Zajímalo nás také, zda se respondenti setkali se situací, kdy jejich kolega spáchal

sebevraždu či měl sebevražedné myšlenky, nakonec měli respondenti možnost se k problematice sami vyjádřit vlastními slovy. Výzkumný vzorek čítal 305 respondentů, přičemž na všechny otázky odpovědělo 100 % respondentů, výjimku tvořili pouze dvě otázky a to č. 24 a č. 25, na které odpovědělo 14 respondentů. Dle otázky č. 1 dotazník vyplnilo 219 mužů (71,8 %) a 86 žen (28,2 %). Věk respondentů se nejčastěji pohyboval mezi 18 až 30 let, bylo vybráno 141 respondentů (42,2 %), druhým nejčastějším uváděným věkovým rozmezím bylo s 119 odpověďmi věkové rozmezí 31 až 40 let (39 %). Dále s věkové rozmezí 41 až 50 let s 38 odpověďmi (12,5 %). A jen u 7 respondentů věk přesahoval 51 let (2,3 %). Otázka č.3 řešila rodinný stav respondentů, z nichž 115 bylo v manželském svazku (37,7 %), 110 v partnerském svazku (36,1 %), 56 respondentů uvedlo, že je svobodných (18,4 %) a pouze 24 bylo rozvedených (7,9 %).

Odpovědi na otázku týkající se délky praxe už byli poněkud rozmanitější, kdy z počtu 305 respondentů se nejvíce pohybovala v rozmezí 6 až 10 let se 114 respondentů (37,4 %), dále 81 respondentů si vybralo rozmezí 0 až 5 let (26,6%), třetí nejčastější délka praxe byla v rozmezí 11 až 15 let, kterou uvedlo 46 respondentů (15,1 %), 32 respondentů uvedlo praxi delší víc jak 21 let (10,5 %), kdy stejný počet respondentů uvedlo délku praxe 16 až 20 let. Následující otázce č. 5 nás zajímalo na jakých útvarech jsou respondenti zařazeni. Nejvíce bylo zastoupeno místní a obvodní oddělení policie a to 121 respondentů (39,7 %), na druhém místě byla SKPV a to s 54 respondentů (17,7 %), dále byla kategorie „jiné“, která dohromady činila 41 respondentů (13,4 %) – 20 z nichž bylo nejvíce respondentů zařazeno u dopravní policie. Dále 36 respondentů uvedlo jako zařazení na útvarech OHS, PEO a OCP (11,8 %), následně 20 respondentů uvedlo jako svůj domovský útvar Pohotovostní motorizovanou jednotku v Praze (6,6 %), následně 13 respondentů bylo zařazeno na Speciální pořádkové jednotce (4,3 %), po 9 respondentech měli Útvary s celostátní působností (3 %) a zásahová jednotka (3 %), pouze dva respondenti byli z Útvaru rychlého nasazení (0,7 %).

Následující otázky se zabírali spokojeností, mírou stresu a výskytu traumatizujících událostí při výkonu služby. Na otázku č. 6, zda jsou respondenti ve služebním poměru spokojeni a naplnění odpovědělo 47,9 % respondentů „Spíše ano“, odpověď „Ano“ zvolilo 26,9 % respondentů. Jednoznačné „ne“ odpovědělo 4,3 % respondentů a „Spíše ne“ 21 %. Otázku spokojenosti řešil i autor Směták [26], který došel k téměř opačným číslům, velmi „nespokojeno“ bylo 11 % espondentů, „nespokojeno“ 19 % respondentů a „spíše nespokojeno“ bylo 22 % respondentů, autor ale dal respondentům možnost vyjádřit neutrální odpověď tedy, že respondenti nejsou ani spokojení ani nespokojení, tuto volbu zvolilo 44 %, spokojenost cítilo pouze 4 % respondentů.

Dále nás zajímalo, zda se respondenti při výkonu služby často cítí pod stresem (otázka č.7) odpovědělo 42,3 % respondentů že „Spíše ne“ a 32,5 % respondentů odpovědělo „Spíše ano“. Významově stejnou otázku podával i autor Míček [27], kdy v jeho výzkumu respondenti odpověděli ve 45,2 % „Ano“ a „Spíše ano“ uvedlo 26,2 % respondentů. Otázkou č. 8 jsme chtěli zjistit, zda se respondenti setkávají s traumatizujícími událostmi jako jsou těla mrtvých, těžké dopravní nehody či ozbrojení pachatelé. Odpověď „Ano“ uvedlo 56,1 %, dále 25,6 % respondentů uvedlo „Spíše ano“, to nám potvrzuje, že při policejní práci potká člověka vysoká míra stresových událostí. Autorka Navrátilová [28] ve své práci řešila PIP, která se dotazovala na stejnou otázku. S traumatizujícími událostmi se setkává 60 % respondentů. Kontakt s traumatizujícími událostmi zkoumal ve své práci také autor Psůtka [29], ten došel k závěru, že 17,8 % respondentů se setkává s traumatizujícími událostmi často a stejně tak jako u autorky Navrátilové se s těmito událostmi obvykle setkává 60,4 %.

Otázky 9 a 10 se dotazují na vyrovnání se a předcházení stresu, psychickému vyčerpání a traumatům. Nejčastěji se respondenti se s traumatizujícími a stresovými událostmi vyrovnávali za pomoci trávení času s rodinou, celkem 63

%, druhá nejčastější odpověď bylo sportování, a to 59,3 %, dále 43,9 % respondentů uvedlo, že se s těmito událostmi vyrovnává trávením času s přáteli. Za zmínku stojí také to, že 29,2 % respondentů uvedlo, že tyto události tzv. zapijí alkoholem. Autor Tejmar [11] ve své práci uvádí, že respondenti se nejčastěji vyrovnávají vypovídáním se u rodiny či přátel (40 respondentů). Jako nejlepší způsob předcházení psychickému vyčerpání u otázky č. 10 respondenti uvedli sport 59,7 %, dále čas s rodinou 63 %, čas s přáteli tráví 43,9 % respondentů. V této otázce bylo možno označit více možností. Dále také respondenti často uváděli procházky do přírody, četbu nebo hraní videoher. Ve výzkumu autora Míčka [27] uvedlo sportování jako způsob odreagování 40 % respondentů. Hned po sportu respondenti uvedli, že nejvíce jim pomáhá sdílet své pocity s nejbližšími a to v 19 %. U autora Krejčího [30] si sport vybralo 22,2 % oslovených, poté následovalo sběratelství 21,5 %, kutilství 17,7 % a příroda 14,6 %. S jistotou můžeme tedy říct že jak pro předcházení psychickému vyčerpání, tak i pro vyrovnávání se s náročnými situacemi je nejlepší jakákoliv sportovní aktivita či jiná manuální činnost, která zaměstná tělo a mysl člověka, aby nemusel myslet na práci.

V otázkách č. 11 až 15 jsme zjišťovali spokojenost respondentů s finančním ohodnocením, zda mají důvěru v kolegy a nadřízené a zda jsou dostatečně motivováni a odměněni. 39 % respondentů uvedlo že se spíše necítí dostatečně odměněny za svůj výkon, „Spíše ano“ ale uvedlo 31,8 % respondentů, otázka finančního ohodnocení a odměň je očividně rozporuplná, a to i když vezmeme ohled na služební zařazení. Ve výzkumu autora Vajce [31] uvedlo 64,9 % respondentů nespokojenost s finančním ohodnocením. Pozitivním zjištěním je že na své kolegy se může spolehnout téměř většina respondentů, 41,4 % z nich uvedlo jasnou odpověď „Ano“ a 45,7 % „Spíše ano“. Stejnou otázku položila svým respondentům autorka Hubová [32] již v roce 2006, i ona došla k výsledkům, že je mezi respondenty vysoká míra kolegiální důvěry a to 87,1 %.

S kolektivem na pracovišti bylo spokojeno 87,9 % našich respondentů. Dostatečně motivováno se cítilo pouze 9,8 % respondentů, kteří vybrali odpověď „Ano“, odpověď „Spíše ano“ odpovědělo 32,1 % respondentů, absolutně nespokojených bylo 22 % oslovených, odpověď „Spíše ne“ zvolilo 36,1 % respondentů. Z těchto výsledků jsme zjistili, že motivovanost je na napříč respondenty nerozhodná, v obecné rovině však s menší mírou převažuje nespokojenost.

Na syndromu vyhoření nebo jiných psychických potíží se může podílet i dlouhodobě špatný vztah s nadřízeným. Proto nás v otázce č. 15 zajímal vztah respondentů s jejich nadřízeným, zda se mohou na svého nadřízeného spolehnout, zda se za ně postaví či je vyslechne. 40,3 % respondentů uvedlo odpověď „spíše ano“, 32,4 % „Ano“, 17,7 % „spíše ne“ a absolutní „ne“ uvedlo jen 9,5 %. Pro tuto problematiku se nám nepodařilo najít porovnání, ale můžeme s jistotou říct, že funkční vztah mezi nadřízeným a podřízenými je jeden ze základních kamenů fungujícího oddělení.

Otázkou č. 17 jsme se snažili zjistit, zda má práce u PČR na policisty vliv v oblasti osobních vztahů, 36,4 % respondentů uvedlo, že nezaznamenali žádný vliv na své osobní vztahy, zbytek respondentů vybral aspoň jednu možnost, největší vliv však má policejní práce na partnerský život policistů a to 32,1 %, dále pak 14,8 % uvedlo rodinné vztahy a 13,4 % ty přátelské. Autor Směták [26] se zajímal o spokojenost policistů v manželství či v partnerském vztahu, spokojeno bylo pouze 16 % policistů, v oblasti nespokojenost bylo 34 % procent policistů, 50 % odpovědělo, že se necítí ani spokojeně ani nespokojeně. Směták [26] se také dotazoval na spokojenost se vztahy mezi přáteli či příbuznými, 52 % se vyjádřilo neutrálně, 22 % bylo se svými přátelskými vztahy nespokojeno a spokojeno bylo 26 % policistů. Zajímalo nás také zda je někdo z příslušníků natolik nespokojený, že by byl schopný odejít ze dne na den ze služebního poměru v případě, že byl

měl jistotu předčasného důchodu nebo renty. Na tuto otázku odpovědělo 32,5 % respondentů „Ano“, odpověď „Ne“ zvolilo 67,5 %.

V dotazníkovém šetření nás také zajímalo, zda na sobě respondenti pocííují některé příznaky vyhoření, např. pokles nálady, vyčerpání, podrážděnost nebo pocit neschopnosti. Téměř jedna třetina respondentů (33,8 %) uvedla odpověď, že trpí jen některými z těchto příznaků. Většinou příznaků trpí 18,7 %. Pozitivní je, že 37,7 % respondentů žádným příznakem netrpí a 9,8 % uvedlo, že se těchto příznaků dokázali zbavit. Tuto otázku použil ve své práci také autor Tejmar [11], 62,79 % respondentů přiznalo, že tyto příznaky na sobě pocííuje.

Otázkou č. 20 jsem se snažili zjistit, jak často se policisté potkají se situací, kdy některý z jejich kolegů měl sebevražedné myšlenky nebo dokonce dokonal sebevraždu. Převažovala sice odpověď „Ne“, ale 102 z 305 respondentů uvedlo, že ano „Ano“ s 33,4 %. To je poněkud vysoké číslo, což znamená že téměř každý třetí zažil sebevražedné jednání svého kolegy. Obecně také můžeme říct, že 43,3 % policistů mělo pocit, že by některý z jejich kolegů měl vyhledat psychologickou pomoc, naopak 56,7 % uvedlo, že takový pocit nemělo.

Jelikož tato bakalářská práce řeší i otázku využívání psychologické péče u PČR, zajímalo nás, zda jsou policisté dostatečně informováni o možnosti využití této služby. Dostatečnou informovanost a seznámení s touto službou uvedlo 35,7 % policistů, 28,5 % policistů uvádí, že informováni byli, ale nepřipadalo jim to dostatečné, 25,6 % respondentů si není jistých, zda vůbec seznámeni byli a 10,2 % nebylo seznámeno vůbec. Autorka Navrátilová [28] se ve své práci zabývala PIP a také ve své práci měla výzkumnou otázku, zda jsou respondenti informováni o možnosti využití PIP. Seznámeno bylo 90,8 % respondentů, musíme však vzít v potaz, že respondenti autorky nebyli jen příslušníci PČR, ale i ostatních složek IZS.

Otázkami č. 23, 24 a 25 jsme se snažili zjistit zkušenost respondentů se systémem psychologické péče poskytované PČR. Pouze 4,6 % respondentů využilo některou z forem psychologické péče. Stejný výsledek, a to 4,6 % měl i ve své práci Tejmar [11], kdy psychologických služeb využilo pět osob. Jedna osoba využila intervenční péči, dvě osoby Linku pomoci a poslední dvě policejního psychologa. Dále stejný průzkum provedl Vajc [31], kdy 10,7 % respondentů využilo psychologické služby, 15 policistů využilo služeb policejního psychologa, 3 peera a 6 policistů má zkušenost s anonymní linkou pomoci. Autor Juras [4] svým výzkumem zjistil, že psychologických služeb v rámci PČR nevyužil žádný z oslovených respondentů. Naším dotazníkovým šetřením bylo zjištěno, že dva respondenti využili intervenční péči po náročné pracovní zkušenosti, dva respondenti využili intervenční péči z osobních důvodů, dále čtyři respondenti měli zkušenost s Linkou pomoci v krizi, další čtyři respondenti využili služeb policejního psychologa a polední tři mají zkušenost s kolegiální podporou neboli peerem. Na otázku spokojenosti odpovědělo respondentů „Spíše ano“ a „Ano“ uvedlo 6 respondentů. Jedna respondentka uvedla, že byla nespokojena: *„Chtěla jsem, ovšem kolega mi sdělil, že já se věčně usmívám a jsem v dobré náladě, takže ho nepotřebuji. Odmítl mě po telefonu. Nevěřil mi, že jsem na dně.“* To je samozřejmě špatný přístup, jelikož z odborného hlediska víme, že někteří jedinci skrývají své psychické problémy právě tím, že se snaží před ostatními vypadat vesele a v pořádku. Respondenti měli také možnost vyjádřit se proč psychologickou péči nevyužili, 80,7 % z nich odpovědělo, že ji doposud nepotřebovali, 7,9 % respondentů uvedlo, že mají strach, že by se o využití péče dozvěděl jejich nadřízený či kolegové. Respondenti také v možnosti „jiný, uveďte jaký“ často odpovídali, že nemají dostatek informací, jak služby využít či si sjednat s psychologem schůzku. Dále také uvedli, že jejich problém nebyl natolik vážný, aby ho museli řešit s psychologem anebo využívají psychologických služeb mimo PČR.

Otázka č. 27 nám pomohla zjistit, zda si respondenti myslí, že využití psychologické péče u PČR mohlo negativně ovlivnit další průběh služby. Překvapivě 52,8 % respondentů uvedlo, že si to nemyslí. Tejmar [11] se ve své práci zabýval stejnou otázkou, kdy odpověď „ano“ vybralo 28,7 % oslovených, 55,8 % neví a zbylých 15,5 % si myslí, že to negativně službu ovlivnit nemůže. Navrátilové [28] odpovědělo 40 % respondentů, že nemají důvěru v PIP z důvodu obavy o budoucí průběh zaměstnání či služby.

Dále nás zajímalo, zda by si příslušníci v případě potřeby vybrali psychologa či jiného odborníka na psychické zdraví v rámci PČR nebo by si radši sami našli pomoc v civilním sektoru. Zde jednoznačně odpovědělo 62,3 % procent respondentů, že by raději využili odborníka v civilním sektoru, 20,7 % důvěřuje policejním psychologům a zbytku na tom nezáleží. Tejmar [11] ve své práci došel ke stejným výsledkům, kdy 61,2 % respondentů by raději využilo psychologickou péči v civilním sektoru. V souvislosti s otázkou č. 28 nás také zajímalo, zda příslušníci využívají psychologickou nebo psychiatrickou péči mimo PČR, 87,9 % odpovědělo, že tyto služby nevyužívá, zbylých 12,1 % dochází nebo docházelo k odborníkům na duševní zdraví mimo resort policie. Když tuto informaci porovnáme s počtem respondentů, kteří využili psychologických služeb policie, zjistíme, že obecně pokud mají nějaký psychický problém využijí raději služeb mimo policii, to nám potvrzují i některé vyjádření respondentů. Nejčastěji se objevovala obava z anonymity, jeden z respondentů dokonce uvedl, že by službu rád využil, ale bohužel na útvaru, kde je zařazen jsou předepsané hodiny, kdy a kde mohou službu využít, z tohoto pochopitelného důvodu nemá o službu zájem. Dle mého názoru je i přes zlepšení nízká informovanost o psychologických službách a zároveň je špatně vyřešeno zachování anonymity, prostory pro psychologické služby by měli být umístěné mimo útvary policie, tím by se dle mého zmírnil strach policistů ze ztráty anonymity.

K problematice sebevražednosti policistů můžeme říct, že se za posledních let nijak výrazně nezvýšil počet sebevražd u příslušníků PČR. Poměr mezi sebevražedností v rámci běžně populace a policisty je stejný.

6.1 Navrhovaná opatření

V rámci zjištěných skutečností navrhuji následující doporučení, která mají formu opatření a postupu s cílem minimálně zmírnit sebevražedné jednání v řadách Policie ČR a také naučit více policistů pečovat o své psychické zdraví:

- Zvýšit informovanost policistů o možnosti využití psychologické péče poskytované Policií ČR.
- Zvýšit informovanost policistů o možnosti využití psychologické pomoci mimo resort.
- V rámci resortního vzdělávání zavést předmět duševní hygieny, a to nejen pro nově nastupující policisty ale i pro déle sloužící
- Pokračovat pravidelnými návštěvami psychologů na pracovištích a tam kde toto opatření ještě nefunguje jej zavést. Důležité je také tyto návštěvy opakovat z důvodu personální fluktuace zejména na základních útvarech. V rámci těchto návštěv klást důraz na duševní hygienu.
- Zlepšit anonymizaci v rámci poskytování psychologické péče. Navrhuji přesunout psychologická pracoviště mimo články policie, obzvlášť v menších obvodech. Jedním z důvodů, proč není o psychologickou péči vysoký zájem je stud policistů a strach, že se o jejich psychických problémech dozví kolegové nebo nadřízení.

7 ZÁVĚR

Bakalářská práce se zabývá tématem sebevražedného jednání příslušníků Policie ČR, které úzce souvisí s možností využít psychologické péče Policie ČR, kterou Policie ČR nabízí právě z důvodu předejití sebevražedného jednání u policistů.

V teoretické části jsme popsali základní informace o Policii ČR, vymezili jsme zde pojmy, které se týkají duševního zdraví policisty, jedná se o policejní stres, syndrom vyhoření. Popsali jsme psychickou a profesní zátěž policisty. Dále jsme se zaměřili na psychologickou péči poskytovanou policistům, kterou jsme komplexně popsali. Porovnali jsme se sebevražednost mezi policisty a běžnou veřejností, kdy jsme zjistili, že sebevražednost v rámci Policie ČR kopíruje trend v běžné populaci. Nicméně to neznamena, že výskyt sebevražednosti v rámci Policie ČR je v pořádku.

V praktické části jsme zjišťovali pomocí dotazníku úroveň životní spokojenosti příslušníků PČR v závislosti na jejich profesy. Dále nás zajímalo, jaké povědomí mají policisté o možnosti využití psychologické pomoci a zda o tyto služby mají zájem. Výsledky prokázali, že psychologické služby u policie se využívají podprůměrně, důvodem je malá informovanost a největším problémem je nedůvěra v psychologické služby z důvodu ztráty anonymity. V části navrhovaná opatření jsem navrhla konkrétní činnosti vedoucí k pomoci policistům v oblasti duševního zdraví.

Na závěr musím shrnout, že psychologická péče u policie je stále málo využívána i přes to, že se za poslední léta zlepšila informovanost ze strany Policie ČR. Z vlastní zkušenosti musím potvrdit, že jsem absolvovala informační školení ohledně psychologické péče, a to před několika měsíci. Stejně tak jsem se ale setkala se situací, kdy si kolega vzal život. I přes to, že z dlouhodobého hlediska

se sebevražedné jednání u policistů a občanských zaměstnanců výrazně nezvyšuje, se ale ani výrazně nesnižuje. Stále je tedy potřeba policisty dostatečně informovat o důležitosti psychického zdraví, nabízet jim možnosti, jak o něj pečovat a zejména jim podávat informace o tom, kde psychologickou pomoc najdou. Jak jsem již uvedla v navrhovaných opatření, nikdo policistům nedává doporučení, jak vůbec psychickým potížím předcházet. Můj názor je, že každý člověk, a to nejen policista by měl provádět duševní hygienu. Každý z nás by měl mít nějakou činnost, která ho naplňuje a je odloučena od jeho zaměstnání.

8 SEZNAM POUŽITÝCH ZKRATEK

PČR - Policie České republiky

IZS – Integrovaný záchranný systém

ČR – Česká republika

PP – Policejní prezidium

PIP – Posttraumatická intervenční péče

SKPV – Služba kriminální policie a vyšetřování

ÚRN – Útvar rychlého nasazení

SPJ – Speciální pořádková jednotka

PMJ – Pohotovostní motorizovaná jednotka

ZJ – Zásahová jednotka

MOP – Místní obvodní oddělení

OOP – Obvodní oddělení policie

OHS – Oddělení hlídkové služby

PEO – Pohotovostní a eskortní oddělení

KŘ – Krajské ředitelství

9 SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

- [1] *Policie České republiky: O POLICII ČR* [online], 2023. Praha: Policie ČR [cit. 2023-04-12]. Dostupné z: <https://www.policie.cz/clanek/o-nas-policie-ceske-republiky-policie-ceske-republiky.aspx>
- [2] NESVADBA, Petr. *Policejní etika*. Plzeň: Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk, 2009. ISBN 978-807-3801-953.
- [3] *Informace pro uchazeče* [online]. Praha: Policie ČR, 2023. [cit. 2023-05-10]. Dostupné z: <https://www.policie.cz/clanek/moznosti-uplatneni-v-policii-ceske-republiky.aspx>
- [4] JURAS, Petr. *Sebevražda v sociálním kontextu k profesi policisty Policie České republiky*. Ostrava, 2010. Diplomová práce. Ostravská univerzita v Ostravě.
- [5] *Služební slib* [online]. Praha: Policie ČR, 2023. [cit. 2023-05-10]. Dostupné z <https://www.policie.cz/clanek/sluzebni-slib.aspx>
- [6] ČÍRTKOVÁ, Ludmila. *Policejní psychologie*. 2., rozšířené vydání. Plzeň: Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk, 2015. ISBN 978-80-7380-581-4.
- [7] MORRISON, Val a Paul BENNETT. *Introduction to Health Psychology*. 5. London: Pearson, 2022. ISBN 978-1292262901.
- [8] KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Jak neztratit nadšení*. Praha: Grada. Psychologie pro každého, 1998. ISBN 80-716-9551-3.
- [9] KEBZA, Vladimír a Iva ŠOLCOVÁ. *Syndrom vyhoření: (informace pro lékaře, psychology a další zájemce o teoretické zdroje, diagnostické a intervenční možnosti tohoto syndromu)*. 2., rozš. a dopl. vyd. Praha: Státní zdravotní ústav, 2003. ISBN 80-707-1231-7.
- [10] HONZÁK, Radkin. *Jak žít a vyhnout se syndromu vyhoření*. 3. vydání. V Praze: Vyšehrad, 2018. ISBN 978-80-7601-004-8.
- [11] TEJMAR, Matěj. *Analýza stresu a poskytování posttraumatické intervenční péče u Policie České republiky*. Kladno, 2017. Diplomová práce. České vysoké učení technické v Praze. Vedoucí práce PhDr., Mgr. Rebeka Ralbovská, Ph.D.

- [12] KIRSCHMAN, Ellen. *Život s policajtem: vše, co by měla rodina policisty vědět*. Praha: Grada, 2015. ISBN 978-80-247-5342-3.
- [13] *Anonymní linka pomoci v krizi* [online]. Praha: Policie ČR, 2023. [cit. 2023-05-15]. Dostupné z: <https://www.policie.cz/clanek/anonymni-linka-pomoci-v-krizi.aspx>
- [14] Závazný pokyn policejního prezidenta č. 231/2016 o psychologických službách v posledním znění
- [15] *Suicide prevention* [online]. Geneva: World Health Organization, 2023 [cit. 2023-05-09]. Dostupné z: <https://www.who.int/health-topics/suicide>
- [16] VÁGNEROVÁ, Marie. *Současná psychopatologie pro pomáhající profese*. Praha: Portál, 2014 ISBN 978-80-262-0696-5.
- [17] MASARYK, Tomáš Garrigue. *Sebevražda hromadným jevem společenským moderní osvěty*. 5. české vyd. Praha: Masarykův ústav AV ČR, 2002. ISBN 80-864-9513-2.
- [18] BEURS, D. P. de. *Mýty o sebevraždě: jak o ní přemýšlet a mluvit*. Praha: Portál, 2021. ISBN 978-802-6218-128.
- [19] KUČEROVÁ, Helena a Helena HAŠKOVCOVÁ. *Sebevraždy*. Praha: Galén, 2020. ISBN 978-80-7492-485-9.
- [20] TINKOVÁ, Daniela. *Bez zpěvu a bez zvonění: dekriminlizace sebevraždy mezi sekularizací a medikalizací v 17.-19. století*. Praha: Argo. Každodenní život, 2021. ISBN 978-80-257-3524-4.
- [21] BAROŇOVÁ, Veronika. *Sebevraždy dětí a mladistvých*. Brno, 2009. Bakalářská práce. Masarykova univerzita. Vedoucí práce RNDr. Mgr. Alice Prokopová, Ph.D.
- [22] FISCHER, Slavomil a Jiří ŠKODA. *Sociální patologie: analýza příčin a možnosti ovlivňování závažných sociálně patologických jevů*. Praha: Grada, 2009. ISBN 978-802-4727-813.

- [23] ŠTYGLEROVÁ, Terezie a Markéta ŠAFUSOVÁ. Sebevražednost v Česku setrvale klesá. *Statistika&My: Magazín Českého statistického úřadu* [online]. Praha: Český statistický úřad, 2022. [cit. 2023-05-13]. Dostupné z: <https://www.statistikaamy.cz/2022/02/09/sebevrazednost-v-cesku-setrvale-klesa>
- [24] Sebevražednost v Česku setrvale klesá. *Český statistický úřad* [online]. Praha: Český statistický úřad, 9. 12. 2021 [cit. 2023-05-11]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/czso/sebevrazednost-v-cesku-setrvale-klesa>
- [25] *Vyhodnocení činnosti kontrolních útvarů a kontrolních pracovišť Policie České republiky*. Praha, 2011-2021.
- [26] SMĚTÁK, Petr. *Kvalita života příslušníků Policie České republiky*. Zlín, 2015. Diplomová práce. Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně. Vedoucí práce doc. PhDr. Mgr. Jaroslav Balvín, CSc.
- [27] MÍČEK, Robin. *Psychická zátěž v profesi policisty České republiky*. Opava, 2022. Bakalářská práce. Slezská univerzita v Opavě. Vedoucí práce PhDr. Naděžda Špatenková, Ph.D.
- [28] NAVRÁTILOVÁ, Žaneta. *Posttraumatická intervenční péče u zasahujících složek Integrovaného záchranného systému v Moravskoslezském kraji*. Kladno, 2016. Bakalářská práce. České vysoké učení technické v Praze. Vedoucí práce PhDr. Mgr. Dana Rebeka Ralbovská, Ph.D., LL.M.
- [29] PSŮTKA, Jindřich. *Posttraumatická péče u příslušníků základních složek IZS*. Kladno, 2022. Bakalářská práce. České vysoké učení technické v Praze. Vedoucí práce PhDr. Mgr. Dana Rebeka Ralbovská, Ph.D., LL.M.
- [30] KREJČÍ, Petr. *Vliv syndromu vyhoření na psychiku příslušníků Policie České republiky*. Kladno, 2019. Diplomová práce. České vysoké učení technické v Praze. Vedoucí práce PhDr., Mgr. Rebeka Ralbovská, Ph.D., LL.M.
- [31] VAJC, Tomáš. *Psychologické aspekty práce příslušníka Policie ČR*. Kladno, 2018. Bakalářská práce. České vysoké učení technické v Praze. Vedoucí práce PhDr. Mgr. Dana Rebeka Ralbovská, Ph.D., LL.M.

- [32] HUBOVÁ, Anna. *Analýza stresu a poskytování posttraumatické intervenční péče u základních složek IZS*. Ostrava, 2007. Bakalářská práce. Vysoká škola báňská – Technická univerzita Ostrava. Vedoucí práce doc. Dr. Ing. Michail Šenovský.

10 SEZNAM POUŽITÝCH OBRÁZKŮ

| | |
|--|----|
| Obrázek 1 - Dokonané sebevraždy na území ČR 2011–2022..... | 31 |
| Obrázek 2 - Sebevraždy a pokusy příslušníků PČR 2011–2021..... | 32 |
| Obrázek 3 - Sebevražedné jednání příslušníků a zaměstnanců 2011-2021 | 33 |
| Obrázek 4 - Pohlaví respondentů | 36 |
| Obrázek 5 - Věk respondentů..... | 37 |
| Obrázek 6 - Stav respondentů | 38 |
| Obrázek 7 - Délka služebního poměru..... | 39 |
| Obrázek 8 - Služební zařazení respondentů | 40 |
| Obrázek 9 - Spokojenost a naplněnost respondentů..... | 42 |
| Obrázek 10 - Pocit stresu při výkonu služby | 43 |
| Obrázek 11 - Výskyt traumatizujících a stresových událostí ve službě | 45 |
| Obrázek 12 - Vyrovnávání respondentů s traumatizujícími událostmi | 47 |
| Obrázek 13 - Předcházení psychickému vyčerpání..... | 49 |
| Obrázek 14 - Pocit dostatečného odměnění za pracovní výkon..... | 51 |
| Obrázek 15 - Dostatečná motivace k pracovnímu výkonu..... | 52 |
| Obrázek 16 - Spokojenost s kolektivem na pracovišti | 53 |
| Obrázek 17 - Důvěra v nejbližší kolegy | 54 |
| Obrázek 18 - Důvěra respondentů v nadřízeného..... | 55 |
| Obrázek 19 - Svěřování se blízkým..... | 56 |
| Obrázek 20 - Vliv na osobní vztahy | 58 |
| Obrázek 21 - Možnost volby odejít ze služebního poměru | 60 |
| Obrázek 23 - Projevy syndromu vyhoření | 61 |
| Obrázek 24 – Sebevražedné jednání na pracovišti | 62 |
| Obrázek 25 - Pocit špatného psychického stavu u kolegů | 63 |
| Obrázek 26 - Seznámení s poskytováním psychologické péče u PČR | 64 |
| Obrázek 27 - Četnost využití psychologické péče u PČR..... | 65 |
| Obrázek 28 - Využívání jednotlivých forem psychologické péče u PČR..... | 66 |

| | |
|---|----|
| Obrázek 29 - Spokojenost respondentů s poskytnutou péčí..... | 67 |
| Obrázek 30 - Důvod nevyužití psychologické péče..... | 68 |
| Obrázek 31 - Ovlivnění služebního poměru při využití psychologů | 71 |
| Obrázek 32 - Volba mezi služební a mimorezortní péčí..... | 72 |
| Obrázek 33 - Využití psychiatrické a psychologické péče mimo PČR..... | 73 |

11 SEZNAM POUŽITÝCH TABULEK

| | |
|--|----|
| Tabulka 1 - Sebevražedné jednání příslušníků a zaměstnanců 2011-2021..... | 33 |
| Tabulka 2 - Věk respondentů..... | 37 |
| Tabulka 3 - Rodinný stav respondentů | 38 |
| Tabulka 4 - Délka služebního poměru | 39 |
| Tabulka 5 - Služební zařazení..... | 41 |
| Tabulka 6 - Spokojenost respondentů | 42 |
| Tabulka 7 - Pocit stresu při výkonu služby | 43 |
| Tabulka 8 - Pocit stresu při výkonu služby | 44 |
| Tabulka 9 - Výskyt traumatizujících a stresových situací ve službě..... | 45 |
| Tabulka 10 - traumatizující a stresové situace v závislosti na zařazení..... | 46 |
| Tabulka 11 - Vyrovnávání respondentů s traumatizujícími událostmi..... | 47 |
| Tabulka 12 - Předcházení psychickému vyčerpání..... | 50 |
| Tabulka 13 - Pocit dostatečného odměnění za pracovní výkon..... | 51 |
| Tabulka 14 - Dostatečná motivace k pracovnímu výkonu..... | 52 |
| Tabulka 15 - Spokojenost s kolektivem na pracovišti..... | 53 |
| Tabulka 16 - Důvěra v nejbližší kolegy..... | 54 |
| Tabulka 17 - Důvěra v nadřízeného | 55 |
| Tabulka 18 - Svěřování se blízkým..... | 56 |
| Tabulka 19 - Vliv na osobní vztahy | 58 |
| Tabulka 20 - Možnost odejít ze služebního poměru | 60 |
| Tabulka 21 - Projevy syndromu vyhoření..... | 61 |
| Tabulka 22 - Sebevražedné jednání na pracovišti..... | 62 |
| Tabulka 23 - Pocit špatného psychického stavu u kolegů..... | 63 |
| Tabulka 24 - Dostatečné seznámení s psychologickou péčí..... | 64 |
| Tabulka 25 - Četnost využití psychologické péče u PČR | 65 |
| Tabulka 26 - Využívání jednotlivých forem psychologické péče u PČR..... | 66 |
| Tabulka 27 - Spokojenost respondentů s poskytnutou péčí..... | 68 |

| | |
|--|----|
| Tabulka 28 - Důvod nevyužití psychologické péče..... | 68 |
| Tabulka 29 - Ovlivnění služebního poměru při využití psychologů..... | 71 |
| Tabulka 30 - Volba mezi služební a mimorezortní péčí | 72 |
| Tabulka 31 - Využití psychiatrické a psychologické péče mimo PČR | 73 |

12 SEZNAM PŘÍLOH

Příloha 1 – Anonymní dotazníkové šetření

Vážené kolegyně, vážení kolegové,

jmenuji se Tereza Vápeníková, služebně jsem zařazena na 1. oddělení obecné kriminality, SKPV, Praha I a zároveň studuji na Fakultě biomedicínského inženýrství ČVUT v Praze, obor Plánování a řízení krizových situací.

Ráda bych Vás tímto požádala o vyplnění mého dotazníku, který bude součástí praktické části mé bakalářské práce na téma „Sebevražedné jednání u příslušníků Policie ČR“. Bakalářská práce neřeší jen sebevražedné jednání, ale také psychologickou péči poskytovanou u PČR a vliv profese policisty na jeho psychiku.

Dotazník je anonymní, obsahuje 30 otázek a je adresován všem policistům. Vyplnění Vám zabere 5 minut.

Děkuji za Váš čas a ochotu.

S pozdravem

Tereza Vápeníková

Otázka č. 1 – Jste muž nebo žena? (vyberte jednu možnost)

- Muž
- Žena

Otázka č. 2 – Do jaké věkové kategorie patříte? (vyberte jednu možnost)

- 18-30 let
- 31-40 let
- 41-50 let
- 51 a více

Otázka č. 3 – Jaký je váš stav? (vyberte jednu možnost)

- Svobodný/á
- V partnerském vztahu
- Ženatý/vdaná
- Rozvedený/á
- Jiné

Otázka č. 4 – Jak dlouho jste ve služebním poměru u PČR? (vyberte jednu možnost)

- 0-5 let
- 6-10 let
- 11-15 let
- 16-20 let
- 21 a více let

Otázka č. 5 – Na jakém útvaru jste zařazen/a? (vyberte jednu možnost)

- MOP, OOP
- PMJ
- SPJ
- OHS, PEO, OCP
- SKPV
- Zásahová jednotka
- Útvar rychlého nasazení
- Útvar s celostátní působností (mimo ÚRN)
- Jiné, uveďte

Otázka č. 6 – Cítíte se být v současnosti ve služebním poměru u PČR spokojen/a a naplněn/a? (vyberte jednu možnost)

- Ano.

- Spíše ano.
- Spíše ne.
- Ne.

Otázka č. 7 – Je pro Vás práce u Policie ČR stresující či se často cítíte pod stresem při výkonu služby? (vyberte jednu možnost)

- Ano.
- Spíše ano.
- Spíše ne.
- Ne.

Otázka č. 8 - Setkáváte se při výkonu povolání s traumatizujícími či stresovými událostmi? (např. pohled na mrtvé, těžká zranění, oběti trestných činů vč. dětí, ozbrojení pachatelé apod.) (vyberte jednu možnost)

- Ano.
- Spíše ano.
- Spíše ne.
- Ne.

Otázka č. 9 – Jak se vyrovnáváte s prožitými traumatizujícími a stresovými událostmi? (Vyberte jednu nebo více odpovědí)

- Trávím čas s rodinou.
- Trávím čas s přáteli.
- Sportuji.
- Zajdu si na pivo či skleničku.
- Nijak to neřeším.
- Jiným způsobem, napište jakým.

Otázka č. 10 - Jakým způsobem předcházíte psychickému vyčerpání? (Vyberte jednu nebo více odpovědí)

- Trávím čas s rodinou.
- Trávím čas s přáteli.
- Sportováním.
- Zajdu si na pivo či skleničku.
- Nijak to neřeším.
- Jiným způsobem, napište jakým.

Otázka č. 11 - Cítíte se dostatečně odměněn/a za Váš pracovní výkon u PČR? (vyberte jednu možnost)

- Ano.
- Spíše ano.
- Spíše ne.
- Ne.

Otázka č. 12 – Jste dostatečně motivován/a k pracovnímu výkonu u PČR (např. pochvaly, odměny, uznání od nadřízeného apod.)? (vyberte jednu možnost)

- Ano.
- Spíše ano.
- Spíše ne.
- Ne.

Otázka č. 13 – Jste spokojen/a se svým kolektivem na pracovišti? (vyberte jednu možnost)

- Ano.
- Spíše ano.
- Spíše ne.
- Ne.

Otázka č. 14 – Důvěřujete svým nejbližším kolegům? (např. můžete se na ně spolehnout při zákroku, svěřujete se jim i se svými osobními problémy).
(vyberte jednu možnost)

- Ano.
- Spíše ano.
- Spíše ne.
- Ne.

Otázka č. 15 – Můžete se spolehnout na svého nadřízeného? (Postaví se za Vás, vyslechne, dobře poradí.) (vyberte jednu možnost)

- Ano.
- Spíše ano.
- Spíše ne.
- Ne.

Otázka č. 16 - Mluvíte doma nebo se svými blízkými o své práci, včetně prožitých traumat nebo stresových situací? (vyberte jednu možnost)

- Ano svěřuji se rodině, partnerovi/partnerce nebo přátelům.
- Ne, využívám psychologických služeb u PČR.
- Ne, dusím to v sobě a netahám práci domů.
- Ne, bojím se někomu svěřit.
- Jiné.

Otázka č. 17 - Má práce u Policie ČR vliv na Vaše osobní vztahy? (vyberte jednu možnost)

- Ano, zejména na partnerský život.
- Ano, na rodinu.
- Ano, na přátelé.

- Ne, nezaznamenal/a jsem žádný vliv práce u policie na mé vztahy.
- Jiné, napište jaké.

Otázka č. 18 – Kdybyste měl/a možnost odejít do „civilu“ (např. předčasný důchod, renta) udělal/a byste to klidně hned zítra? (vyberte jednu možnost)

- Ano.
- Ne.

Otázka č. 19 – Trpíte dlouhodobě některým z těchto příznaků jako jsou pokles nálady, podrážděnost, vyčerpání, změna chování, ztráta motivace k výkonu služby či pocit neschopnosti? (vyberte jednu možnost)

- Ano, většinou z těchto příznaků.
- Ano, ale pouze jedním nebo dvěma příznaky.
- Dříve ano, ale podařilo se mi těchto stavů zbavit.
- Ne.

Otázka č. 20 – Setkal/a jste se situací, že by Váš kolega měl sebevražedné myšlenky nebo dokonce spáchal sebevraždu? (vyberte jednu možnost)

- Ano.
- Ne.

Otázka č. 21 – Máte u některého z Vašich kolegů pocit, že by měl vyhledat psychologickou péči? (vyberte jednu možnost)

- Ano.
- Spíše ano.
- Spíše ne.
- Ne.

Otázka č. 22 – Byl/a jste dostatečně seznámen/a s možností využití systému psychologické péče poskytovanou u Policie ČR (např. školení, intranet)?
(vyberte jednu možnost)

- Ano.
- Ano, ale nemám pocit, že by to bylo dostatečné.
- Nejsem si jistý/á jestli jsem byl/a seznámena.
- Ne.

Otázka č. 23 – Využil/a jste nebo využíváte nějakou z forem psychologické péče poskytovanou PČR? (vyberte jednu možnost)

- Ano.
- Ne.

Otázka č. 24 – Pokud jste na předešlou otázku odpověděl/a „ANO“, uveďte, jakou formu psychologické péče jste využil/a anebo využíváte? (Vyberte jednu nebo více odpovědí)

- Intervenční péče po náročné pracovní zkušenosti (např. úmrtí, úmrtí dítěte, těžká zranění, střelba na pachatele).
- Intervenční péče z osobních důvodů.
- Linka pomoci v krizi.
- Policejní psycholog.
- Kolegiální podpora – peer.

Otázka č. 25 - Byl/a jste nebo jste spokojen/á s poskytovanou péčí? (vyberte jednu možnost)

- Ano.
- Spíše ano.
- Spíše ne.
- Ne.

Otázka č. 26 – Pokud jste u otázky č. 23 odpověděl/a „NE“, uveďte důvod?

(vyberte jednu možnost)

- Doposud jsem psychologickou péči nepotřeboval/a.
- Stydím se.
- Bojím se, že by se to dozvěděl někdo jiný, například nadřízený nebo kolegové.
- Jiný, uveďte jaký.

Otázka č. 27 - Myslíte si, že využití psychologické péče u Policie ČR může negativně ovlivnit další průběh Vaší služby? (např. obava o setrvaní ve službě, návrh na přezkum psychického stavu) (vyberte jednu možnost)

- Ano.
- Ne.

Otázka č. 28 - Pokud byste se rozhodl/a pro využití psychologa či jiného odborníka na duševní zdraví, je pro vás lepší vyhledávat tuto pomoc v rámci Policie ČR nebo byste vyhledal/a v raději v soukromém sektoru (soukromé ambulance psychologů/psychiatrů)? (vyberte jednu možnost)

- Raději v civilním sektoru.
- Raději bych využil/a psychologické pomoci u PČR.
- Nezáleží mi na tom.

Otázka č. 29 – Využil/a jste někdy psychologickou nebo psychiatrickou péči mimo PČR? (vyberte jednu možnost)

- Ano.
- Ne.

Otázka č. 30 – Pokud chcete ke zpracovávané problematice doplnit vlastní postřeh, můžete zde. (Otevřená odpověď)