

UNIVERZITA KARLOVA

Filozofická fakulta

Katedra psychologie

Bakalářská práce



Bc. Tereza Juříková

Well-being v profesi advokáta

Well-being in the profession of attorney

Vedoucí bakalářské práce: doc. PhDr. Ilona Gillernová, CSc.

2024

Poděkování

Ráda bych poděkovala doc. PhDr. Iloně Gillernové, Csc. za odborné vedení, cenné rady a připomínky, které mi po celou dobu tvorby této práce byly velkým přínosem. Dále děkuji své rodině, která mi je obrovskou podporou při mých studiích.

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně, že jsem řádně citovala všechny použité prameny a literaturu a že práce nebyla využita v rámci jiného vysokoškolského studia či k získání jiného nebo stejného titulu.

Bc. Tereza Juříková

V Kolíně dne 2. dubna 2024

Obsah

Úvod.....	6
I. Teoretická část.....	7
1. Vymezení pojmu well-being	7
1.1. Teorie opravdového štěstí dle pozitivní psychologie.....	10
1.2. Teorie duševní pohody a pozitivní psychologie.....	11
1.3. Tři komponenty well-beingu podle Robertsona a Coopera	14
2. Profese advokáta a její charakteristika	17
2.1. Práva a povinnosti advokáta.....	17
2.2. Osobnostní rysy a činnosti advokáta	20
2.3. Profesiogram advokáta	24
3. Současné studie související s profesí advokáta	26
II. Empirická část.....	32
4. Cíl výzkumu	32
4.1. Výzkumné otázky a předpoklady	32
5. Metodika.....	33
5.1. Kvalitativní výzkumný design	33
5.2. Výzkumný soubor a jeho popis.....	33
5.3. Metoda sběru dat	34
5.4. Postup sběru dat	35
5.5. Metoda analýzy získaných dat	36
5.6. Etika výzkumu.....	37
6. Výsledky.....	39
6.1. Faktory ovlivňující osobní pohodu advokátů.....	39
6.2. Emoce v profesi advokáta	45
6.3. Trávení volného času	47

6.4. Co by se v advokacii mohlo zlepšit?	48
7. Diskuse	50
8. Závěr.....	56
Reference.....	57
Seznam příloh.....	61

Úvod

Hlavním cílem bakalářské práce je zjistit, jaké faktory přispívají k osobní pohodě v profesi advokáta. Záměrem je prohloubit poznatky o stále častěji v dnešní době skloňovaném pojmu well-being a zasadit ho do právní oblasti, konkrétně do profese advokáta, čemuž se doposud ještě nikdo více nevěnoval. Dalšími cíli je zjistit, zda jsou emoce nezbytnou součástí profese advokáta, jaké jsou způsoby, které pomohou advokátům se odreagovat od pracovních povinností a co by bylo dobré v oblasti advokacie změnit.

Teoretická část je rozdělena na tři velké kapitoly, díky nimž jsem se snažila vymezit pojem well-being, představit profesi advokáta a uvést data vzešlá ze současných studií věnujících se osobní pohodě u právnických povolání. Pojem well-being je popsán pohledem pozitivní psychologie, což je podloženo několika teoriemi zabývajícími se faktory well-being a teorií věnující se psychologickému, fyzickému a sociálnímu well-being. Obsahová náplň profese advokáta předkládá popis jeho práv a povinností, osobnostních rysů a rovněž profesiogram advokáta. Součástí bude také přehled současných světových studií, které propojují tematiku well-being a výkon advokacie jak v podobě metaanalýz, tak dílčích výzkumných studií. V této části bakalářské práce je dán krátký prostor osobnostním rysům, neboť teoretické poznatky o vztahu osobní pohody a osobnostních rysů jsou vhodné pro ucelený pohled zkoumané problematiky osobní pohody a pro pochopení identifikovaných faktorů, které na tuto pohodu u advokátů působí.

Výzkumná část bude kvalitativní analýzou daného problému, která bude provedena za pomoci polostrukturovaného rozhovoru se zástupci advokátní profese. Kvalitativně-analytickým přístupem bude tematická analýza, díky níž budu identifikovat, analyzovat a reportovat vzorce v datech.

Výsledky výzkumu přispějí k rozšíření psychologických poznatků problematiky well-being v oblasti české advokacie. Dále mohou mít význam v udržení či zlepšení profesní spokojenosti advokátů samotných. Výzkum dané problematiky je jedním z prvních, který bude v České republice realizován.

I. Teoretická část

1. Vymezení pojmu well-being

Pozitivním stavům a osobní pohodě je větší pozornost psychologie věnována teprve od osmdesátých let minulého století, kdy začaly být prováděny systematické výzkumy v této oblasti. Nicméně již v první polovině dvacátého století se pozitivními stránkami člověka zabývala taková významná jména světové psychologie jako Abraham Maslow, Alfréd Adler nebo Albert Bandura. Impulzem k provádění výzkumů pozitivních témat byl vznik nového směru v psychologii – pozitivní psychologie – která se snaží porozumět pozitivním silám v člověku a nadále je rozvíjet a udržovat si je (Blatný, 2020).

Pojem well-being byl znám již řeckým filozofům v období antického Řecka. První, kdo se well-beingem zabýval, byl Sokrates, jenž ho spojoval se štěstím. Štěstí však nedosáhneme skrze slávu, bohatství, moc či lásku. Dosáhneme ho jen celoživotním vzděláváním, uměním se ovládat a v neposlední řadě moudrostí (Diener, 2009). Ostatní řeckí filozofové pojímali well-being jako způsob života – správná cesta, jak život žít (McDavid, 2014).

Definovat samotný pojem není snadné, neboť je spojován s mnoha disciplínami – psychologie, filozofie, sociologie a další. Každá vědní disciplína pojímá well-being různými hledisky, a proto doposud nebyla vytvořena přesná definice, která by byla dostatečně výstižná, aby jednotlivé vědní obory našly své ztotožnění s ní (Dodge et al., 2012). Jedna ze známějších definic well-being je definice Světové zdravotnické organizace (WHO) z roku 1948, kdy well-being je „stav úplné tělesné, duševní a společenské pohody“. Well-being (Harter, 2010) může být rovněž pojímán jako kombinace naší lásky pro to, co děláme každý den, kvalitou našich vztahů, ochranou našich financí, živostí našeho fyzického zdraví a hrdostí, kterou přispíváme do našich komunit. Podle amerického psychologa Jima Hartera (2010) je well-being složen z pěti elementů, kterým bude věnována zvláštní kapitola. Těmi elementy jsou: *pozitivní emoce, zaujetí činností, pozitivní vztahy, smysluplnost a úspěšný výkon*.

V české odborné literatuře se setkáváme s výrazy jako „duševní pohoda“, „životní pohoda“ nebo „subjektivně prožívané pocity štěstí“ (Křivohlavý, 2013). Dalším možným překladem je „subjektivní“ či „osobní pohoda“ (Kebza, Šolcová, 2003). Nadřazený pojem „well-being“ však propojuje další pojmy, které jsou užívány k popisu psychologických kvalit pocitů, které jsou zažívány v běžném životě – např. dobrá nálada, radost, štěstí a životní spokojenost (Dosedlová a kol., 2008). V anglické literatuře se nejčastěji setkáváme s označením „subjective well-being“, ve francouzské literatuře je označením „bien-être“ a

v německé literatuře „Wohlbenfilden“. Mimo odbornou literaturu je pojem well-being překládán jako „pocit blaha“, „subjektivní komfort“ nebo „stav, kdy se člověk cítí dobře“ (Kebza, Šolcová, 2003).

Osobní pohoda může být pojímána jako kognitivní a emocionální hodnocení vlastního života, což zahrnuje emocionální reakce i kognitivní posouzení celkové životní spokojenosti a životního naplnění (Diener, Lucas a Oishi, 2002). Takové hodnocení je afektivní a kognitivní (Diener, 2000). „*Lidé zažívají silný pocit osobní pohody, když zažívají více pozitivních a méně negativních emocí, když se osobně věnují smysluplným aktivitám, které je zajímají, a když jsou naplnění spokojeností ve svém životě.*“ (Diener, 2000, s. 34). Osobní pohodu je možné rozdělit do dvou paradigmat, jež vycházejí ze dvou rozdílných filozofií – hédonismus a eudaimonismus. Hédonistické paradigma vnímá osobní pohodu skrze pojmy potěšení a trápení. Proto si klade za cíl, aby člověk dosáhl co největšího pocitu štěstí. Takto pojatá osobní pohoda je nazývána „subjektivní osobní pohoda“. Eudaimonické paradigma vidí osobní pohodu v uskutečnění lidského potenciálu. Takto pojímaná osobní pohoda se nazývá „psychologická osobní pohoda“. Výzkumy bylo dokázáno, že eudaimonické hédonistické paradigma se překrývají, a proto se někteří autoři domnívají, že když člověk zažívá eudaimonickou osobní pohodu, bude vždy zažívat i pohodu hédonistickou. Nemusí tomu však být naopak (Ryan & Deci, 2001; Ryan & Deci, 2008).

Vladimír Kebza a Iva Šolcová (2003, 2005) řadí osobní pohodu z psychologického hlediska mezi afekty, nálady a osobnostní rysy. Podle těchto autorů je osobní pohoda tvořena čtyřmi komponenty: psychická osobní pohoda, sebeúcta (self-esteem), sebeuplatnění (self-efficacy) a osobní zvládnání (personal control, mastery). „*Psychická osobní pohoda je tvořena různými emočními a kognitivními dimenzemi, jako je například pozitivní a negativní afektivita, štěstí, životní spokojenost, shoda mezi očekávanými a dosaženými životními cíli, psychosomatické symptomy a nálada.*“ (Kebza, Šolcová, 2003, s. 336).

V průběhu historie byla vytvořena řada teoretických koncepcí osobní pohody, kdy zejména dvě se staly významnými – *subjektivní a psychologická pohoda* (Blatný, 2011).

Subjektivní pohoda (subjective well-being) je užitečným indikátorem kvality života. Lidé subjektivně vnímají svět, a proto se podle toho chovají, určují si, jak budou reagovat na jejich životní výzvy, ačkoliv žijí v objektivně definovaných životních podmínkách.

U subjektivní pohody jsou rozlišovány dvě základní komponenty: životní spokojenost a štěstí. Životní spokojenost vyjadřuje rozdíl mezi očekáváním a realitou. Štěstí reflektuje rovnovážný stav mezi pozitivními a negativními emocemi. Subjektivní pohoda je ještě dále

složena ze tří komponentů, čemuž se říká **tříkomponentová struktura subjektivní pohody**. Těmito komponenty jsou *pozitivní emoce*, *negativní emoce* a *životní spokojenost*. Emoční komponenty průběžně hodnotí vlastní emoce a celkové naladění, zatímco životní spokojenost (kognitivní komponenta) hodnotí vlastní život jako celek. Subjektivní pohoda je ovlivněna řadou faktorů a determinant (dědičnost, životní podmínky atd.). Kombinace těchto determinant vyústila ve vytvoření dvou modelů: **bottom-up teorie** a **top-down teorie**. Podle bottom-up teorie jsme spokojeni se životem jako celkem, zatímco podle top-down teorie určité životní procesy ovlivňují vlastní hodnocení životních zážitků (Blatný, 2020).

Psychologická pohoda (psychological well-being) vychází z eudaimonické tradice a také je považována za důsledek plnění si životních cílů, které jsou pozitivně laděné. Mezi takové cíle řadíme osobní růst, autonomie, zvládnání prostředí, smysl a cíl života (Blatný, 2020). Koncepcemi lidského vývoje a životních výzev se ve svých studiích zabývali Charlotte Bühlerová nebo Erik Erikson, jimiž byly popsány vývojové úkoly a způsoby jejich úspěšného zdolávání (Blatný, 2020). Další autoři jako je Carl G. Jung, Viktor Frankl, Gordon Allport, Carl Rogers nebo Abraham Maslow se zabývali vývojem a růstem jedince a vytvořili konstrukty jako individuace, vůle ke smyslu, zralost či sebeaktualizace (Blatný, 2020).

Pozitivní fungování člověka muselo být podpořeno empirickými výzkumy za pomoci především validních a reliabilních výzkumných metod. Proto byla vytvořena metoda Psychological Well-Being Scales, jejíž autorkou je Carol Ryffová (1989). Tento model obsahuje šest psychologických dimenzí: sebekřijetí, pozitivní vztahy s druhými, vláda nad prostředím, autonomie, životní cíl, osobní růst.

Objevují se také snahy o vytvoření kompozitních indexů (Výrost, Gillernová, 2012). Jedná se o kombinování různých subjektivních a objektivních indikátorů kvality života, tj. souhrnného ukazatele – indexu. Hagerty a Land v Handbooku sociálních indikátorů a kvality života (Land, Michalos, SIRG 2012) popisují a srovnávají celkem čtrnáct indikátorů. Na toto téma byla zaměřena pozornost i v rámci OECD, kdy v roce 2011 byla založena OECD Better Life Initiative a v roce 2014 byl vytvořen OECD Better Life Index, který identifikuje jedenáct indikátorů: bydlení, příjem, práce, komunita, vzdělání, prostředí, občanská zainteresovanost, zdraví, životní spokojenost, bezpečí, rovnováha pracovního a osobního bezpečí. Eurostat (Stiglitz, Sen, Fittoussi, 2009, Cotis, Radermacher, 2011) provozuje na svých webových stránkách online publikaci „Quality of life indicators“ za účelem systematického shromažďování aktuálních údajů o kvalitě života v Evropské unii, které jsou průběžně na stránce zveřejňovány. Bylo identifikováno osm standardních objektivních indikátorů: materiální životní podmínky, práce, zdraví, vzdělání, volnočasové a sociální vztahy, ekonomické a fyzické

bezpečí, řízení společnosti a základní práva, životní prostředí. K těmto osmi indikátorům přibyl jeden subjektivní indikátor: celková životní zkušenost s třemi sub-dimenzemi (životní spokojenost, emocionální prožívání a eudaimonia).

Zdrojem údajů pro tento jediný subjektivní indikátor byla data European Quality of Life Survey 2012. Konstrukt subjektivní pohody je chápán jako komplexní pojem, který je identifikován na základě dvou skupin indikátorů: kognitivních (celková životní spokojenost a spokojenost s různými životními doménami) a emocionálních, včetně celkového pocitu štěstí (Anderson, Dubois, Leončikas, Sándor, 2012). V pozadí operacionalizace tohoto konstruktů byla koncepce amerického psychologa Eda Dienera (2000), který subjektivní pohodu pojímá jako „osobní hodnocení života – hodnocení, které je kognitivní a emocionální povahy“. Na základě výsledků validizačních studií (Lucas, Diener, Suh, 1996) hovoří Diener o čtyřech komponentech subjektivní pohody: životní spokojenost, spokojenosti s významnými doménami života (např. pracovní spokojenost), pozitivní a negativní prožívání. Údaje European Quality of Life Survey 2012 prokázaly při analýze efektivnosti vybraných sociálních činitelů jako prediktorů životní spokojenosti, že všechny čtyři komponenty Dienerova konceptu subjektivní pohody se projeví jako signifikantní prediktory celkové životní spokojenosti. Spokojenost s významnými životními doménami a celkový pocit štěstí byly indikátory nejsilnějšími.

1.1. Teorie opravdového štěstí dle pozitivní psychologie

Nežli představím stěžejní teorii této bakalářské práce – teorii duševní pohody, jejíž autorem mezinárodně uznávaný tvůrce a propagátor pozitivní psychologie – Martin Seligman, představím původní Seligmanovu teorii, která se stala předchůdkyní teorie duševní pohody. Jedná se o **teorii opravdového štěstí**, o níž se Seligman prvně zmiňuje ve své knize *Opravdové štěstí* z r. 2002. Podle této teorie lze lidské štěstí analyzovat ve třech úrovních: 1) *pozitivní emoce*, 2) *zaujetí určitou činností*, 3) *pocit smysluplnosti*, kdy pozitivní emoce mají projev radosti, nadšení či extáze. Zaujetí činností se týká tzv. flow, kdy člověka daná činnost plně pohltí. Aby člověk dosáhl stavu flow, musí zapojit své nejlepší vlohy a schopnosti. Poslední dimenze štěstí – smysluplnost znamená, že je člověk součástí něčeho, co ho přesahuje a čemuž člověk také slouží (rodina, náboženství, politika).

Sám Seligman (2011) se domníval, že ústředním tématem pozitivní psychologie je štěstí, kde hlavním kritériem pro měření štěstí je spokojenost se životem a cílem je snaha zvyšovat tuto životní spokojenost. Tento názor však přehodnotil, když si uvědomil celkem tři nedostatky své teorie. Prvním nedostatkem je původní domněnka, že štěstí je svázáno s dobrou náladou. U

komponentů štěstí jako je zaujetí a smysluplnost nic necítíme, i přestože člověk touží zažívat zaujetí a smysluplnost. Druhým nedostatkem je hodnocení životní spokojenosti. Ukázalo se, že lidé svůj život hodnotí z pohledu daného okamžiku, tedy, jak se zrovna cítí. Seligman odmítá náladu jakožto relevantní faktor štěstí z důvodu důrazu na morální svobodu. „*Když necháme štěstí posuzovat na základě nálady, odešleme tak automaticky padesát procent světové populace, pro kterou platí takzvaná nízká pozitivní afektivita, do pekla nešťastnosti*“ (Seligman, 2011, s. 25), neboť u introvertu je známo, že bývají méně veselí než extraverti. Seligman uvádí, že teorie, která se nebude zaměřovat jen na nárůst pozitivních emocí, ale bude uvažovat i o nárůstu zaujetí a smysluplnosti, je považována za morálně osvobozující. Dále Seligman doplňuje, že životní spokojenost není o velikosti prožívané smysluplnosti nebo hloubce našeho zaujetí, ale je především o vyjádření veselé nálady daného jedince, a proto by v žádné teorii neměla mít nárok na ústřední místo. Posledním nedostatkem, který Seligman vidí ve své teorii životního štěstí, je nedostatečné postihnutí všech prvků, které lidé volí pro věc samotnou, pokud bychom vycházeli pouze ze tří prvků: pozitivní emoce, zaujetí a smysluplnost. Aby „věc samotná“ mohla být základní složkou teorie, to, co si zvolíme, musí sloužit jen nám. Zde je Seligmanova námitka, kdy „*mnoho lidí se snaží dosáhnout úspěch jen pro úspěch samotný*“ (Seligman, 2011, s. 26).

Na základě těchto tří nedostatků teorie životního štěstí se rozhodl vytvořit novou teorii, kde by komplexněji specifikoval prvky toho, pro se lidé rozhodují. Tou novou teorií je teorie duševní pohody.

1.2. Teorie duševní pohody a pozitivní psychologie

Martin Seligman považuje za hlavní konstrukt **teorie duševní pohody** teoretický konstrukt – duševní pohodu neboli well-being. Duševní pohoda je měřitelná na základě několika měřitelných prvků, které obsahuje. Každý z prvků duševní pohodě přispívá, aniž by ji alespoň jeden z nich definoval. Duševní pohoda je autorem přirovnána k počasí nebo také ke svobodě, kdy žádný jednotlivý ukazatel nepředkládá dostatečnou definici duševní pohody, ale podílí se na ní několik věcí, které se nazývají prvky duševní pohody a každý z těchto prvků je měřitelnou věcí (Seligman, 2011).

Duševní pohoda obsahuje celkem pět prvků, přičemž každý musí splňovat následující tři podmínky:

1. Přispívá k duševní pohodě významným způsobem.
2. O prvek je mnoha lidmi usilováno pro něj samotný.
3. Prvek je měřitelný a definovatelný nezávisle na prvcích ostatních.

Teorie duševní pohody je složena z následujících prvků: 1) pozitivní emoce, 2) zaujetí činností, 3) smysluplnost, 4) úspěšný výkon, 5) pozitivní vztahy a každý z nich předchází tři podmínky splňuje. Pro lepší zapamatování Seligman uvádí akronym P E R M A, který je složen z počátečních písmen anglických názvů – Positive Emotion, Engagement, Positive Relations, Meaning, Accomplishment. Následující podkapitoly budou blíže věnované jednotlivým prvkům duševní pohody.

a) Pozitivní emoce

Pozitivní emoce neboli příjemné životní prožitky jsou řazené na první místo jak teorie opravdového štěstí, tak teorie duševní pohody. Jsou zde však dvě významné změny. Štěstí a životní spokojenost nejsou subjektivními cíli teorie, nýbrž jedním z faktorů, jež je zahrnut do pozitivních emocí (Seligman, 2011).

b) Zaujetí činností

Zaujetí činností si je velice podobné s pozitivními emocemi, a to díky jejich subjektivnímu hodnocení. Zatímco pozitivní emoce zahrnují všechny běžné projevy duševní pohody, u zaujetí nebo také tzv. flow, se žádné myšlenky nebo pocity nevyskytují. Seligman (2011) předkládá příklad, kdy u potěšení vnímáme subjektivně určitý stav, u zaujetí je tento stav subjektivně hodnocen až s časovým odstupem, tedy retrospektivně.

Pro pozitivní emoce a zaujetí jsou společná všechna tři kritéria, aby byly zahrnuty mezi prvky duševní pohody. Přispívají duševní pohodě, mnoho lidí usiluje o tyto prvky duševní pohody a hodnotí se nezávisle na ostatních prvcích (Seligman, 2011).

c) Pozitivní vztahy

Seligman (2011) je přesvědčen, že všechny životní prožitky se uskutečňují ve společnosti dalších lidí. *Ti druzí jsou nejlepším protilékem na životní těžkosti, tím, na který je nejlepší spolehnoutí.* Příkladem takového protiléku je například prokázání laskavosti, které generuje zvýšení duševní pohody, a to nejspolehlivěji ze všech metod, jak bylo důkazy prokázáno (Seligman, 2011). George Vaillant, harvardský psychiatr, na něhož se Seligman odkazuje, tvrdí, že „hlavní silnou stránkou člověka je jeho schopnost být milován“. Tuto myšlenku také podporují slova sociálního neurovědce Johna Cacioppa, který říká, že „*snaha o pozitivní vztahy je základním kamenem lidské duševní pohody*“ (Seligman, 2011).

Je tedy nepopiratelné, že pozitivní vztahy mají zásadní vliv na celkovou duševní pohodu člověka, a to na základě splnění dvou kritérií, kdy jednak přispívají duševní pohodě a také je lze hodnotit či měřit nezávisle na ostatních prvcích duševní pohody (Seligman, 2011). Nutno však podotknout, že pozitivní vztahy nejsou něčím, o co by člověk stále usiloval z důvodu následného dostavení se pozitivních emocí či úspěchu. Naopak evoluce vybavila lidský druh podporou pro další prvky duševní pohody z důvodu lidské touhy usilovat o pozitivní vztahy, které by se mohly uskutečňovat v budoucnosti (Seligman, 2011).

d) Smysluplnost

Smysluplnost, tedy to, že člověk má na světě své místo či slouží něčemu, co ho přesahuje, se považuje za další prvek duševní pohody. Smysluplnost je možné subjektivně vnímat (subjektivní složka má výrazný vliv na pozitivní emoce). Člověk prožívající radost nebo pocit úlevy si svého momentálního pocitu musí být vědom, a ne se mýlit. Nicméně u smysluplnosti to není tak jednoznačné. Seligman (2011) říká, že můžeme mít pocit, že celonoční debata měla smysl, ale po čase, když si na tuto debatu vzpomeneme, budeme ji považovat za naprostou zbytečnou. Any smysluplnost byla považována za prvek duševní pohody, musí být opět splněna známá tři kritéria, o kterých jsem již psala výše.

e) Úspěšný výkon

Za poslední prvek duševní pohody je Seligmanem považován *úspěšný výkon*, který již sám o sobě je cílem, jež chce člověk dosáhnout. Úspěšný výkon lze také v jeho rozšířené formě chápat jako úspěšný život, tedy „*život věnovaný pro úspěch samotný*“ (Seligman, 2011). Lidé mající úspěšný život, jsou plně zaujati svou činností (flow), díky svým úspěchům prožívají pozitivní emoce a není také vyloučeno, že touží po výhře ve službě něčemu, co je i převyšuje (např. věří, že Bůh je učinil rychlejšími závodníky).

Obečně úspěch je věcí velice příjemnou, ale na druhou stranu také pomíjivou. Člověk v daný okamžik doufá, a když přijde, užívá si ho plnými doušky. S každým úspěchem však také roste zodpovědnost. Okolí či např. advokátovi klienti pak očekávají vítězství a úspěšný výkon, poněvadž jsou zvyklí na určitý standart nebo reputaci, kterou jedinec nese, čímž se ale dostává pod silný tlak. Nemusí to být ale pravidlem. Pokud člověk vnímá svůj neúspěch jako výzvu a každé selhání ho naopak posiluje, neúspěch jako selhání vůbec nevnímá. Největším selháním je pouhý strach ze selhání (Jelínek, 2023).

1.3. Tři komponenty well-beingu podle Robertsona a Coopera

V pojetí autorů Ivana Robertsona a Caryho Coopera (2011) lze well-being dělit na tři hlavní části: psychologický well-being, fyzický well-being a sociální well-being. Psychologický well-being je autory přirovnáván ke schopnosti zvládat stresy každodenního života a zároveň je chápán jako snaha si udržovat pozitivní přístup k životu. Fyzický well-being souvisí především s fyzickou aktivitou jako je např. cvičení či lze pod něho podřadit spánkové návyky. Sociální well-being se věnuje sociálním vztahům a jejich vlivu na jedincův život. Všechny tyto části pak mají člověku prospívat a udržovat jeho celkovou duševní pohodu (well-being), blahobyt a štěstí (Robertson a Cooper, 2011).

a) Psychologický well-being

Psychologický well-being je také možné chápat jako pojmy pozitivní myšlení, spokojenost nebo štěstí (Robertson a Cooper, 2011). Neměl by se ovšem zaměňovat s pojmy jako je motivace nebo pracovní spokojenost. Pracovní spokojenost nám indikuje, v jaké míře je člověk spokojený se svou prací, tedy nejedná se o well-being samotný, ale o pouhou část psychologického well-beingu. V případě motivace v práci platí to samé. Člověk odhodlaně pracuje na zadaném úkolu, který je pro něj důležitým a také nechce vyvolat znepokojení svých kolegů v práci, než se ale dostaví pracovní vytížení, které se začne projevovat v nespokojenosti či frustraci (Robertson a Cooper, 2011).

Práce má tu moc člověka učinit šťastným nebo mu naopak působit potíže v podobě například zdravotních problémů. Vždy však záleží na osobnosti jedince, jak se chová nebo jak k nám kolegové nebo klienti v práci přistupují. Jakým způsobem je s jedincem v práci zacházeno, jak moc je naplněn svou prací a cítí se spokojeně, to vše má svůj dopad na psychologický well-being. Negativní pracovní prostředí působí na naše well-being opak (Robertson a Cooper, 2011). Je dokázáno, že na psychologický well-being je kladen největší důraz, neboť práce má výraznější dopad na naše well-being, než ostatní aspekty well-beingu (Robertson a Cooper, 2011).

Pro srovnání zde odkážu na výsledky pilotní studie (Zábrodská et al., 2014), která byla zaměřena na pracovní prostředí a well-being akademických pracovníků na českých univerzitách. Teoretickým rámcem této studie byl psychologický well-being, který je tvořen třemi dimenzemi: spokojenost s prací, pracovní zaangažování a absence negativních emocí (Diener, Suh & Lucas, 1999). Z předchozích výzkumů, které byly ve světě uskutečněny bylo zjištěno, že psychologický well-being je ovlivněn kvalitou pracovního prostředí, adekvátním

pracovním zatížením a kvalitou vztahu s kolegy. Výsledky pilotní studie nám dokazují, že well-being pozitivně koreluje s proměnnými pracovního prostředí, které lze propojit s autonomií, se zapojením do rozhodování a se silnou sociální komunitou.

b) Fyzický well-being

Lidé, kterým prospívá fyzický well-being se efektivně starají o své zdraví. Cvičí pravidelně a jedí dietně, což udržuje jejich energii a bystří mysl. Mají dostatek spánku a tím se cítí odpočatí a připraveni začít dobře nový den. Takoví lidé vypadají lépe, cítí se lépe a také žijí déle (Harter, 2010).

Pro příklad mohu uvést, že lidé, kteří cvičí 20 minut denně, si udržují dobrou náladu ještě několik dalších hodin po cvičení. Pokud ale cvičíme alespoň dva dny v týdnu, cítíme se i tak šťastnějšími. Stresu bývá signifikantně méně (Harter, 2010). Díky takové zkušenosti je tu tendence najít si každou volnou chvíli pro pohyb, abychom mohli zažít pocit úžasného duševního rozpoložení. Co se týče dietního stravování, doporučuje se jíst menší porce jídla bez dalších snacků a drinků, které jsou plné kalorií. Obecně je dobré se poohlédnout spíše po čerstvé zelenině a ovoci. Například zdravé tuky jako avokádo, oříšky či olivy posílají signál našemu mozku, že bychom měli přestat dále jíst. Opačný signál vysílají cukry a nezdravé tuky, a tudíž máme potřebu jíst velké množství „nezdravého“. Další součástí fyzického well-beingu je spánek. Dobrý spánek, jež je nazýván *a reset button*, nám po náročném dni dodá dostatek energie pro druhý den. Je odkázáno, že každým naším rokem spíme méně a méně. Proto někteří lidé jsou zapomnětliví, hůře se koncentrují a vykazují znatelné známky ospalosti (Harter, 2010). Obecně se tedy doporučuje věnovat alespoň sedm hodin spánku. Kvalitní spánek nám nezajišťuje jen dostatek energie a dobrou náladu na následující den, nýbrž naše naučené znalosti z předešlého dne si díky dobrému spánku lépe zapamatujeme, protože právě konekce v mozku pracují lépe, když spíme (Harter, 2010). Každý jistě mívá pocit, že večer před zkouškou měl pocit, že si látku není schopný zapamatovat. Jenomže druhý den, pokud se poštěstilo, se studentovi dané informace objevily.

c) Sociální well-being

Sociální well-being prospívá lidem v souvislosti vytvoření několika blízkých vztahů a díky tomu si život více užívat. Tito jedinci jsou obklopeni lidmi, kteří podporují jejich osobnostní rozvoj a růst. Člověk vykazující známky vysokého sociálního well-beingu věnuje přibližně šest hodin lidem, kterými je obklopen. Těchto šest hodin je zahrnuto v rámci střetávání

se s lidmi v práci, doma, po telefonu, posílání e-mailu a dalším způsobu komunikace. Rád se s ostatními sdružuje, jezdí s nimi na výlety, a to vše mu zaručuje dobré vztahy a naplňuje ho pozitivní energií (Harter, 2010).

V jedné z Harvardské studii bylo zjištěno, že pokud máme častý sociální kontakt s někým, kdo má vysoký well-being, až dramaticky se zvýší šance, že budeme šťastnější. Dále bylo dokázáno, že dokonce nepřímé sociální vztahy mají podobný efekt na naše well-being. Tedy pokud náš kamarád je v dobrém vztahu s někým, tento vztah má na nás vliv, kdy až o 10 % se cítíme díky tomu šťastnějšími (Harter, 2010).

Dalším zajímavým zjištěním v oblasti sociálního well-beingu jsou vztahy na pracovišti, kdy někteří si zde najdou své nejlepší přátele a někteří „jen“ přátele. Existovaly takové predikce, že za najitím nejlepších přátel na pracovišti může právě pracoviště a s ním typ práce samotné. Nebylo tomu nakonec tak, protože se došlo k výsledkům, z nichž nevzešel prediktor „*jaké povolání dělám*“, ale prediktor „*kým jsem v zaměstnání obklopen*“ (Harter, 2010). Nyní uvedu příklad projektového manažera, u kterého je prokázán sociální well-being. Říká, že jeho tři kolegové ze zaměstnání pracují roztroušeně po celé zemi a je tedy velice vzácné se s nimi často osobně vídat. Nicméně doba technologií jim umožňuje alespoň on-line střetávání nad věcmi pracovního či osobního rázu (Harter, 2010).

Harvardská studie zkoumající sociální vztahy odhalila, že každý veselý kamarád nás učiní šťastnějšími o 9 %, zatímco smutný kamarád nám naši spokojenou náladu sníží o 7 %. To je jen důkaz toho, proč každé nové přátelství má šanci povzbudit naše well-being. Dále je dokázáno, že místo, abychom očekávali od druhých, že naplní naše potřeby, je důležité se spíše soustředit na vztah samotný. Jinak řečeno, klíčem k dobrému vztahu/přátelství je zaměření se na skutečný přínos *každého* našeho kamaráda, který je vložen do našeho vzájemného vztahu, než abychom toto vše očekávali pouze od *jednoho* z nich (Harter, 2010).

Pro identifikaci faktorů ovlivňujících osobní pohodu advokátů jsou pro cíl bakalářské práce a výzkum nejzásadnější přístupy: „Teorie duševní pohody“ (Seligman) a teorie „Tři komponenty well-being“ (Robertsonova a Cooperova). Na základě těchto přístupů byly vytvořeny otázky, které jsou součástí kvalitativního výzkumu bakalářské práce. V otázkách jsem se snažila zakomponovat jednotlivé prvky „Teorie duševní pohody“ jakými jsou zaujetí činností, pozitivní vztahy, smysluplnost, úspěšný výkon, pozitivní emoce. Pokládané otázky mi také pomohou zjistit, zda se u dotázaných advokátů objevují tři komponenty well-being podle Cooperovy teorie – psychologický, fyzický a sociální well-being.

2. Profese advokáta a její charakteristika

Jak z názvu mé práce vyplývá, předmětem, kterým se zabývám, je osobnost advokáta. Abych však mohla uplatňovat své poznatky z výzkumu advokátů a dále tuto problematiku rozebírat v další části práce, je nutné si profesi advokáta nejprve definovat. Často se ve veřejném mínění či u laické veřejnosti setkáváme se zaměňováním pojmu právník a advokát. Není to totéž. Pro upřesnění tedy jen uvedu, že právníkem je člověk, který vystudoval právnickou fakultu a je všeobecně znalý v právu. Právníkem je pak i soudce či státní zástupce. Advokát je však osoba, která je rovněž právníkem, ale ze všech možných právnických profesí se rozhodla pro poskytování právní pomoci. Rovněž musí být zapsán v seznamu advokátů vedeném Českou advokátní komorou.

Veřejností je výkon advokacie vnímám jako výkon tzv. svobodného povolání, což je zároveň i převažujícím způsobem poskytování právních služeb. Existují ale i další možné způsoby výkonu této profese jako je např. spolupráce s jinými advokáty ve sdružení jako společník společnosti nebo být zaměstnancem v zaměstnaneckém poměru k jinému advokátovi (Maur, 2020).

Funkce advokáta dle § 1 odst. 2 zákona o advokacii spočívá v poskytování právní služby jako je zastupování v řízení před soudy a jinými orgány, obhajoba v trestních věcech, udělování právních porad, sepisování listin, zpracování právních rozborů a další formy právní pomoci, jsou-li vykonávány soustavně a za úplatu.

Úkolem advokáta je za všech okolností postupovat v souladu s právem, a to právními prostředky, které mu právní řád České republiky nabízí. Těmito právními prostředky se pak snaží odstraňovat poruchy v právních vztazích mezi lidmi či jim dokonce předcházet (Maur. J., 2020, s. 10). Advokát se ve své praxi i setká s případy mimoprávními, když klient ho hodlá považovat spíše za osobního důvěrníka než za právního zástupce. Takové situace musí být advokát schopen rozlišovat, kdy se porada pohybuje ještě v mantinelech práva či spíše přátelství (Maur. J., tamtéž). Ve vztahu k soudům advokát naplňuje roli strany sporu, kdy zastupuje zájmy svého klienta. Soud vůči němu musí zachovávat svou nestrannost a advokát se soudem musí komunikovat pouze v zákonem předepsaných procesních formách (Maur. J., 2020).

2.1. Práva a povinnosti advokáta

Advokátovi jsou při výkonu jeho profese ukládány povinnosti a oprávnění, které ukládá zákon o advokacii, Etický kodex advokátů a další právní předpisy.

Advokát disponuje celou řadou **práv a oprávnění**, která má vůči klientovi nebo např. vůči České advokátní komoře (dále „ČAK“). Mezi taková práva se řadí:

- právo vykonávat advokacii samostatně nebo společně s jinými advokáty
- právo účastnit se sněmu, volit a být volen do orgánů Komory
- právo být informován o činnosti Komory
- právo využívat služeb poskytovaných Komorou pro advokáty
- právo vykonávat rovněž jinou činnost, pokud není neslučitelná s výkonem advokacie
- právo na odměnu a náhradu účelně vynaložených nákladů, včetně práva žádat po klientovi přiměřenou zálohu
- právo odmítnout poskytnutí právních služeb, vyjma případů, kdy byl advokát k poskytnutí právních služeb ustanoven nebo určen
- právo vypovědět smlouvu o poskytování právních služeb v případech vypočteným zákonem
- právo nechat se zastoupit jiným advokátem, advokátním koncipientem nebo svým zaměstnancem (právo advokátů na substituci)

Povinnosti advokátů lze dělit jako povinnosti obecné, vůči klientovi, vůči ČAK a vůči advokátnímu stavu. Mezi **obecné povinnosti** (ČAK, 2024) se řadí např.:

- mít na území ČR sídlo a být v tomto místě k zastížení ve stanovenou dobu
- používat při výkonu advokacie označení „advokát“
- odmítnout poskytnutí právních služeb ve stanovených případech

Nejvíce početnou kategorií povinností jsou **povinnosti vůči klientovi** (ČAK, 2024), kterému jsou poskytovány právní služby. Z těchto povinností mohu jmenovat např.:

- chránit a prosazovat práva a oprávněné zájmy klienta a řídit se jeho pokyny; oprávněné zájmy klienta mají přednost před vlastními zájmy advokáta i před jeho ohledem na jiné advokáty
- zachovávat mlčenlivost o všech skutečnostech, o kterých se dozvěděl v souvislosti s poskytováním právních služeb
- řádně informovat klienta, jak postupuje vyřizování jeho věci, poskytnout mu včas vysvětlení a podklady potřebné pro uvážení dalších příkazů

Povinnosti vůči České advokátní komoře zahrnují např. povinnost platit příspěvek na činnost Komory, oznamovat všechny změny a další skutečnosti nezbytné pro vedení seznamu advokátů či poskytnout právní služby klientům na základě určení Komorou. Jelikož se advokacie řídí několika základními principy, plyne advokátovi řada **povinností vůči advokátnímu stavu**, které je nutné dodržovat, aby tyto principy byly zachovávány a nadále prohlubovány. Mezi takové povinnosti se řadí např. nesnižovat důstojnost advokátního stavu, dodržovat pravidla profesionální etiky a pravidla soutěže, chovat se poctivě, čestně a slušně a tím přispívat k důstojnosti advokátního stavu, zachovávat náležitou úctu zdvořilost vůči soudům a jiným orgánům, které rozhodují o právních věcech, jakož i vůči osobám, které plní jejich úkoly.

Ráda bych se vrátila k povinnosti mlčenlivosti advokátů ve věcech týkajících se případu jejich klientů, kdy se advokát stává jakýmsi zpovědníkem svého klienta, což není časově omezeno. Advokát se klientovi zavazuje, že žádné citlivé informace, které mu byly sděleny, nebudou jím dále šířeny a ani užity proti klientovi samotnému (Maur, 2020). Tato mlčenlivost musí být dodržena nejen o skutečnostech právních, ale i o skutečnostech, které u byly sděleny rodinou a známými klienta (Zachová, 2001). Kdyby tato povinnost nebyla naplněna, dopustil by se tím nezávažnějšího porušení povinnosti advokáta. Povinnost mlčenlivosti se řadí mezi primární povinnosti advokáta, která přetrvává i po vyškrtnutí advokáta ze seznamu advokátů. Je pochopitelné, že klienti, často v nesnázích, vidí ve svém advokátovi tu osobu, která jim je skutečně schopna pomoci a z jejich těžkostí je vyvést, jsou schopni říci velice důvěrné informace za účelem co nejvíce svému advokátovi v případě pomoci. Důležité je však, v jakém prostředí a navozené atmosféře pohovor s klientem probíhá. Ne každý se dokáže rozpovídat o nejcitlivějších skutečnostech, dokud nebude dostatečně přesvědčen o důvěryhodnosti a zjevné empatii, pochopení jeho advokáta (čl. 2.3. Evropského kodexu). Tím se dostávám k osobnosti a předpokladech advokáta, o čemž bude pojednáno níže. Existuje tu ale pár výjimek, neboť advokát může být zproštěn mlčenlivosti za zákonem stanovených podmínek (čl. 21 zákona o advokacii), kdy sám klient zproští svého advokáta mlčenlivosti, kdy je proti klientovi vedeno exekuční řízení nebo kdy advokát může překazit spáchání trestného činu.

Předpoklady pro výkon profese advokáta jsou dány zákonem o advokacii, který taxativně stanovuje následující podmínky:

- plná svéprávnost
- vysokoškolské vzdělání v oboru právo
- minimálně tříletá praxe advokátního koncipienta

- bezúhonnost
- žadateli nebylo v minulosti uloženo kárné opatření
- žadatel nebyl vyškrtnut ze seznamu advokátů
- bez jiného pracovního a služebního poměru (výjimkou je výkon vědecké, pedagogické, literární, publicistické a umělecké činnosti)
- složení advokátní zkoušky
- uhrazení poplatku České advokátní komoře za zápis do seznamu advokátů
- složení advokátního slibu

2.2. Osobnostní rysy a činnosti advokáta

Jako každý člověk, i advokát se vyznačuje specifickými osobnostními rysy, které ovlivňují jeho osobní pohodu jak v profesním, tak osobním životě. Teoretické poznatky o vztahu osobní pohody a osobnostních rysů jsou proto vhodné pro ucelený pohled zkoumané problematiky osobní pohody a pro pochopení identifikovaných faktorů, které na tuto pohodu u advokátů působí.

Pojem **osobnostní rysy** bývá často užíván jako synonymum k pojmům psychická vlastnost či psychická charakteristika osobnosti. Rysy lze chápat jako „obecné dimenze osobnosti“, které jsou odvozené z kvantifikovaných údajů o chování, a které se dále používají k měření chování různých jedinců. Tyto dimenze jsou vymezeny dvěma krajními póly jako např. extraverte a introverte. Jedinec je pak umístěn na kontinuu mezi tyto dva póly (Blatný, 2010). Rysy popisují nejen vlastnosti osobnosti, ale rovněž vysvětlují příčiny chování, jednání a prožívání. Gordon W. Allport (1937) rozlišil dva druhy rysů. Rysy vnější (behaviorální rysy), které jsou pozorovatelné a rysy vnitřní (emoční a kognitivní rysy), které jsou z vnějších projevů odvozovány. Paul E. Meehl (1956) pojmenoval rysy jako fenotypické (vnější) a genotypické (vnitřní). Dlouhá léta se diskutovalo o významu vlastností, které nejlépe charakterizují osobnost člověka. Badatelé se shodli, že osobnost člověka nejlépe vystihuje pět vlastností člověka, což je známé pod označením „Big Five“ (Blatný, 2010).

Pětifaktorový model osobnosti – Big Five

Dlouhá staletí se badatelé snažili vytvořit takové vlastnosti („mapu vlastností“), kterými lze charakterizovat člověka, přičemž nebyl to úkol snadný. Až ve 20. století byly zformulovány tzv. lexikální hypotézy, jejichž podstata spočívá ve výběru slov ze slovníku, které slouží pro

popis osobnosti a které jsou dále za pomoci faktorové analýzy redukovány a uspořádány (Blatný, 2010). Jelikož nejdůležitější dimenze jsou tvořeny pětifaktorovou strukturou popisu osobnosti, zavedl americký psycholog Lewis Goldberg pojmenování těchto pěti faktorů „Big Five“ („velká pětka“). Jednotlivými faktory jsou: extraverte (Extraversion), přívětivost (Agreeableness), svědomitost (Conscientiousness), emocionální stabilita (Neuroticism) a otevřenost zkušenosti (Openness to Experience). Goldberg zdůrazňoval, že těchto pět dimenzí popisuje osobnost na nejvyšší úrovni abstrakce a každá dimenze obsahuje další specifické charakteristiky (Blatný, 2010).

Extraverte na jednom pólu obsahuje charakteristiky jako jsou společenskost, kontakt s lidmi, výřečnost, sebeprosazování nebo činorodost. Na druhém pólu je pro ni typické zaměření na vlastní svět a preferování samoty (Blatný, 2010). **Přívětivost** vyjadřuje vztahy k druhým lidem. Typicky se jedná o přídavná jména dobrosrdečný, snášenlivý, přívětivý, která jsou kladena do protikladu panovačný, pomstychtivý nebo necitelný. Vyjadřuje péči, zájem a podporu druhých. Na druhé straně vyjadřuje nepřátelství, lhostejnost, nevraživost (Blatný, 2010). **Svědomitost** se vztahuje k práci. Postihuje zásadovost, pečlivost, zatímco na druhém pólu se nacházejí vlastnosti týkající se malého zájmu o práci a lhostejností k cílům (Blatný, 2010). **Emocionální stabilita** je dimenzí, která na jedné straně vyjadřuje stabilní a vyrovnané a podnětům přiměřené reakce s rozvahou a převažujícím klidem. Na druhé straně pak nestálé a podnětům nepřiměřené emocionální reakce, ke kterým se pojí kolísání nálad, neklid přecitlivělost (Blatný, 2010). **Otevřenost zkušenosti** zahrnuje takové charakteristiky, jakými jsou zvědavost, kultivovanost, tvořivost a nekonvenčnost. Protipólem je omezenost, netvořivost a nekulturnost. Podstatou této dimenze je její citlivost na estetické podněty, vnímavost k vnitřním pocitům, upřednostňování rozmanitostí či nezávislý úsudek (Blatný, 2010).

Vliv osobnostních rysů na osobní pohodu

Mnohé studie byly provedeny s cílem identifikovat proměnné či faktory, které mají s osobní pohodou korelovat. Významné a stabilní vztahy byly nalezeny mezi osobní pohodou a osobnostními rysy (Pavot a Diener, 2011). Je prokázáno, že osobní pohoda a osobnostní rysy spolu souvisejí. Mezi takovéto rysy se řadí extraverte, uvolněnost, optimismus, vysoké sebevědomí, vysoká pracovní morálka, svědomitost a přiměřené aspirace. Naproti tomu mezi osobní pohodou a situačními vztahy (manželství, finanční příjem) nebyl nalezen významný vztah (Diener a kol., 1999). Na základě výsledků longitudinálních výzkumů bylo dále zjištěno, že osobní pohoda vykazuje značnou stabilitu v čase (Costa, McCrae, Zonderman, 1987; Heady

a Wearing, 1989). Vznikl tu tedy oprávněný předpoklad o souvislosti mezi dlouhodobou úrovní osobní pohody a stálými osobnostními charakteristikami. Jedná se především o osobnostní dispozice, které jsou spojené s prožíváním – extraverze a neuroticismus (emoční stabilita). Dnes je prokázáno, že vztahy mezi osobnostními rysy a osobní pohodou existují.

Výzkumy se díky pětifaktorovému modelu rozšiřovaly o další osobnostní rysy – svědomitost, přívětivost a otevřenost novým zkušenostem (Blatný, 2020). Hayesová a Joseph (2003) zkoumali vztah rysů pětifaktorového modelu osobnosti ke kognitivní (životní spokojenost) a emoční (štěstí) komponentě subjektivní pohody. Závěr studie byl takový, že extraverze a neuroticismus nejlépe predikovaly emoční komponentu subjektivní pohody, zatímco neuroticismus a svědomitost nejlépe predikovaly kognitivní komponentu subjektivní pohody, tedy životní spokojenost.

Rovněž v České republice proběhly výzkumy podobného zaměření. Blatný, Jelínek, Blížkovská a Klimusová (2004) zkoumali vztahy mezi rysy pětifaktorového modelu osobnosti a životní spokojeností a sebehodnocením. Životní spokojenost a sebehodnocení byly shodně spojeny s emoční stabilitou, extraverzí a svědomitostí. Životní spokojenost navíc od sebehodnocení souvisela také i s rysem přívětivosti.

McCrae a Costa (1991) pro teoretické vysvětlení vztahů mezi osobnostními rysy a osobní pohodou vytvořili dvě obecné kategorie. První kategorie představuje temperamentové teorie, podle nichž temperamentové rysy, extraverze a neuroticismus, mají vliv na osobní pohodu. Druhá kategorie představuje instrumentální teorie, které předpokládají, že osobnostní rysy jsou zdrojem chování a vedou ve svém důsledku ke spokojenosti. Jako příklad uvádějí, že svědomitost je aktivní plánování, organizování a realizování úkolů, kdy následkem je redukce či úplná eliminace stresu, který vznikne např. při nesplněných úkolů. Eliminace stresu dále vede ke spokojenosti. Vztahy mezi osobnostními rysy a osobní pohodou byly potvrzeny také teoretickým modelem psychologické pohody. Schmutteová a Ryffová (1997) ve svém výzkumu potvrdili, že nejvíce konzistentními a nejsilnějšími prediktory různých dimenzí psychologické pohody jsou extraverze a neuroticismus.

Osobnostní rysy advokáta

Ačkoliv se osobností advokáta doposud nikdo více odborně nezabýval, český psycholog PhDr. Oswald Schorm se pokusil vytvořit základní charakteristiky advokátů v rámci projektu Advokáti do škol v roce 2019 pod záštitou České advokátní komory. Jeho verze vychází z typologie GPOP (Golden Profiler of Personality), což je standardizovaná psychodiagnostická

metoda, která vychází z jungovské typologie osobnosti. Jejím autorem je americký psycholog John P. Golden. GPOP navazuje na populární dotazník Myers-Briggs Type Indicator (MBTI), který se v ČR zatím nedočkal oficiální verze. Výsledný osobnostní typ je vybrán ze 16 osobnostních vzorců po zodpovězení 116 dotazníkových položek, které jsou zachyceny v deseti globálních škálách rozdělených do pěti dvojic. Jedná se o škály extraverte-introverze, smysly-intuice, myšlení-cítění, orientace na rozhodování-orientace na vnímání, napětí a uvolnění. Každou škálu tvoří ještě další subškály. Česká verze GPOP byla vytvořena Václavem Havlůjem, Simonou Hoskovcovou a Markétou Niederlovou (2009). Pro typologii osobnosti advokáta byla však použita jen část této metody. Základem jsou čtyři charakteristiky, které mají dvě pólové polohy:

- a) introverze – extraverte
- b) intuice – orientace na smyslové ověřování
- c) zpracování informací pocitově – myšlenkově
- d) orientace na uspořádanost – orientace na možnosti

Schorm (2020) uvádí k jednotlivým škálám příklady typických charakteristik advokátů. Introvertní advokát bude raději studovat podklady, zpracovávat smlouvy či provádět právní rozbor. Naproti tomu extravertní advokát je přímo stvořen pro jednání s klienty, a především pak pro vystupování před soudem. Pro intuitivního je typické pracovat s momentálním a situačním rozpoložením klienta nebo protistrany a není mu cizí improvizovat. Advokát preferující ověřování se bude spíše spoléhat na své dosavadní zkušenosti a bude věnovat více času do přípravy podkladů a studiu judikatury. Pro advokáta založeného myšlenkově je význačné teoretizování s odstupem času, zatímco advokát, který je založený pocitově je schopen vnímat své naladění a naladění klientů, atmosféru soudního procesu (soudců, protistrany a jejich právních zástupců). Advokát, který se orientuje na uspořádanost, se vyznačuje pečlivou přípravou a radostí ze splnění předem připraveného plánu, který je maximálně využít. Naproti tomu advokát s převahou možnosti pojímá svou práci jako zábavu, rád zkouší nové věci, na předem připravený plán se nespolehá, často mění téma rozhovoru, kdy zároveň věnuje svou pozornost mnoha věcem. *„Každý typ člověka přemýšlí jinak, používá jiné nástroje, pomáhají mu jiné cesty. Na druhé straně uvědomění si vlastních typologických možností každého z nás učí vnímat chybějící protipól, abychom se stali celistvou osobností* (Schorm, 2020).

2.3. Profesiogram advokáta

Považuji za vhodné, v poslední kapitole o profesi advokáta, předložit komplexní pohled, který by tematiku advokátní praxe shrnul a přehledně utřídil základní poznatky o tomto povolání. Oficiální profesiogram advokátů bohužel neexistuje. Z právnických profesí jsou zpracovány pouze profesiogramy soudce a státního zástupce (2002). Jejich autorem je JUDr., PhDr. Jan Vůjtěch. Na základě struktury prvků základních charakteristik, kterou ve své práci předkládá, jsem se pokusila přiřadit tyto prvky k profesi advokáta. Nesmím však opominout, že profesiogramem advokátů se v ČR zabývala ve své diplomové práci (2008) Mgr. Tereza Michálková, jejíž závěry jsou též přínosné.

Pracoviště

Hlavním místem advokáta je především jeho kancelář (Vůjtěch, 2002), kde pracuje na určitých právních záležitostech nebo se zde také setkává se svými klienty. Dalším místem je budova soudu, jež je advokátem navštěvována v procesu soudního řízení. Je důležité zmínit, že advokát budovu soudu nenavštěvuje jen pro soudní líčení, ale i ve fázi přípravy, kdy chodí např. nahlížet do spisu protistrany.

Druh práce

Sběr, třídění a následná analýza faktů (Vůjtěch, 2002), kterou se advokát ve své profesi musí denně zabírat. Tento druh práce je náročným především na pozornost a koncentraci, neboť advokát pracuje s velkým množstvím písemného materiálu (písemné důkazy, zákoníky, judikatura).

Forma práce

Samostatná práce, která je spojena s konzultacemi klientů, s kolegy advokáty nebo soudem (Vůjtěch 2002).

Stupeň proměnlivosti práce

Náplň práce advokáta se vnějškově jeví statickou, je však obsahově různorodá co do povahy a šíře zpracovávaných informací (Vůjtěch, 2002). Co se týče množství zpracovávaných informací, advokát se musí stále vzdělávat (Michálková, 2008), neboť právo a s ním spojené zákony jsou proměnlivé, a proto je zde kladen důraz neustálou sebeaktualizaci. Od advokáta se pak obecně očekává, že si udržuje své povědomí o novelách zákonů a aktuální judikatuře.

Druh podnětů

Pokud advokát zastává více agend právní oblasti (občanské právo, trestní právo, obchodní právo), pak se před ním otevírá široké spektrum případů, kterými se bude muset zabývat. Při realizaci těchto úkolů advokát uplatní vlastní iniciativu vzhledem k velké variabilitě náplně práce (Vůjtěch, 2002).

Styk s lidmi

Styk s lidmi jedna z hlavních charakteristik práce advokáta, protože při výkonu své profese se setkává kromě svých klientů, kteří u něho hledají pomoc, s justičními orgány, s orgány činnými trestním řízení, odbornými znalci či s kolegy z advokacie (Michálková, 2008).

Složitost, náročnost

Jedná se o velmi náročnou intelektuální činnost, která si klade vysoké požadavky na vzdělání v oboru práva (Vůjtěch, 2002). Uplatňuje se důraz na myšlenkové operace, s čímž souvisí i vysoká míra odpovědnosti, kterou advokát nese (Michálková, 2008).

Neuropsychické zatížení

Profese advokáta je spojena s vysokou mírou psychické zátěže, a to nejen myšleno v souvislosti s množstvím úkolů, které se s tím pojí, ale například samotný proces rozhodování, zda daného klienta je vhodné, z pohledu profesní etiky a hodnot jemu vlastních, vhodné zastupovat (Michálková, 2008). Další zátěží je bez pochyby prohraný případ, obzvláště, pokud se advokát snažil a veškerá příprava byla náročná. V takovém případě pak musí alespoň dbát na snížení trestní sazby odnětí svobody (pokud šlo například o trestní čin).

Emocionální napětí

Profese advokáta se vyznačuje vysokým emocionálním napětím, které se váže s velkou odpovědností. Na advokáta je kladen značný nárok na emocionální vyrovnanost a schopnost empatie (Vůjtěch, 2002). Zvláště schopnost empatie pomůže advokátovi vcítit se do pocitů svého klienta, který ho žádá o pomoc či radu. Naopak je tato schopnost nápomocná advokátovi vcítit se do oběti trestného činu, který je spáchán jeho klientem (Michálková, 2008).

3. Současné studie související s profesí advokáta

Tato část bakalářské práce se věnuje výzkumným studiím, které byly ve světě uskutečněny a zaměřeny na problematiku well-being v rámci právnických profesí. Jedná se o studii „Mental Wellbeing in the Legal Profession: A Global Study (International Bar Association)“ a studii „The effects of basic psychological needs satisfaction and mindfulness on solicitor 's wellbeing (International Journal of the Legal Profession)“. Je třeba zmínit, že tyto studie byly provedeny kvantitativním typem výzkumu. Všem zmiňovaným studiím jsou společné tyto poznatky: lepších výsledků spokojenosti dosahovali samostatní advokáti, advokáti větších AK si přejí vyšší míru autonomie při výkonu svého zaměstnání, potřeba tvorby doporučení a stanovisek pro zachování duševního zdraví u právníkové profese.

Součástí této části je také studie Meta-analysis and Scientific Mapping of Well-being and Job Performance zabývající se vztahem well-being a pracovního výkonu, která formou metaanalýzy hodnotí tyto dva konstrukty na základě výsledků uskutečněných světových studií.

Mental Wellbeing in the Legal Profession: A Global Study (International Bar Association)

Mezinárodní advokátní komora (IBA) na konci roku 2021 zveřejnila svou globální studii, která byla dlouho očekávána. Tématem této studie se stalo „Duševní zdraví právnických profesí“. Byl to právě bývalý prezident IBA Horacio Bernardes Neto, který zájem o tuto podceňovanou problematiku duševního zdraví vnesl do IBA jako jednu z priorit jeho funkčního období (2019-2020). *„Když jsem se v roce 2019 stal prezidentem IBA, učinil jsem z řešení duševního zdraví v právníkové profesi jednu z mých hlavních priorit. Stále více jsem se obával příliš častých zpráv o zneužívání návykových látek, těžké depresi a sebevraždě v této profesi. Ani já, ani nikdo z nás netušil, jaké události se chystají. Devastující účinky deprese, stresu, závislosti a dalších útoků na naše duševní zdraví sice mohly předcházet koronavirové pandemii, ale je nesporné, že pandemie to celé ještě zhoršila.“*

Jedná se o první počín IBA v této problematice, a vůbec o první globální studii sledující toto téma. Duševní zdraví v této studii vychází z definice Světové zdravotnické organizace, tj. *„pocit pohody, v němž každý člověk naplňuje svůj vlastní potenciál, zvládá běžný životní stres, může pracovat produktivně a plodně a je schopen přispívat k prospěchu své komunity.“*

Počáteční fáze projektu (červenec–prosinec 2020) se sestávala ze dvou globálních průzkumů, kdy byli osloveni jak samostatní advokáti, tak advokátní kanceláře, advokátní organizace a advokátní komory. V červenci r. 2020 zveřejnila pracovní skupina IBA pro duševní zdraví v právní profesii ve spolupráci s výzkumnou agenturou Acritas dotazníkové šetření. Dotazníky byly k dispozici online v angličtině a španělštině. Každý dotazník obsahuje jak uzavřené položky pro získání statistických kvantitativních dat, tak otevřené položky pro získání písemných kvalitativních dat, ve kterých respondenti vysvětlují své zkušenosti vlastními slovy. Dotazník IBA pro jednotlivce také zahrnoval *WHO Wellbeing Index* (WHO-5), krátkou (tj. pětifaktorovou) škálu aktuálního duševního zdraví, která byla zavedena v roce 1998. Tato škála byla dříve validována v řadě studií a má za cíl měřit subjektivní duševní zdraví respondentů. Dotazníky byly široce distribuovány prostřednictvím webových stránek IBA, e-mailem členům IBA, na sociálních médiích a v právním tisku. Dotazníky byly anonymní a nežádaly se žádné identifikační údaje. Studie se celkem zúčastnilo 3 256 samostatných advokátů a 186 právních institucí.

Výsledky ukazují, že jeden ze tří respondentů cítí negativní dopad na své duševní zdraví. Nejvíce dotčení se cítí advokáti velkých advokátních kanceláří (AK) než ti, kteří pracují samostatně. Studie dále odhalila, že 41 % zaměstnanců AK se obávají se svým zaměstnancem řešit své problémy, protože se obávají případné negativní reakce, která by mohla vyústit v ukončení pracovního poměru. Mezi hlavní rizikové faktory se řadí dlouhá pracovní doba, dodržení lhůt, stresující povaha práce, být stále on-line. To vše je příčinou nerovnováhy mezi pracovním a osobním životem, kdy někteří advokáti nemají dostatečný čas si od pracovních povinností odpočinout.

Celkový dopad advokátní praxe studie dělí na pozitivní a negativní. Ti, kteří tvrdili, že jejich práce má negativní dopad na jejich duševní zdraví, byli mladší 35 let. Negativně ohodnotilo dopad práce na své duševní zdraví 49 % respondentů ve věku 24–29 let, ve srovnání se 28 %, kteří byli neutrální, a 23 %, kteří si mysleli, že má pozitivní dopad. Špatná work-life balance a škodlivé duševní a fyzické zdravotní následky práce byly klíčovými faktory, které vedly k těmto negativním odpovědím u mladších 35 let. Naproti tomu 75 % respondentů ve věku 60 let a výše, uvedlo, že jejich práce má pozitivní dopad na jejich duševní zdraví (12 % neutrálních a 14 % negativních), přičemž jako klíčový faktor byla citována pracovní kultura a prostředí. Negativní dopad na duševní zdraví u advokátů mladších 35 let by mohl být způsoben řadou faktorů, včetně většího povědomí o problémech souvisejících se spokojeností a konkurencí v právní profesii.

Jelikož se studie uskutečňovala v době pandemie Covid-19, respondenti byli nuceni dodržovat nutná opatření jako byla práce z domova, on-line setkání nebo flexibilní pracovní doba. Respondenti vyjádřili své přání, že by některá z těchto opatření zachovali (práce z domova, flexibilní pracovní doba) i v postcovidové době a ocenili by, kdyby bylo více vyhověno jejich individuálním požadavkům jako je např. flexibilita, autonomie a možnost si práci rozvrhnout podle svých časových možností.

Ze studie vzešlo 10 hlavních principů, na které je vhodné se zaměřit: 1) duševní zdraví je důležité; 2) duševní zdraví není slabost; 3) zvýšení osvěty; 4) nutný závazek ke změně; 5) politiky na podporu duševního zdraví jsou zásadní; 6) řešit systémové problémy; 7) otevřenost komunikace a dialogu; 8) akceptace provázanosti; 9) sdílení dobré praxe; 10) učit se od ostatních.

První zmiňovaný princip duševního zdraví je podstatným tématem k debatě, protože v právnické profesi je tato problematika opomíjena. Důležité je rovněž právníky utvrzovat v názoru, že péče o duševní zdraví jakož i pomoc od odborníků není slabostí. V dnešní době není běžné, aby konkrétně mezi právníky byly vedeny osvěty na podporu a udržení si duševního zdraví. To by se mělo změnit tím, že např. jako součást konference nebo sjezdu členů jednotlivých právnických profesí budou zařazeny bloky, kde by se hovořilo o této problematice. Rovněž je možné osvětu zvýšit psaním odborných článků v právnickém periodiku. IBA apeluje na právnické komory jednotlivých zemí, aby se svou činností zavázaly k požadované změně, tedy k rozsáhlejší podpoře duševního zdraví mezi svými členy. Co se týče politiky na podporu duševního zdraví, je důležité spolupracovat v této oblasti i na rovině státní, přijímat určitá preventivní opatření a spolupracovat s organizacemi podporující tuto tematiku, jakož i vhodně zajišťovat implementaci postupů mezinárodních subjektů. Řešení systémových problémů spočívá například v rozšíření okruhu zájmu, v rámci duševního zdraví, o právnické profese. Principy jako otevřenost komunikace nebo akceptace provázanosti spočívají ve sdílení svých pocitů, ať už dobrých nebo špatných, se svými kolegy v práci, s nadřízenými nebo s odborníky, kteří jim mohou s potížemi pomoci. Je tedy důležité dbát na provázanost oblasti právnické profese a např. psychologické vědní disciplíny, protože jen nejaktuálnější psychologické poznatky mohou vhodnou intervencí pomoci k vhodné prevenci duševního zdraví. Sdílení dobré praxe a učení se od ostatních jsou poslední principy, které vzešly ze studie a které mohou pro člověka znamenat jistou víru, že jakákoliv nesnáze má své řešení, když je jí však správně a včas zamezeno.

IBA se zavázala nadále pokračovat v činnosti na téma well-being, kdy se snaží pořádat vzdělávací akce, konference. Vytvořila i webovou stránku s informačními zdroji a apeluje na právní instituce, aby dbaly na dodržování výše zmíněných principů.

The effects of basic psychological needs satisfaction and mindfulness on solicitor 's wellbeing (International Journal of the Legal Profession) - Lucinda Soon, James J. Walsh, Almuth McDowall & Kevin R.H. Teoh

Poslední studií, kterou bych zde ráda zmínila, je studie zkoumající well-being u advokátů v Anglii a Walesu, která byla 26. prosince roku 2021 zveřejněna v International Journal of the Legal Profession. V rámci teorie autonomní determinace (Self-determination Theory, SDT) byl proveden průřezový průzkum 340 kvalifikovaných advokátů a advokátních koncipientů v Anglii a Walesu. Výzkumníci porovnávali psychologické well-being advokátů s ostatními UK profesními skupinami a normami dospělé populace. Rovněž testovali vztahy mezi mindfulness, spokojeností se základními psychologickými potřebami (vnímaná autonomie, sounáležitost a kompetence v práci) a psychologickým well-beingem. Průzkum (únor–květen 2020) měřící psychologické well-being, vnímanou autonomii, sounáležitost a kompetenci v práci a mindfulness, byl advokátům a advokátním koncipientům distribuován on-line formou. Většina (83,5 %) ze zúčastněných participantů byla zaměstnána ve velkých advokátních kancelářích. Advokátů menších advokátních kanceláří se zúčastnilo 12,4 %. Nejméně bylo samostatných advokátů (2,9 %). Dotazník sestával z celkem padesáti položek, přičemž za měřící nástroje byly zvoleny *Warwick-Edinburgh mental well-being Scale* (WEMWBS) měřící subjektivní well-being, *Basic psychological needs satisfaction scale – work domain* (BPNSS-WD) měřící konstrukty vnímané autonomie, sounáležitosti a kompetence v práci, *Five-Facet mindfulness questionnaire* (FFMQ-15) měřící pět aspektů mentální bdělosti: pozorování, popisování, vědomé jednání, nereagování na vnitřní prožitky a nehodnocení vnitřních prožitků. Na konec dotazníku byla vložena otázka, zda účastníci v minulosti absolvovali nějaké mindfulnessové školení.

Výzkumníkům se potvrdily všechny jejich počáteční hypotézy. Zúčastnění advokáti v porovnání s populací Anglie dosahovali nižších průměrných skóre v rámci subjektivního well-beingu. Ze tří základních psychologických potřeb, pocit uspokojení vykazoval nejsilnější korelaci s psychologickým well-being. Dále bylo zjištěno, že mindfulness částečně zprostředkovalo cestu mezi vnímanou autonomii, sounáležitost a kompetencí v práci. Z celkových závěrů bylo dokázáno, že komponenty SDT pozitivně a významně souvisí s well-

beingem. Rovněž spokojenost se základními psychologickými potřebami může podporovat rozvoj mindfulness, což může následně přispět k vyššímu well-beingu. Autoři se domnívají, že autonomie, sounáležitost a kompetence v práci poskytují psychologický prostor nezbytný pro pěstování mindfulness, v němž může well-being prosperovat. Výsledky studie podporují potřebu systémového přístupu k well-beingu advokátů, který by se zaměřoval na ochranu základních psychologických potřeb v pracovním prostředí.

Meta-analysis and Scientific Mapping of Well-being and Job Performance (The Spanish Journal of Psychology) - Oscar Iván Gutiérrez, Jean David Polo, Milton José Zambrano & Diana Carolina Molina

Pod záštitou dvou madridských vysokých škol byla provedena studie, která byla zveřejněna 7. září roku 2020 v The Spanish Journal of Psychology. Zkoumanou tematikou této studie byla analýza vztahu mezi well-beingem a pracovním výkonem, což bylo provedeno za pomoci metaanalýzy celkem 746 studií, které byly zaměřeny na tyto dva konstrukty. Metaanalýza potvrzuje, že existují různé vztahy mezi well-beingem a pracovním výkonem, protože se jedná o multidimenzionální konstrukty. Bylo zjištěno, že celkový pracovní výkon nejvíce koreloval s psychologickou pohodou, dále s pozitivním afektem a životní spokojeností. Toto zjištění je v souladu s myšlenkou, že pozitivní afekt je formou blahobytu souvisejícího s produktivitou, jak stanoví „Teorie šťastného produktivního pracovníka“ (Zelenski et al., 2008). Podle „Teorie sebeurčení“ práce usnadňuje uspokojování základních psychologických potřeb, jako jsou osobní vztahy, autonomie a soutěživost, které jsou součástí eudaimonického přístupu k well-being. V tomto smyslu jsme motivováni pracovat v zaměstnání, abychom se sami cítili dobře. Stejně tak spokojenost se životem nás motivuje k práci. Skutečnost, že člověk vykonává práci, se kterou je spokojen, napomáhá k uspokojení jeho života.

Proměnnými, které souvisejí s pracovním výkonem a životní pohodou, jsou osobní dispozice, jako je antisociální dispozice, extraverte, vstřícnost, svědomitost, neuroticismus, prosociální dispozice, sebevědomí, úcta a hněv. Mohou to být také dovednosti a schopnosti, jako je tvorba pracovních míst, sebeovládání, respekt k ostatním, emoční inteligence. Proměnné sledujeme i v soukromém životě jednotlivce, jako je rovnováha mezi pracovním a soukromým životem, konflikt mezi prací a rodinou. Studie zjistila, že proměnné extraverte, přívětivost, svědomitost, emoční inteligence, prosociální dispozice a sebeúcta pozitivně souvisí s pozitivním afektem a spokojeností se životem. Naproti tomu osobní dispozice, jako je

narcismus, antisociální dispozice a neuroticismus, byly spojovány s negativním afektem a kontraproduktivním výkonem.

Výsledky těchto studií korespondují s proměnnými, které van Venhoven a Peccei (2015) rozdělili na proměnné hmotné, sociální a fyzické. Proměnné, jako je podpora zaměstnavatele, zpětná vazba, postupy v oblasti lidských zdrojů, spravedlnost, jistota práce, vnímaná organizační podpora, psychologické klima, plnění smlouvy, vysoce výkonné pracovní systémy, soudržnost, vedení, vzájemné uznání, respekt a podpora od nadřízených a spolupracovníků, byly pozitivně spojeny s pozitivním afektem a se spokojeností se životem. Místo toho omezení, pracovní zátěž, konflikty a šikana a firemní psychopati reagovali kontraproduktivním výkonem a negativně kontextovým výkonem.

II. Empirická část

4. Cíl výzkumu

Cílem práce je představení profese advokáta z hlediska jeho osobní pohody (well-being) a identifikovat faktory, které tuto osobní pohodu ovlivňují. Výsledky výzkumu přispějí k rozšíření psychologických poznatků problematiky well-being v oblasti české advokacie. Dále mohou mít význam v udržení či zlepšení profesní spokojenosti advokátů samotných.

4.1. Výzkumné otázky a předpoklady

Hlavním cílem je odpovědět na výzkumnou otázku: „Jaké faktory přispívají k osobní pohodě v profesi advokáta?“

Předpokládanými faktory, na které jsem se zaměřila, jsou faktory „Teorie duševní pohody“ Martina Seligmana – zaujetí činností, pozitivní vztahy, smysluplnost, úspěšný výkon a pozitivní emoce. Dalšími významnými faktory, které vzešly z výše citovaných studií a souvisejí s psychologickým well-being, jsou autonomie, flexibilní pracovní doba a pracovní prostředí.

Dalším cílem bylo zjistit, zda jsou emoce nezbytnou součástí profese advokáta, protože jedním z prvků osobní pohody jsou pozitivní emoce neboli příjemné životní prožitky.

Předmětem výzkumu je zodpovědět otázku, jakým způsobem se advokáti snaží odreagovat od pracovních povinností, tj. jak tráví svůj volný čas. Díky tomu se pokusím zjistit, zda se v jejich celkové osobní pohodě vyskytuje komponenta fyzického well-being.

Posledním cílem je zjistit, zda by si advokáti přáli v oblasti advokacie něco změnit. Případné požadavky na jisté změny by mohly přispět, kdyby je bylo možné prosadit, ke zlepšení osobní pohody a profesní spokojenosti advokátů.

5. Metodika

5.1. Kvalitativní výzkumný design

Pro empirickou část práce byl zvolen kvalitativní typ výzkumu, protože kvalitativní výzkum umožňuje danou problematiku zkoumat více do hloubky a tím získat i její podrobnější popis. Výzkumník ve snaze pochopit aktuální dění vytváří podrobný popis toho, co pozoroval a zaznamenal, přičemž se snaží nevynechat nic, co by mohlo situaci více objasnit (Hendl, 2023). Výzkumný proces je flexibilnější, poněvadž se jeho fáze mohou měnit v závislosti na zkoumaných osobách, charakteru pokládaných otázek či formě sběru dat (Creswell & Creswell, 2018). Tyto možné změny jsou jen takovým signálem, že výzkumník se daným problémem zabývá stále hlouběji a je tak nucen přizpůsobovat se individualitě každého participanta nebo naopak v průběhu výzkumu zjistí, že zde vyvstává další otázka, kterou původně nepředpokládal a na kterou je tudíž nutné nalézt odpověď. Dalším znakem kvalitativního výzkumu je přirozené prostředí participanta. V případě advokátů jsou to jejich advokátní kanceláře, v nichž při své činnosti tráví nejvíce času. Detailní informace získané například přímým rozhovorem s lidmi a pozorováním jejich chování a jednání je hlavním znakem kvalitativního výzkumu (Creswell & Creswell, 2018). Hlavním úkolem kvalitativního výzkumu je objasnění, proč lidé v daném prostředí jednají určitým způsobem a jak organizují své všednodenní aktivity a interakce (Hendl, 2023). Jedním z podstatných motivů pro volbu kvalitativního výzkumu je podrobnější vhled do problematiky well-being v rámci profese advokátů, který je proveden na menším počtu respondentů, ale o to komplexněji se snaží postihnout zkoumané aspekty této profese.

5.2. Výzkumný soubor a jeho popis

Participanta byli do výzkumu vybráni na základě **záměrného (účelového) výběru**. Tento typ výběru je nejrozšířenější metodou v rámci kvalitativního výzkumu. Spočívá ve výběru participanta, který je pro účast ve výzkumu vhodný a který rovněž s jeho účastí souhlasí. Záměrného výběru se užívá v případech potřeby ne příliš velkého výběrového souboru (Miovský, 2006). Pro výzkum byl vybrán počet deseti advokátů tak, aby kritéria záměrného výběru byla splněna.

Zkoumaný soubor tohoto výzkumu tvořilo deset advokátů (pět žen a pět mužů), kteří byli vybíráni na základě těchto kritérií:

- 1) advokáti zapsaní v seznamu advokátů, který je veden Českou advokátní komorou
- 2) výkon alespoň desetileté praxe

Do výzkumu museli být zařazeni pouze plně kvalifikovaní advokáti, nikoliv tedy advokátní koncipienti. Kratší praxe než deset let, by nemusela přinést takové údaje, které by byly relevantní k předmětu mého výzkumu. Respondenti proto splňovali kritérium výkonu své praxe, a to v rozmezí 10-30 let.

5.3. Metoda sběru dat

Metodou sběru dat byl **polostrukturovaný rozhovor (interview)**, který zajišťuje udržení předem připravené struktury, a zároveň je možné se od této struktury odchýlit prostřednictvím doplňujících otázek, které z rozhovoru přirozeně vyplynou a jež slouží s ohledem na cíle výzkumu k dalšímu prohloubení dané problematiky. Polostrukturovaný rozhovor (Miovský, 2006) je nejrozšířenější metodou rozhovoru, poněvadž dokáže vyřešit nevýhody jak strukturovaného, tak nestrukturovaného rozhovoru. Tazatel si vytvoří určité schéma, které je pro něj závazné. Takové schéma specifikuje okruhy otázek, na které se participantů výzkumu bude ptát. Pořadí otázek je možné měnit, aby se tím maximalizovala výtěžnost rozhovoru. Můžeme se též setkat s pojmem „jádro interview“, což znamená minimum témat a otázek, mezi kterými si tazatel vybírá (Miovský, 2006). Rozhovor má za cíl získat názory a postoje účastníků výzkumu. Výhoda této metody spočívá rovněž v poskytnutí informací, které se týkají minulosti respondenta, což je vhodné pro dotvoření kontextu v rámci zkoumaného problému (Creswell & Creswell, 2018). Nevýhoda je pak spatřována v poskytnutých informacích, které mohou být subjektivně poupravené samotnými respondenty. Při polostrukturovaném rozhovoru (Miovský, 2006) je žádoucí, aby participant svou odpověď upřesnil či vysvětlil, jak danou věc myslí. Tím si ověříme, že jsme danou odpověď správně pochopili a interpretovali. Dále pokládáme doplňující otázky, abychom téma rozpracovávali do takové hloubky, do jaké jsme si stanovili cíle a výzkumné otázky. Doplňující otázky nejenže rozšiřují původní zadání, nýbrž jsou tazatelem užívané pro motivaci a zmírnění počáteční nervozity či tenze účastníka. Při analýze se doplňující otázky mohou ponechat stranou, obvykle se však tyto otázky ukazují jako velmi užitečné a přinášejí mnoho kontextuálně vázaných informací, které nám pomohou zkoumanou problematiku lépe uchopit (Miovský, 2006). Ve vedení rozhovoru se pokračuje tak dlouho, dokud nám účastním výzkumu předkládá smysluplné a pro náš záměr výzkumu relevantní odpovědi. V procesu vedení rozhovoru si výzkumník vede protokol (záznamový arch) rozhovoru sloužící k zaznamenání informací z rozhovoru. Protokol může být vytvořen ručně psanými poznámkami, audiozáznamem nebo videonahrávkou. I když je rozhovor nahráván, doporučuje se, aby informace vzešlé z rozhovoru byly zapisovány výzkumníkem jako poznámky pro případ, kdyby nahrávací zařízení selhalo (Creswell & Creswell, 2018). Pro naši

orientaci je vhodné mít připravenou osnovu rozhovoru, která nám připomíná, co je ještě dobré s participantem probrat a následně probrané si můžeme odškrtnout.

Za výhodu polostrukturovaného rozhovoru se považuje možnost kombinace prvků strukturovaného a nestrukturovaného rozhovoru a tím se polostrukturovaný rozhovor stává téměř ideálním výzkumným nástrojem pro oblast aplikace většiny výzkumných plánů v rámci kvalitativního přístupu (Miovský, 2006). Výhodou je rovněž motivovanost účastníka, pokud se využije kreativně možnost přirozené a nenucené komunikace. Jak jsem již zmínila výše, možnost pokládat doplňující otázky jsou velkou výhodou, protože tím můžeme dosáhnout vyšší přesnosti a výtěžnosti než v rámci rozhovoru strukturovaného (Miovský, 2006).

Dle Miovského (2006) by se dalo hovořit o takových nevýhodách, jaké jsou rovněž spatřovány i nestrukturovaného rozhovoru, tedy, že tazatel neudrží závaznou strukturu a přílišným užitím doplňujících otázek roztrhává konzistenci odpovědí participanta a získá data, která nakonec nejsou tak relevantní cílům a otázkám výzkumu.

5.4. Postup sběru dat

Před samotným rozhovorem jsem si v přípravné fázi připravila základní otázky (viz Příloha č.1), které jsem se snažila sestavit tak, aby mi byly vhodným nástrojem ke zjištění faktorů ovlivňujících osobní pohodu advokátů. Stanovila jsem si proto základní témata: motivace pro výběr advokacie, význam advokacie, profesní úspěch, ideální pracovní prostředí, profesní spolupráce s kolegy, vhodnost projevů emocí v profesi advokáta a možnosti odreagování se od pracovních povinností, která byla nutná s dotazovanými probrat. Pro hlubší pochopení tematiky jsem využila možnost doplňujících otázek jako např. postoj ke klientele, k protistraně v rámci soudního řízení nebo jaká jsou negativa současné advokacie, čímž jsem respondentům pomohla více rozvinout jejich odpověď a tím se dostat k jádru dané problematiky.

Při setkání s respondenty jsem se vždy na úvod rozhovoru představila, sdělila jsem jim základní informace o mém výzkumu, popsala jsem, jakým způsobem bude rozhovor probíhat a také jakým způsobem budou získaná data použita. Každému respondentu jsem předložila vytisknutý informovaný souhlas (viz Příloha č.2), který podpisem stvrdili, že souhlasí s poskytnutím svých odpovědí, avšak za dodržení anonymity.

Rozhovory jsem si po předchozím souhlasu respondentů mohla nahrát pomocí audio záznamu. U respondentů, kteří mi k nahrávání souhlas neudělili, jsem si jejich odpovědi zaznamenávala do vytisknutého archu s otázkami. Z tohoto důvodu podepsali informovaný souhlas bez informace o pořízení audio záznamu (viz Příloha č. 3).

Délka celého rozhovoru trvala v rozmezí 30-60 minut. Rozhovory se většinou uskutečňovaly u advokáta v jeho kanceláři. Bylo proto vhodné dbát na dodržení předem smlouveného času z důvodu následných konzultací s klienty, kteří byli k advokátovi pozváni. Dva rozhovory byly provedeny v budově Právnické fakulty Univerzity Karlovy v Praze. Tito advokáti jsou rovněž i vysokoškolskými pedagogy, a proto rozhovor s nimi proběhl v jejich kabinetech.

Každý rozhovor jsem ukončila otázkou, zda nechtějí ještě doplnit, co doposud nezaznělo. Ujistila jsem je ještě jednou o anonymním zpracování získaných dat a jakým způsobem budou použita. Někteří z dotazovaných mě požádali o případné výsledky práce.

5.5. Metoda analýzy získaných dat

Pro analýzu dat byla využita metoda **tematické analýzy**, jež identifikuje, analyzuje a interpretuje vzorce témat v kvalitativních datech. Její flexibilita spočívá ve využití této metody v rámci různých teoretických rámců a výzkumných paradigmatech. Tematická analýza (Braun, Clarke, 2022) poskytuje systematické postupy pro generování kódů a témat z kvalitativních dat. Kódy jsou nejmenší jednotky analýzy, které zachycují zajímavé rysy dat (potencionálně) relativní pro výzkumnou otázku. Kódy jsou chápány jako stavební kameny pro témata, což jsou větší vzorce významů podložené základní myšlenkou. Témata poskytují rámec pro organizaci a prezentaci analytických pozorování výzkumníka.

Cílem tematické analýzy je identifikace a interpretace klíčových rysů a dat, které jsou vedené výzkumnou otázkou. Tematická analýza klade důraz na vytvoření důkladné a kvalitní analýzy (Braun, Clarke, 2022). Její flexibilita se využívá k identifikaci vzorů v datech v rámci různých výzkumných otázek, metod sběru dat či velikosti a složení vzorku.

Braun a Clarke (2006) navrhli proces, který sestává z šesti bodů, přičemž při analýze je nutné se navracet k bodů předcházejícím. Tohoto procesu jsem využila i v rámci své analýzy získaných dat.

1) Seznámení se s daty

Výzkumník si nejprve musí přečíst celý soubor podkladů pro analýzu. Následujícím krokem je hledání významů, vzorců, které tvoří první kódy.

2) Generování počátečních kódů

Kódy jsou již konkrétnější a výzkumník hledá opakující se vzorce.

3) Hledání témat

V této fázi jsou kódy tříděny, vzájemně porovnávány a zařazovány do potencionálních témat. Kódy se mezi tématy nesmějí překrývat. Z tohoto důvodu se rovněž doporučuje využití mentálních map a tabulek pro lepší přehlednost a uspořádanost kódů.

4) Přezkoumání témat

Výzkumník si musí jednotlivé extrakty (text s přiděleným kódem) opětovně pročit, zda nedošlo k opomenutí důležitého aspektu.

5) Definování a pojmenování témat

Témata jsou definována a hledá se jejich vzájemná propojení, přičemž v tématech se mohou objevit i další subtémata.

6) Sepsání zprávy

Tato poslední fáze spočívá ve vypracování konečné analýzy a sepsání závěrečné zprávy.

Tematická analýza může být použita také v rámci kritického rámce, kde se zkoumají vzorce v osobním nebo sociálním významu kolem určitého tématu a kladou se otázky na důsledky těchto vzorů. Používá se k analýze velkých i malých datových souborů, homogenních i heterogenních vzorků a prakticky jakéhokoli typu dat. Může být použita pro induktivní (datově řízené) i deduktivní (teorií řízené) analýzy (Braun, Clarke, 2022). V mém případě byla tato metoda využita pro deduktivní analýzu, jelikož je můj výzkum realizován na podkladě teorií – „Teorie duševní pohody „(Seligmna) a „Tři komponenty well-being“ (Robertsona a Cooper) a také na základě výsledků výše citovaných studií.

5.6. Etika výzkumu

Potencionální participanti výzkumu byli nejprve osloveni zvacím e-mailem, kde bylo podrobně popsáno, co je cílem a jakým způsobem se výzkum bude uskutečňovat. Následně byli požádáni o spoluúčast. Na samotném setkání jim byl předložen informovaný souhlas (viz Příloha č. 2), jehož obsahem byly základní informace o výzkumu, dále skutečnost, že došlo k seznámení s informacemi o cílech a průběhu výzkumu. Dobrovolně souhlasí se svou účastí v tomto výzkumu, rozumí tomu, že se může kdykoliv rozhodnout ve své účasti na výzkumu nepokračovat. Je srozuměn s tím, že jakékoliv užití a zveřejnění dat a výstupů vzešlých z

výzkumu nezakládá nárok na jakoukoliv odměnu či náhradu, tzn. že veškerá oprávnění k užití a zveřejnění dat a výstupů vzešlých z výzkumu nejsou poskytnuta bezúplatně.

Součástí informovaného bylo i prohlášení o tom, že účastník výzkumu souhlasí se zveřejněním anonymizovaných dat a výstupů vzešlých z výzkumu a s jejich dalším využitím. Souhlasí se zpracováním a uchováním osobních a citlivých údajů, a to pro účely zpracování dat vzešlých z výzkumu, pro účely případného kontaktování z důvodu zpracování dat vzešlých z výzkumu či z důvodu nabídky účasti na obdobných akcích a pro účely evidence a archivace; a s tím, že tyto osobní údaje mohou být poskytnuty subjektům oprávněným k výkonu kontroly projektu, v jehož rámci výzkum realizován. Součástí prohlášení bylo i seznámení s právy účastníka týkajícími se přístupu k informacím a jejich ochraně podle § 12 a § 21 zákona č. 101/2000 Sb., o ochraně osobních údajů a o změně některých zákonů, ve znění pozdějších předpisů. Participant může požádat Karlovu Univerzitu v Praze o informaci o zpracování jeho osobních údajů a citlivých údajů a může rovněž požádat o jejich doplnění, blokaci či likvidaci.

Informace o výzkumu obsahovala sdělení o pořízení audio záznamu tedy, že rozhovor bude nahráván na diktafon za účelem následné transkripce tohoto audio záznamu do psaného textu, což je vhodné pro následnou analýzu. Pro možné odmítnutí nahrávání jsem měla připravenou i druhou verzi informovaného souhlasu (viz Příloha č. 3), a to bez sdělení o pořízení audio záznamu. Údaje z rozhovoru jsem si zapisovala do předem připraveného protokolu.

6. Výsledky

V rozhovorech s advokáty a advokátkami jsem pomocí postupů tematické analýzy identifikovala 5 základních témat, která jsou společná pro většinu dotazovaných respondentů. Témata zachycují, jaké faktory přispívají k celkové osobní pohodě v rámci výkonu advokacie.

6.1. Faktory ovlivňující osobní pohodu advokátů

1) Svobodné povolání

První téma bylo pojmenováno „svobodné povolání“. Advokacie se řadí mezi tzv. svobodná povolání, která se vyznačují tím, že osoby podnikají na základě zvláštních předpisů (např. Zákon o advokacii), přičemž se vyžaduje vysoká erudice a odborná praxe v daném oboru. Podstatným rysem svobodných povolání je značný dopad do veřejně chráněných zájmů. Z tohoto důvodu je ověření kompetentnosti advokátních koncipientů náročné (např. advokátní zkoušky). Samotný pojem „svoboda“ se mezi advokáty pojímá spíše jako možnost volby a samostatnosti. Výsledky výzkumu potvrdily, že svoboda je pro advokáty ve své profesi velice zásadní. Často je jimi spojována s autonomií, nepodřízeností a svobodným rozhodováním. A z těchto důvodů jsem nazvala téma „svobodné povolání“ jako synonymum pro advokacii, protože pojem svoboda vyvstal jako odpověď na otázku: Jaká byla vaše (hlavní) motivace pro volbu advokacie? nebo na otázku: Co pro vás profese advokáta/advokátky znamená? Svobodu ve výkonu profese tedy považuji za významný faktor, který se podílí na osobní pohodě advokáta.

V další části tematické analýzy se téma „svobodné povolání“ jako důležitý faktor bude objevovat v konkrétních aspektech jako je např. svoboda ve volbě profesního zaměření, svoboda ve výběru vyhovujícího pracovního prostředí nebo vybudování vlastní advokátní kanceláře.

R1: Možnost svobody ve vykonávání tohoto zaměstnání. A ve spolupráci s klientem a vlastně ve velké míře ono je to i samo označováno jako svobodné povolání, takže v podstatě nemáte žádného šéfa zpravidla... Pořád vám to dává určitou míru autonomie.

R2: Já bych řekl právě ta zásadní svoboda rozhodování, že vás nikdo neřídí. Jste odpovědná sama sobě... Ale pořád to vychází z toho pocitu, že koho budu zastupovat já, o tom rozhoduji jenom já.

R3: [...] jsem pánem svého času než být v podřízené pozici. Šla jsem do toho s tou vidinou, že budu dělat sama na sebe a že budu si dělat podle svého.

R7: Mně se nejvíce líbí to, jak to mám uzpůsobené sám, že nejsem nikde zaměstnaný, že bych musel někde chodit od devíti do pěti do práce a zodpovídat se šéfovi. To je jako v každém podnikání, kde nemáte šéfa, ale děláte to sama na sebe. Takže určitá svoboda, že si to můžete dělat, jak chcete.

R10 [...] advokát má z těch právnických profesí největší volnost a zároveň největší rozptyl toho, co může dělat.

2) Rozmanitost náplně práce

Dalším významným faktorem podílející se na osobní pohodě při výkonu advokacie je „rozmanitost náplně práce“. Ze sdělení advokátů vyplývá, že povolání advokáta jim poskytuje požadovanou pestrost a různorodost agendy a z tohoto důvodu je specializace v konkrétním právním odvětví potřebná.

R7: Je to takový vypjatý, intenzivní, takový jiný. Je to takový to klišé, když všichni říkají, že to je tou různorodostí.

R8: Mě lákala i justice, ale nakonec jsem se rozhodla pro advokacii, protože mi to přišlo rozmanitější. V advokacii se člověk může zaměřovat na více věcí.

S rozmanitostí pracovní náplně advokáta souvisí pojem generální praxe. Advokát s generální praxí poskytuje právní služeb ve všech oblastech práva, a tudíž je jeho práce ještě více pestrá.

R9: Žádný den není stejný. Tím, jak já mám tu generální praxi, což je od všeho trochu, tak nejsou dva dny v týdnu stejný. Pokud člověk vyloženě nesedí nad jednou prací několik dní v týdnu, tak ta práce se liší diametrálně, což mě na tom strašně baví.

V souvislosti s povahou ostatních právních profesí, jako např. výkon soudce, je advokát nucen se dopravovat za svými klienty nebo se zúčastňovat soudních jednání, které se konají mimo jeho advokátní kancelář. V jedné z odpovědí se i tento fakt řadí do rozmanitosti pracovní náplně a může být brán jako jeden z určujících faktorů při výběru budoucího profesního zaměření.

R8: Líbilo se mi, že na rozdíl od soudce, který 90 % času sedí v kanceláři nebo v jednací síni, tak advokát se více někam podívá, někde cestuje po soudech, po republice. To mi přišlo zajímavý.

3) Pracovní prostředí

Dalším tématem je „pracovní prostředí“, které je advokáty považováno za významný faktor osobní pohody. Z odpovědí je zřejmé, že každému vyhovují jiné pracovní podmínky. Respondenti mají rovněž i jinou představu o tom, co pojem pracovního prostředí znamená. Z povahy odpovědí jsem se rozhodla identifikovat dvě subtémata, kterými jsou „ideální advokátní kancelář“ a „pozitivní pracovní atmosféra“.

a) Ideální advokátní kancelář

Na otázku, zda existuje něco, co by bylo dobré změnit ve své advokátní kanceláři, respondenti odpovídali, že jsou spokojeni se současným stavem a spíše udávali popis, který akcentoval zejména kvalitu a vlastnosti vlastní advokátní kanceláře. Jedná se např. o oblibu malé útulné kanceláře ve starém domě nebo naopak o preferenci dostatečně reprezentativní kanceláře s nejnovějším vybavením.

R3: Tak my máme prostředí hezký. Já potřebuju být v hezkém prostředí, takže to si myslím, že jsem tady vytvořila tak, aby se nám tady líbilo.

R5: Já jsem měl malou kancelář a základem byla určitá útulnost. Já nesnáším strohou a moderní kancelář. Já chtěl kancelář zařízenou květinami. Ve velké kanceláři to je studené prostředí, kdežto v malé kanceláři ti lidé se tam musí cítit dobře, a to dělá to prostředí, nechci říct domácí, to bych přeháněl, ale klasické prostředí ve starém domě, bez klimatizace. Toto je půlka úspěchu, když tam přijde někdo a cítí se tam dobře. Také ale závisí, jaký je to advokát. Může to být vynikající prostředí, ale advokát, který je na vás sprostý, tak to nejde dohromady.

R8: Na mě má prostředí dost velký vliv na tu práci. Taký si myslím, že když ti lidi jdou k advokátovi a mají mu zaplatit dva a půl za hodinu, tak to prostředí by mělo být reprezentativní, aby ti lidi neměli pocit, že advokátovi dávají prachy a on si ani není schopný zaplatit pořádnou hezkou kancelář.

R6: Ono to i potom vyvíjí jiné příležitosti, třeba když sedíte v kanceláři, která, řekněme není tak pěkná, tak na ty klienty to nějak působí a přitáhne to jinou sortu lidí. Zatímco, když pak sedíte v kanceláři, která je reprezentativní, tak to samozřejmě přitáhne jiný typ klientů. Když jste

napsaná někde na cedulce sama versus, když jste napsaná na cedulce s deseti dalšími advokáty, tak to také působí úplně jinak.

b) Pozitivní pracovní atmosféra

V následujících odpovědích jsem setkala s pojetím pracovního prostředí jakožto vzájemných vztahů na pracovišti a určitých rituálů, které mají přímý vliv na následný pracovní výkon a osobní pohodu advokátů a které tedy celkově zpříjemňují pracovní prostředí.

R3: Co jsem třeba zintenzivnila, jsou naše ranní kávy, kdy se nemluví o práci a kdy se mluví o tom, co zrovna chceme, si tak nějak říct, takže je to takový rozjezd. Takže tohle je takový pěkný. Musím říct, že v tomhle moje kolegyně je velmi kreativní a dokáže opravdu udělat hezký den i třeba jenom tím, že prostě řekne, dneska si zasloužíme dobré kafe a dojde pro dobrý kafe. Dáme si k tomu dobrý dort, nebo jenom tak něco, i kdyby měla vysypat ze skleničky maliny. Tohle jsou pro mě důležité faktory.

R1: Je určitě naším záměrem, aby tady bylo pohodové prostředí. Nebo když to tak řeknu, já si nemyslím pohodové ve smyslu relaxu, ale pohodové ve smyslu vztahů a toho, jak to tady funguje, a tak a aby se tady všichni cítili dobře pro svou práci. Takže myslím, že to je určitě naším záměrem.

4) Kooperace v odborné praxi

Téma „kooperace“ jsem pojala pohledem sociálního well-beingu (Robertson a Cooper, 2011), který prospívá lidem v souvislosti s vytvořením několika blízkých vztahů a díky tomu si život více užívat. Jedinci jsou obklopeni lidmi, kteří podporují jejich osobnostní rozvoj a růst. Není tomu jinak ani u advokátů. Sociální vazby jsou pro advokáty důležité především z hlediska kooperace. Každý právní případ je jinak složitý a obzvláště v právu není nikdy nic jednoznačné. Pokud si advokát není jistý svým právním názorem, velice často se snaží konzultovat danou věc s kolegy advokáty, kteří ho podpoří v jeho názoru nebo mu doporučí jiné právní stanovisko.

R9: Člověk si musí od druhých zkonzultovat, zda to, co ho napadlo, dává nějaký smysl nebo, jestli ten paragraf, který je naprosto jednoduchý a má čtyři slova, jestli ho čtou stejně jako já. Takže za mě je to extrémně důležitý.

Následující odpovědi patří dotazovaným advokátům, kteří pracují v kolektivu svých kolegů v rámci jedné advokátní kanceláře. Ze zjištěného plyne, že čím menší kolektiv advokátů na pracovišti, tím jsou vztahy bližší a tím i vzájemná pomoc je o to snadnější.

R7: Já to vnímám hodně, že člověk se spoustakrát zacyklí na nějakém problému a už není schopen se posunout dál. Ten pohled té třetí osoby vám strašně pomůže. Tím, že odbornost máte trochu rozdělenou, tak jdu s jednu věcí za kolegyní, s jinou za kolegou. Ta konzultace v rámci tohoto uzavřeného společenství osob je, si myslím, super. Takže, spolu konzultujeme hodně.

R1: My jsme tady poměrně malý kolektiv. Asi 10. Takže samozřejmě ty vazby jsou logicky intenzivnější než ve velké kanceláři, protože máme prostě takový malý kolektiv. Takže ano, to si myslím, že ta komunikace je možná mezi námi, nebo ještě s dalšími kolegy advokáty.

Advokáti, kteří pracují sami ve své kanceláři, využívají rovněž pomocných rad svých kolegů. Je důležité také zmínit, že advokáti kromě konzultace právního případu si vypomáhají tzv. substitucí, což je právní zastoupení jiným advokátem v rámci soudního jednání, když původně zmocněný advokát klienta z určitých důvodů nemůže v dané věci jednat.

R5: Spětí, sedmi advokáty mám velmi dobré vztahy, zejména lidské, že si můžeme kdykoliv zavolat a pomůžeme si. Když já budu mít kolizi nějakou a nebudu moct požádat soud o odročení toho jednání, tak tomu kolegovi zavolám a on bude moct, takže zaskočí za mě na výměnu za něco nebo třeba mi vyfakturuje tu službu. To je ta vzájemná pomoc. Ohledně porad, nějaké komunikace, to mám taky jednoho, dva lidi, se kterými se třeba bavíme o zajímavých právních problémech a každý vyjeví svůj názor a bavíme se.

R8: Když někam musím jet, mám kolizi nebo něco, tak substituci určitě využíváme. Je to fakt důležitý.

5) Profesní úspěch

Posledním identifikovaným tématem je „profesní úspěch“. Seligman (2011) považuje za jeden z prvků duševní pohody „úspěšný výkon“, který již sám o sobě je cílem, jež chce člověk dosáhnout. Úspěšný výkon lze také v jeho rozšířené formě chápat jako úspěšný život, tedy „život věnovaný pro úspěch samotný“. Na otázku, co advokáti považují za profesní úspěch a zda cítí, že je takový úspěch dále motivuje, jsem se setkala s různým pojetím profesního úspěchu. Proto jsem vytvořila čtyři subtémata, která se nejčastěji opakovala: „spokojenost klientů“, „dobře odvedená práce“, „vlastní advokátní kancelář“ a „finanční ohodnocení“.

a) Spokojenost klientů

Spokojenost a s tím též spojená návratnost klientů je významným faktorem osobní pohody advokátů. Je to výsledek dobře odvedené práce, který pomáhá dále šířit jejich dobré jméno mezi potencionálními klienty. Jedná se tedy o orientaci na klientelu.

R2: Profesní úspěch chápu tak, že od vás klienti převážně odcházejí spokojení. Když to řeknu nadneseně z legrace, že šíří vaši slávu.

R3: Určitě největším úspěchem je to, že mám dobré jméno a že se ti klienti. Po osobní zkušenosti se mnou mě nejenom doporučují, ale přichází s novými věcmi. Tak to si myslím, že je největší úspěch.

R10: Za profesní úspěch považuji [...] klientelu.

b) Dobře odvedená práce

Pod subtématem „dobře odvedená práce“ se skrývají pojetí profesního úspěchu, jako je vítězství v soudním sporu nebo pečlivost při vypracování dílčích profesních úkolů. Každý vyhraný spor motivuje advokáty ve své profesi pokračovat a podporuje i jejich sebevědomí, což se projevuje v jistotě a přesvědčení o své schopnosti správně a právně jednat. Zde se jedná o orientaci na problém.

R4: Udělá mi dobře na duši, když ten spor otočím, takzvaně vyhraju na důkazech. [...] dovedu ten spor k vítězství. To je asi největší uspokojení individuální. Přispívá to k tomu, že to je jedna z věcí, která mě drží stále při tom, abych tu praxi provozoval. Je to jeden z hnacích motorů

R8: Více si po vítězství ve sporu věřím. Před tím jsem měla pocit, že nejsem natolik dobrá, abych to zvládl sama. Vždycky jsem tam měla toho šéfa, který řekne, jak se to má dělat, řekne ten postup a já to pak podle toho udělám

R9: Pro mě je to v detailu věcí. Dovedu si představit profesní úspěch v tom, že máte nějaký případ a dotáhnete ho, z hlediska toho posouzení, do detailu. Že ho posoudíte úplně a nevynecháte nějaký věci. To si myslím, že v tomto je to ten profesní úspěch, který, když dosahujete v dílčích zadáních, tak se pak musí dostavit v celku.

c) Vlastní advokátní kancelář

Tímto subtématem se pomyslně vracím k prvnímu tématu „svobodné povolání“ a tedy k nezávislosti advokátů, kdy svou profesi mohou vykonávat ve vlastní advokátní kanceláři. Svoboda a nezávislost je mnohým z nich obrovskou motivací pro výběr této právnické profese. Proto za profesní úspěch někteří z nich považují osamostatnění se a vybudování si vlastní advokátní kanceláře. Jde tedy o orientaci na prostředí.

R9: Já obecně považuji za profesní úspěch to, že jsem se osamostatnila.

R10: Za profesní úspěch považují mít vlastní kancelář [...]

d) Finanční ohodnocení

Z odpovědí je zřejmé, že finanční odměna je rovněž důležitým faktorem osobní pohody advokátů. Finanční ohodnocení je respondenty vnímáno jako zdroj motivace a zdroj materiálních potřeb. V tomto případě se jedná o orientaci na finanční odměnu.

R9: To jsou zas takové ty úspěchy typu třeba finančního ohodnocení. Když něco uděláte dobře, ten klient to zaplatí. To má pak člověk hned jinou radost a toho posunuje dál.

R10: [...] Motivací mi je i finanční ohodnocení.

R7: Je to stejně jako každá jiná profese, že to člověk stejně dělá pro peníze. Je to živobytí. To je stejně jako sedlák, který jezdí traktorem, aby měl na chleba.

R4: [...] saturujete materiální potřeby samozřejmě.

6.2. Emoce v profesi advokáta

Z „Teorie duševní pohody“ je nám známé, že jedním z prvků osobní pohody jsou pozitivní emoce neboli příjemné životní prožitky, které jsou řazené na první místo této teorie. Tento prvek pozitivních emocí mě inspiroval se zamyslet nad tím, zda obecně emoce (pozitivní i negativní) jsou nezbytnou součástí profese advokáta. Výsledky dokazují, že emoce u převážné většiny dotázaných patří do výkonu profese advokáta. Důležité je však rozlišovat, kde je vhodné emoci projevit. Respondenti se shodují, že je zde patrný rozdíl v tom, jakému právnímu odvětví se advokát věnuje. Obchodní nebo finanční právo nezakládá moc důvodů pro projev emocí, nežli je tomu naopak u práva občanského, zvláště pak práva rodinného. Emoce dle advokátů nepatří například do soudní síně, kdy jejich projev může být i v samém důsledku ke škodě hájeného klienta. Vhodné je emoce projevit až mimo soudní instituce, tedy např. v advokátní kanceláři vůči klientovi, který tento signál vyhodnotí jako obhájcovo ztotožnění se s případem.

Problematiku emocí jsem z důvodů popsaných výše rozdělila do tří témat, která se v odpovědích objevovala nejčastěji.

1) Emoce do advokacie patří

R2: Určitě nejsme stroje... Já si myslím, že empatický bychom měli být vždycky. Ale projevit třeba soucit nebo porozumění ve vztahu k těm lidem [...] Nicméně, určitě nás to nenechává chladnými, jsme normální lidi.

R6: Já bych chtěla, aby nepatřily, ale v podstatě patří.

R7: Emoce na škodu nejsou. Je to i určitý faktor té motivace. Zároveň ale, když jsou ty soudy nebo nějaké vyjednávání, tak ta emoce je důležitá.

R5: Ty emoce můžou být, ale myslím, že už dneska je mám tak korigované, že je mám v sobě. Dneska mám ten dobrý pocit vnitřní, ale ten vnější projev těch emocí už není takový.

R4: Neměly by, ale jsou tam. Je to někdy strašně těžký je utlumit. Jak vůči klientovi, tak vůči soudu. Emoce by měly být vyloučeny, ale nedá se to zastavit stoprocentně. To prostě nejde.

R1: Je důležité navnímat emoce. Myslím si, že ale do práce advokáta emoce nepatří ve smyslu projevu advokáta jako nějak výrazně. Neprojevovat je. Logicky nedávat takové emoce najevo tomu klientovi. Takže leckdy je to třeba nutné tlumit.

2) Vhodnost projevu emocí

R2: Samozřejmě, 70 % mé práce je fakticky obchodní právo, závazkové vztahy apod., tam je to jasný, tam je to pragmaticky. Pak ale přicházejí matky, které potřebují zvýšit výživné, bojují s otcem o dítě tam se tomu člověk úplně neubrání, i když není úplně dobře se s tím klientem ztotožnit, to ne.

R6: Co se týče rodinného práva, sousedských sporů, jakýchkoliv vztahů v rodině, tak sem ty emoce patří. Na druhou stranu, když se někde ty emoce zbytečně dostanou do klasických sporů, ať už se jedná o nemovitosti nebo klasický spory o žalobě na zaplacení konkrétní částky, tak to podle mě spíše škodí.

R8: Samozřejmě je důležitý, co to je za právo. Pokud budu dělat jenom obchodní korporace a vytvářet smlouvy, tak tam asi emoce nejsou. Pokud ale dělám rodinné právo nebo trestní právo, věci běžných lidí, tak ty emoce tam vždycky budou, ať chci nebo nechci.

R9: Jsou samozřejmě případy, kdy ty emoce musíte umět schovat. Za mě jsou ale situace jako např. vyjednávání, kde emoce jsou hodně přirozený. Myslím si, že jsou často hybatelem jednání.

Když ty emoce ve sdělení nějak necítíte, tak to sdělení je prázdné a není zde moc šance s takovou pozicí vyjednávat. Takže si myslím, že sem určitě patříš. Jsou místa kam patříš a místa, kam nepatříš. Třeba rozplakat se u soudu asi není úplně ideální.

R4: [...] Musíte se ovládat, zejména u soudu.

R5: Myslím si, že ty emoce obecně – ano, nicméně musí být hodně skryté, nebo měly by být hodně skryté a neměly by být před soudem, před státním zástupcem, před tím klientem, při nějakém jednání vidět.

3) Ztotožnění se s případem klienta

R2: Rozhodně je chyba, když se advokát s klientem příliš ztotožní, příliš to pustí k sobě.

R6: Někdy si to беру až osobně, kdyby se to týkalo mě. Ale pro zachování duševního zdraví, si myslím, že by tam úplně patřit neměly. To bych se chtěla naučit, abych to více bral jako práci, bez emocí. Ale moc to zatím nejde, moc to neumím. Jsme lidi a je to emočně náročný.

R7: Klienti to chtějí z hlediska toho, že s nimi soucítíte, že je to i jako váš osobní boj, že to prožíváte podobně jako oni.

6.3. Trávení volného času

Vzhledem tomu, že se advokacie řadí mezi psychicky náročná povolání, je nutné dodržovat určité základy psychohygieny, které napomáhají udržovat a chránit duševní zdraví a přispívají pak především k celkové osobní pohodě. Zde je na místě zmínit fyzický well-being, který je jeden z komponentů osobní pohody teorie Robertsona a Coopera (2011), jemuž jsem se blíže věnovala v teoretické části bakalářské práce. Připomenu jen, že lidé, kterým prospívá fyzický well-being se efektivně starají o své zdraví. Cvičí pravidelně a jedí dietně, což udržuje jejich energii a bystří mysl. Ve svém výzkumu jsem se advokátů ptala, jaké jsou způsoby, které pomohou se odreagovat od pracovních povinností. V naprosté většině odpovědí zaznělo trávení volného času s rodinou, sport a cestování.

R2: Je to jízda na kole [...] Takže já sednu na kolo a jedu třeba lesama, a to je báječné. Teď začínají jezdit na kole i moje vnučky.

R3: Sport, jednoznačně a děti moje. Já nám fajn rodinu, mám fajn sestry a myslím si, že fungujeme. Takovéto věci jsou strašně důležité, když nemáte nějaký zázemí a něco hezkého nebo milí lidi kolem sebe lidi, kteří mi dokážou vynadat, když je potřeba, že to přeháním.

R1: Zpravidla jsou to výlety někam do přírody nebo jinam. To je podnikáme, protože to samo o sobě, změna prostředí vám pomůže se více odstříhnout od těch povinností [...] To určitě hodně pomáhá. A se i zklidnit a tak. Tohle si myslím, že mě pomáhá nejvíc. A pak nějaké rodinné zázemí rovněž.

R4: Sport. Hodně sport. Já jsem celý život sportoval. Hrával jsem fotbal dost dlouho. Sportoval jsem od malička, sportuju doteď. Snažím se. Takže hodně sport i kultura. S přítelkyní chodíme do divadla, do kina. Takže hodně kultura. Hodně jezdíme i po republice. Lítáme po světě, taky na dovolený. Jezdíme i tady a říkáme si, v kterém koutu republiky jsme ještě nebyli. Takže sport a kultura.

R5: Pokud lze označit za způsob moje děti a rodinu, tak určitě. A pak sport. Plavání je něco, co jsem provozoval. Musíte se hýbat, abyste se v noci nebudila strachy, což se mi stávalo. Zejména před těžkým soupeřem. To je nepříjemný.

R6: Pro mě to odreačování největší je prostě rodina a sport. To je asi to nejvíc. Snažím se více mít ten balanc. Odrážet ten stres řekněme jinými způsoby. Já třeba také ráda čtu, takže i tímto směrem se snažím tu hlavu vypínat.

R6: Cvičím, i když teď poslední dobou na to není tolik času, ale snažím se třeba třikrát, čtyřikrát týdně si doma zacvičit. O víkendu jet do přírody na nějaký výšlap nebo na něco, kde se člověk nejvíc odreačuje.

6.4. Co by se v advokacii mohlo zlepšit?

Tato otázka byla respondentům položena záměrně, protože vzhledem ke zkoumané problematice well-being považují za vhodné dát advokátům prostor, aby sdělili svá přání nebo konkrétní požadavky na určité změny při výkonu advokacie. Pokud by se některý z požadavků (např. vztah ČAK k advokátům, kolegiálníta mezi advokáty) podařilo naplnit, určitou měrou by to jistě podpořilo osobní pohodu některých advokátů.

R2: Co by bylo hrozně fajn, jsou třeba soudní prázdniny, jako byly za první republiky. Že by člověk fakt věděl, že mu v té době nic nepřijde, že se mu nic nenařídí a že třeba čtrnáct dní má

opravdu klid, protože to jinak vůbec nemá. Co jsem advokátem, neměla jsem klidnou dovolenou, vždycky se něco stane.

R8: Tak třeba změna rozsahu advokátního tajemství. To, co nám lidi svěřují jsou intimní záležitosti. V současnosti ta ochrana advokátního tajemství není tak silná, jak by bylo třeba. Za mě tedy určitě posílit advokátní tajemství, alespoň na úroveň lékařského nebo zpovědnického.

R6: Asi bych změnila postavení České advokátní komory ve vztahu k advokátům. Dost se za nás nebije. Máme sice nad sebou komoru, která nás sdružuje, která nám má pomáhat, ale v podstatě mi přijde, že každý ten advokát si jede sám za sebe. Já bych změnila to, abychom si vzájemně více pomáhali v rámci té advokacie. Mně přijde, že si tak všichni jedou sami na sebe a hodně jdou i proti sobě, třeba někteří advokáti, což mi nepřipadá dobrý.

R1: Je tu řada drobných věcí, který si myslím, že určitě lze třeba posílit jako postavení advokáta v rámci třeba trestního řízení z hlediska toho, který tady má, nad čímž se diskutuje, ale to jsou hodně odborné věci, za které se zasazuje ČAK. Myslím, že v rámci té samosprávy by šlo určitě posílit možnosti jako výkon práva advokáta vůči orgánům samosprávy na dálku.

R3: Chybí tady ta etika, chybí mi tady respekt mezi klientem a advokátem. [...] Dneska přijdete na soud, a to je další věc, která se podle mého má změnit – systém vzdělávání soudců, ale hlavně odpovědnost soudců. Přijdete na soud, kde sedí téměř sedmdesátiletí soudci. Já si nemyslím, že by v 70 letech ti soudci měli soudit. Už jsou unavení. Ten materiál už je prostě opotřebovaný a do toho přijmete to, že tam přijdou nafrněný advokáti, rozhádání klienti a já věřím tomu, že ten soudce už toho má dost. Očekávám od soudce, že bude mít soudní řízení ve svých rukách. Nemá.

R7: Co bych změnila v rámci celé advokacie, tak je podle mě velká nekolegialita mezi advokáty. Spousta z nich je strašně fajn, ale spousta z nich, ať už se s nimi setkáte u soudu nebo v rámci jakéhokoliv jednání, tak vám prostě budou házet klacky pod nohy, chovají se nekolegiálně. Ze sporu vám udělají peklo, když chtějí. Takže to bych asi změnila. Dále asi trošku pokory do tohoto povolání, myslím, že dost advokátů ji nemá a myslím si, že je ji třeba k tomu, abychom to dělali. Aby se z nás nestali nafrněný advokáti, tak si myslím, že ta pokora je třeba.

R10: Možná bych změnila pohled některých lidí, protože si myslí, že advokát automaticky znamená něco negativního, což si myslí hodně lidí. Myslím si, že hodně lidí nahlíží na advokáty negativně nebo alespoň já se s tím dost setkávám... Ten pohled obecně, že děláme věci, které jsou neetické a tak podobně. Mě se to pak dotýká. Samozřejmě, že někteří takoví kolegové jsou, že jednají neeticky a jen berou peníze a o ty lidi jim nejde. Vždycky se takoví najdou

7. Diskuse

Hlavním cílem výzkumu bylo zjistit, jaké faktory přispívají k osobní pohodě v profesi advokáta. V následujících odstavcích provedu shrnutí základních zjištění a pokusím se je zasadit do teoretického rámce, který jsem vytyčila v teoretické části této bakalářské práce.

Pomocí tematické analýzy rozhovorů bylo identifikováno celkem pět faktorů, které přispívají k osobní pohodě advokátů. Jedná se o faktory: svobodné povolání, rozmanitost náplně práce, pracovní prostředí, kooperace v odborné praxi a profesní úspěch. Předpoklady o výskytu určitých faktorů vychází z „Teorie duševní pohody“ Martina Seligmana (2011) a také z výsledků studie, která byla provedena Mezinárodní advokátní komorou (2021) zabývající se duševním zdravím právnických profesí. V případě „Teorie duševní pohody“ jsou za stěžejní faktory osobní pohody považovány: zaujetí činností, pozitivní vztahy, smysluplnost, úspěšný výkon a pozitivní emoce. Z výsledků studie Mezinárodní advokátní komory jsou dovozovány následující faktory: pracovní prostředí, flexibilní pracovní doba, autonomie. Do výzkumu jsem navíc zakomponovala teorii „Tři komponenty well-being“ Robertsona a Coopera (2011), která říká, že lze well-being dělit na tři hlavní části: psychologický well-being, fyzický well-being a sociální well-being. Z předchozích výzkumů, které byly ve světě uskutečněny, bylo zjištěno, že konkrétně psychologický well-being je ovlivněn kvalitou pracovního prostředí, adekvátním pracovním zatížením a kvalitou vztahu s kolegy. Tato zjištění byla dokázána studií (Zábrodská et al., 2014), jež došla k závěru, že well-being skutečně pozitivně koreluje s proměnnými pracovního prostředí, které lze propojit s autonomií, se zapojením se do rozhodování a se silnou sociální komunitou.

Prvním identifikovaným faktorem je „svobodné povolání“. Advokacie se řadí mezi tzv. svobodná povolání, která se vyznačují tím, že osoby podnikají na základě zvláštních předpisů. Samotný pojem „svoboda“ se mezi dotazovanými advokáty pojímá spíše jako možnost volby a samostatnosti. Výsledky výzkumu potvrdily, že svoboda je pro advokáty ve své profesi velice zásadní. Často je jimi spojována s autonomií, nepodřízeností a svobodným rozhodováním, což souvisí s předpokládaným faktorem autonomie (IBA, 2021). Faktor „svobodné povolání“ se navíc objevuje v aspektech svobody volby profesního zaměření, svobody výběru vyhovujícího pracovního prostředí nebo vybudování vlastní advokátní kanceláře. Dle Seligmanovi „Teorie duševní pohody“ (2011) bych tento faktor podřadila pod prvek osobní pohody – smysluplnost, což znamená, že člověk má na světě své místo či slouží něčemu, co ho přesahuje. K tomuto závěru docházím na základě otázky, jaká byla motivace pro volbu advokacie či co pro ně profese advokáta/advokátky znamená.

Dalším významným faktorem podílejícím se na osobní pohodě při výkonu advokacie je „rozmanitost náplně práce“. Ze sdělení advokátů vyplývá, že povolání advokáta jim poskytuje požadovanou pestrost a různorodost agendy a z tohoto důvodu je specializace v konkrétním právním odvětví potřebná. Ve většině odpovědí zaznělo, že právě rozmanitost, kterou jim advokacie poskytuje je to, co se jim na té profesi líbí a co je baví. Podle Seligmanovi teorie (2011) je prvek osobní pohody – zaujetí činností velice podobný pozitivním emocím, a to díky jejich subjektivnímu hodnocení. S rozmanitostí pracovní náplně advokáta souvisí pojem generální praxe. Advokát s generální praxí poskytuje právní služeb ve všech oblastech práva, a tudíž je jeho práce rozmanitější.

Dalším faktorem, který byl předpokládán již na základě výsledků studií (IBA, 2021; Zábrodská et al., 2014), je „pracovní prostředí“, které je advokáty považováno za významný faktor osobní pohody. Z odpovědí je zřejmé, že každému vyhovují jiné pracovní podmínky. Respondenti mají rovněž i jinou představu o tom, co pojem pracovního prostředí znamená. Z povahy odpovědí jsem se rozhodla identifikovat dvě subtémata, kterými jsou „ideální advokátní kancelář“ a „pozitivní pracovní atmosféra“. Na otázku, zda existuje něco, co by bylo dobré změnit ve své advokátní kanceláři, respondenti odpovídali, že jsou spokojeni se současným stavem a spíše udávali popis, který akcentoval zejména kvalitu a vlastnosti vlastní advokátní kanceláře. Jedná se např. o oblibu malé útulné kanceláře ve starém domě nebo naopak o preferenci dostatečně reprezentativní kanceláře s nejnovějším vybavením. V některých odpovědích jsem setkala s pojetím pracovního prostředí jakožto vzájemných vztahů na pracovišti a určitých rituálů, které mají přímý vliv na následný pracovní výkon a osobní pohodu advokátů a které tedy celkově zpříjemňují pracovní prostředí. Posledně zmiňované pojetí bych přiřadila k Seligmanovu (2011) faktoru „pozitivní vztahy“.

Faktor „kooperace v odborné praxi“ jsem pojala pohledem sociálního well-beingu (Robertson a Cooper, 2011), který prospívá lidem v souvislosti s vytvořením několika blízkých vztahů. Jediní jsou obklopeni lidmi, kteří podporují jejich osobnostní rozvoj a růst. Není tomu jinak ani u advokátů. Sociální vazby jsou pro advokáty důležité především z hlediska vzájemné kooperace v odborné praxi. Každý právní případ je jinak složitý a obzvláště v právu není nikdy nic jednoznačné. Pokud si advokát není jistý svým právním názorem, velice často se snaží konzultovat danou věc s kolegy advokáty, kteří ho podpoří v jeho názoru nebo mu doporučí jiné právní stanovisko. Ze zjištěného plyne, že čím menší kolektiv advokátů na pracovišti, tím jsou vztahy bližší a tím i vzájemná pomoc je o to snadnější. Advokáti, kteří pracují sami ve své kanceláři, využívají rovněž pomocných rad svých kolegů. Je důležité také zmínit, že advokáti kromě konzultace právního případu si vypomáhají tzv. substitucí, což je právní zastoupení

jiným advokátem v rámci soudního jednání, když původně zmocněný advokát klienta z určitých důvodů nemůže v dané věci jednat. Daný faktor opět souvisí s již předpokládaným faktorem „pozitivní vztahy“ teorie Seligmana (2011) a též s výsledky studií (IBA, 2021; Zábrodská et al., 2014), které za určující faktor osobní pohody považují kvalitní vztahy s kolegy a silnou sociální komunitu.

Posledním identifikovaným faktorem je „profesní úspěch“. Seligman (2011) považuje za jeden z prvků duševní pohody „úspěšný výkon“, který již sám o sobě je cílem, jež chce člověk dosáhnout. Na otázku, co advokáti považují za profesní úspěch a zda cítí, že je takový úspěch dále motivuje, jsem se setkala s různým pojetím profesního úspěchu, jako je orientace na klientelu, na problém, na prostředí a na finanční odměnu. Proto jsem vytvořila čtyři sub témata, která se nejčastěji opakovala: „spokojenost klientů“, „dobře odvedená práce“, „vlastní advokátní kancelář“ a „finanční ohodnocení“. Spokojenost a s tím též spojená návratnost klientů je významným faktorem osobní pohody advokátů. Je to výsledek dobře odvedené práce, který pomáhá dále šířit jejich dobré jméno mezi potencionálními klienty. Pod sub tématem „dobře odvedená práce“ se skrývají pojetí profesního úspěchu, jako je vítězství v soudním sporu nebo pečlivost při vypracování dílčích profesních úkolů. Každý vyhraný spor motivuje advokáty ve své profesi pokračovat a podporuje i jejich sebevědomí, což se projevuje v jistotě a přesvědčení o své schopnosti správně a právně jednat. Sub tématem „vlastní advokátní kancelář“ se pomyslně vracím k prvnímu tématu „svobodné povolání“ a tedy k nezávislosti advokátů, kdy svou profesi mohou vykonávat ve vlastní advokátní kanceláři. Svoboda a nezávislost je mnohým z nich obrovskou motivací pro výběr této právnické profese. Proto za profesní úspěch někteří z nich považují osamostatnění se a vybudování si vlastní advokátní kanceláře. „Finanční odměna“ je rovněž důležitým faktorem osobní pohody advokátů. Finanční ohodnocení je respondenty vnímáno jako zdroj motivace a zdroj materiálních potřeb.

Z „Teorie duševní pohody“ (Seligman, 2011) je nám známé, že jedním z prvků osobní pohody jsou pozitivní emoce neboli příjemné životní prožitky, které jsou řazené na první místo této teorie. Tento prvek pozitivních emocí mě inspiroval se zamyslet nad tím, zda obecně emoce (pozitivní i negativní) jsou nezbytnou součástí profese advokáta. Výsledky mého výzkumu dokazují, že emoce u převážné většiny dotázaných patří do výkonu profese advokáta. Důležité je však rozlišovat, kde je vhodné emoci projevit. Respondenti se shodují, že je zde patrný rozdíl v tom, jakému právnímu odvětví se advokát věnuje. Obchodní nebo finanční právo nezakládá moc důvodů pro projev emocí, nežli je tomu naopak u práva občanského, zvláště pak práva rodinného. Emoce dle advokátů nepatří například do soudní síně, kdy jejich projev může být i v samém důsledku ke škodě hájeného klienta. Vhodné je emoce projevit až mimo soudní

instituce, tedy např. v advokátní kanceláři vůči klientovi, který tento signál vyhodnotí jako obhájcovo ztotožnění se s případem.

Dále mě zajímalo, jakým způsobem se advokáti snaží odreagovat od pracovních povinností, tj. jak tráví svůj volný čas. Díky tomu jsem se pokusila zjistit, zda se v jejich celkové osobní pohodě vyskytuje prvek fyzický well-being, který je jeden z komponentů osobní pohody teorie Robertsona a Coopera (2011), jemuž jsem se blíže věnovala v teoretické části bakalářské práce. Připomenu jen, že lidé, kterým prospívá fyzický well-being se efektivně starají o své zdraví. Cvičí pravidelně a jedí dietně, což udržuje jejich energii a bystří mysl. Vzhledem tomu, že se advokacie řadí mezi psychicky náročná povolání, je nutné dodržovat určité základy psychohygieny, které napomáhají udržovat a chránit duševní zdraví a přispívají pak především k celkové osobní pohodě. Ve svém výzkumu jsem se advokátů ptala, jaké jsou způsoby, které pomohou se odreagovat od pracovních povinností. V naprosté většině odpovědí zaznělo trávení volného času s rodinou, sport a cestování. Komponenta fyzického well-being je tedy v rámci celé osobní pohody naplněna.

Poslední otázkou, která mě zajímala, je, zda by si advokáti přáli v oblasti advokacie něco změnit. Případné požadavky na jisté změny by mohly přispět, kdyby je bylo možné prosadit, ke zlepšení osobní pohody a profesní spokojenosti advokátů. Tato otázka souvisí se zjištěními studie IBA (2021), kdy daní respondenti byli tázáni, jaké změny by měly být v jejich právnické profesi učiněny. V mém výzkumu advokáti směřují více své požadavky směrem k České advokátní komoře. Takovými požadavky jsou např. změna rozsahu advokátního tajemství, změna postavení ČAK ve vztahu k advokátům, změna postavení advokáta v rámci trestního řízení nebo posílení výkonu práva advokáta na dálku vůči orgánům samosprávy. Poté zazněla i taková přání jako je větší kolegiální chování mezi advokáty navzájem nebo změna negativního pohledu veřejnosti na osobu advokáta, neboť společnost na advokáta často hledí jako na někoho, kdo jedná neeticky, když zastupuje např. obžalovaného, který spáchal určitý trestný čin proti životu a zdraví.

V subkapitole „Osobnostní rysy a činnosti advokáta“ se věnuji vlivu osobnostních rysů na osobní pohodu. Ačkoliv tato problematika není hlavním tématem bakalářské práce, považuji za důležité se alespoň krátce zmínit o významném a stabilním vztahu osobnostních rysů a osobní pohody. Kromě mnou studovaných „vnějších faktorů“ ovlivňující well-being advokátů, jsou tu i „vnitřní faktory“, a to osobnostní rysy, jejichž působení na osobní pohodu je považováno za prokázané (Pavot a Diener, 2011). Ačkoliv se osobností advokáta doposud nikdo více odborně nezabýval, český psycholog PhDr. Oswald Schorm se pokusil vytvořit základní charakteristiky advokátů v rámci projektu Advokáti do škol v roce 2019 pod záštitou

České advokátní komory. Introvertní advokát bude raději studovat podklady, zpracovávat smlouvy či provádět právní rozbor. Naproti tomu extravertní advokát je přímo stvořen pro jednání s klienty, a především pak pro vystupování před soudem. Pro intuitivního je typické pracovat s momentálním a situačním rozpoložením klienta nebo protistrany a není mu cizí improvizovat. Advokát preferující ověřování se bude spíše spoléhat na své dosavadní zkušenosti a bude věnovat více času do přípravy podkladů a studiu judikatury. Pro advokáta založeného myšlenkově je význačné teoretizování s odstupem času, zatímco advokát, který je založený pocitově je schopen vnímat své naladění a naladění klientů, atmosféru soudního procesu (soudců, protistrany a jejich právních zástupců). Advokát, který se orientuje na uspořádanost, se vyznačuje pečlivou přípravou a radostí ze splnění předem připraveného plánu, který je maximálně využit. Naproti tomu advokát s převahou možnosti pojmá svou práci jako zábavu, rád zkouší nové věci, na předem připravený plán se nespolehá, často mění téma rozhovoru, kdy zároveň věnuje svou pozornost mnoha věcem. Mezi osobnostní rysy, které mají vliv na osobní pohodu (Pavot a Diener, 2011) se řadí extraverze, uvolněnost, optimismus, vysoké sebevědomí, vysoká pracovní morálka, svědomitost a přiměřené aspirace. Takovéto rysy by mohly být spatřovány také v profesi advokáta, vzpomeneme-li na jeho profesiogram. Schormova charakteristika advokátů se též z části shoduje s významnými osobnostními rysy, jež signifikantně korelují s osobní pohodou. Na základě výsledků vzešlých z mého výzkumu se proto mohu domnívat, že například rys svědomitosti (pozitivní vliv na osobní pohodu) související se Schormovou orientací na uspořádanost je spatřován v mnou identifikovaným faktoru „profesní úspěch“. Za profesní úspěch je advokáty považována i dobře odvedená práce spočívající např. ve vypracování smlouvy, při níž se uplatní velká míra pečlivosti.

Důležité je poznamenat, že žádný podobný kvalitativní výzkum zabývající se problematikou well-being v profesi advokáta nebyl dosud uskutečněn. Z tohoto důvodu neexistuje více relevantních zdrojů (výzkumná data, teorie nebo literatura), ze kterých bych mohla lépe vycházet. Proto jsem musela kombinovat více přístupů zaměřené na well-being a prostudovat data, která byla získána kvantitativními výzkumy provedenými ve světě, jež se ale zabývají spíše obecně všemi právními profesemi než konkrétně profesí advokáta.

Přesvědčit advokáty k účasti do mého výzkumu nebyla věc snadná. Advokát je vzhledem ke svému postavení a právnímu zaměření více obezřetný k poskytnutým údajům a dbá o své dobré jméno. Z tohoto důvodu jsem každého z nich musela ujišťovat, že data vzešlá z výzkumu budou anonymizována. Byla jsem pak skutečně vděčná, že mi alespoň deset advokátů vyšlo vstříc, když mi mnozí svou účast odmítli. Domnívám se však, že počet deseti respondentů (pět žen a pět mužů) je pro kvalitativní výzkum dostačující.

Advokáti ve svých odpovědích předložili svou jedinečnou profesní zkušenost, což přineslo další zajímavé psychologické aspekty v problematice well-being (osobní pohody) ve světě advokacie, v čemž spatřuji velký přínos.

8. Závěr

Hlavním cílem bakalářské práce bylo zjistit, jaké faktory přispívají k osobní pohodě v profesi advokáta. Záměrem bylo prohloubit poznatky o stále častěji v dnešní době skloňovaném pojmu well-being a zasadit ho do právní oblasti, konkrétně do profese advokáta, čemuž se doposud ještě nikdo více nevěnoval. Dalšími cíli bylo zjistit, zda jsou emoce nezbytnou součástí profese advokáta, jaké jsou způsoby, které pomohou advokátům se odreagovat od pracovních povinností a co by bylo dobré v oblasti advokacie změnit.

Výzkum byl proveden metodou polostrukturovaného rozhovoru, jehož se zúčastnilo celkem deset (pět žen a pět mužů) advokátů. Respondenti splňovali kritérium výkonu své praxe, a to v rozmezí 10-30 let, protože kratší praxe než deset let, by nemusela přinést takové údaje, které by byly relevantní k předmětu výzkumu.

V rámci kvalitativního výzkumu bylo za pomoci tematické analýzy identifikováno celkem pět faktorů, které přispívají k osobní pohodě advokátů. Jedná se o faktory: svobodné povolání, rozmanitost náplně práce, pracovní prostředí, kooperace v odborné praxi a profesní úspěch. Nalezené faktory se shodují s předpoklady, které vycházejí z teorií věnujících se well-being a rovněž se shodují s některými výsledky ve světě provedených kvantitativních studií.

Dále výsledky dokazují, že emoce u převážné většiny dotázaných patří do výkonu profese advokáta. Důležité je však rozlišovat, kde je vhodné emoci projevit. Emoce dle advokátů nepatří například do soudní síně, kdy jejich projev může být i v samém důsledku ke škodě hájeného klienta. Vhodné je emoce projevit až mimo soudní instituce, tedy např. v advokátní kanceláři vůči klientovi, který tento signál vyhodnotí jako obhájcovo ztotožnění se s případem. V případě odreagování se od pracovních povinností se nejčastěji advokáti snaží věnovat svůj volný čas své rodině, sportu a cestování. Požadavkem advokátů na určité změny v advokacii je např. změna rozsahu advokátního tajemství, změna postavení České advokátní komory ve vztahu k advokátům nebo přání většího kolegiálního chování mezi advokáty navzájem.

Tato bakalářská práce se snaží nahlédnout do tolik neprobádané tematiky (well-being v profesi advokáta), která se v dnešní době ukazuje významnou. Díky provedenému výzkumu bylo možné se osobně setkat s advokáty, kteří svými cennými zkušenostmi přispěli k rozšíření psychologických poznatků problematiky well-being v oblasti české advokacie.

V budoucnu je možné se zaměřit například na faktory ovlivňující osobní pohodu i u jiných právnických profesí (státní zástupci, notáři). U advokátů je též možné empiricky zkoumat míru výskytu určitých osobnostních rysů, které korelují s osobní pohodou.

Reference

1. Allport, G. W. (1937). *Personality: a psychological interpretation*. Holt.
2. Anderson, R., Dubois, H., Leončikas, T., Sándor, E. (2012). Third European Quality of Life Survey. Quality of Life in Europe: Impacts of the Crisis. Luxembourg: Office for Official Publications of the European Communities. European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions.
3. Blatný, M. (2021). *Osobní pohoda a osobnost v celoživotní perspektivě*. Academia.
4. Blatný, M., Jelínek, M., Dosedlová, J. a Klimusová, H. (2004). *Personality Correlates of Self-Esteem and Life Satisfaction*. *Studia Psychologica*. Bratislava: Ústav experimentálnej psychológie SAV, roč. 46, č. 2, s. 97–104. ISSN 0039-3320.
<https://www.semanticscholar.org/paper/Personality-Correlates-of-Self-Esteem-and-Life-Blatn%C3%BD-Jel%C3%ADnek/a54125ffc0b710901d7ca746807a2fa8fd1d8c4b>
5. Braun, V., & Clarke, V. (2006). *Using thematic analysis in psychology*. *Qualitative Research in Psychology*, 3 (2), 77–101.
6. Costa, P. T., McCrae, R. R., Zonderman, A. (1987). *Environmental and dispositional Influences on well-being—Longitudinal follow-up of an American national sample*. *British Journal of Psychology*.
<https://bpspsychub.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.2044-8295.1987.tb02248.x>
7. Česká advokátní komora. (2020). *Advokáti do škol*.
https://www.cak.cz/assets/advokati_do_skol_2020_va4-kniha_ii_final.pdf
8. Diener, E. (2000). Subjective Well-being. The Science of Happiness and a Proposal for a National Index. *American Psychologist*, 55, 1, 34–43.
9. Diener, E. and Ryan, K. (2009). *Subjective Well-Being: A General Overview*, *South African Journal of Psychology*, 39(4), pp. 391–406. doi: 10.1177/008124630903900402.
10. Diener, E., Inglehart, R., Tay, L. (2013). Theory and Validity of Life Satisfaction Scales. *Social Indicators Research*, 112, 497–527.
11. Diener, E., Lucas, R. E., Oishi, L. (2002). *Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction*. In C. R. Snyder, S. J. Lopez (Eds.): *Handbook of positive psychology* (s. 63–73). New York: Oxford University Press.
12. Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., Smith, H. L. (1999). *Subjective well-being: Three decades of progress*. *Psychological Bulletin*, 125, 276–302.

13. Dodge, Rachel et al. (2012). *The challenge of defining wellbeing*. *International Journal of Wellbeing*, [online]. 1-14 [cit. 20. 3. 2024]. ISSN 1179-8602. Dostupné z: <https://www.internationaljournalofwellbeing.org/>
14. *European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions, European Quality of Life Survey, 2011-2012* [computer file]. Colchester, Essex: UK Data Archive [distributor]. SN: 7316.
15. Havlůj, V., Hoskovcová, S., Niederlová, M. (2009). *Dotazník typologie osobnosti – GPOP*. Hogrefe -Testcentrum, Praha.
16. Hayes, N., & Joseph, S. (2003). Big 5 correlates of three measures of subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 34(4), 723–727. <https://psycnet.apa.org/record/2003-04986-015>
17. Heady, B., & Wearing, A. (1989). Personality, life events, and subjective well-being: toward a dynamic equilibrium model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 731-739. <https://psycnet.apa.org/doiLanding?doi=10.1037%2F0022-3514.57.4.731>
18. Hendl, J. (2023). *Kvalitativní výzkum: Základní teorie, metody a aplikace*. Portál, Praha.
19. International Bar Association. (2021). *Mental Wellbeing in the Legal Profession: A Global Study*. <https://www.ibanet.org/document?id=IBA-report-Mental-Wellbeing-in-the-Legal-Profession-A-Global-Study>
20. Jelínek, M., Hlučková, P., Fárová, I. (2023). *Zdravé hranice úspěchu. O vnitřním strachu a jejich dopadech na psychiku*. Grada.
21. Kebza, V., Šolcová, I. (2003). *Well-being jako psychologický a zároveň mezioborově založený pojem*. *Československá psychologie*, 47, 333–345.
22. Kebza, V., Šolcová, I. (2005). *Koncept osobní pohody (well-being) a jeho psychologické a interdisciplinární souvislosti*. In M. Blatný, J. Dosedlová, V. Kebza, I. Šolcová (Eds): *Psychosociální souvislosti osobní pohody* (s. 11–35). Brno: MSD.
23. Křivohlavý, Jaro. (2013). *Psychologie pocitů štěstí. Současný stav poznání*. Grada.
24. Land, K. C., Michalos, A., C., Sirgy, J. M. (Eds.), (2012). *Handbook of Social Indicators and Quality of Life Research*. Springer, Dordrecht.
25. Maur, J. (2020). *Výkon advokátní praxe*. Wolters Kluwer.
26. McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1991). The NEO Personality Inventory: Using the Five-Factor Model in counseling. *Journal of Counseling & Development*, 69(4), 367–372. <https://psycnet.apa.org/record/1991-20228-001>

27. McDaid, David. (2014). *The economics of wellbeing*. Chichester, West Sussex: Wiley/Blackwell. 352 s. ISBN 978-1-118-60838-8.
28. Meehl, P. E. (1956). Wanted—a good cook-book. *American Psychologist*, 11(6), 263–272. <https://psycnet.apa.org/record/1957-06029-001>
29. Michálková, T. (2008). Profese advokáta – právní a psychologické aspekty [Právnická fakulta Masarykovy univerzity]. https://is.muni.cz/th/kogfy/Diplomova_prace.pdf
30. OECD (2014). Better Life Index, [online]. [cit. 28.3. 2024]. Dostupné z: <http://www.oecdbetterlifeindex.org/>
31. Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual review of psychology*, 52(1), 141-166.
32. Říčan, P. (2021). *Psychologie osobnosti. Obor v pohybu*. Grada.
33. Seligman, M. (2014). *Vzkvétání — Nové poznatky o podstatě štěstí a duševní pohody*. Jan Melvil Publishing.
34. Schmutte, P. S., & Ryff, C. D. (1997). Personality and well-being: reexamining methods and meanings. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(3), 549-559. <https://psycnet.apa.org/record/1997-05723-011>
35. Soon, L., Walsh, J. J., McDowall, A., Teoh, K., R., H. (2021). The effects of basic psychological needs satisfaction and mindfulness on solicitor 's wellbeing. *International Journal of the Legal Profession*, 29(2), 143-158. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/09695958.2021.2020657?journalCode=cijl20>
36. Stiglitz, J. E., Sen, A., Fitoussi, J. P. (2009). *Report by the Commission on the Measurement of Economic Performance and Social Progress*. [online]. [cit. 28. 3. 2024]. Dostupné z: <https://ec.europa.eu/eurostat/documents/8131721/8131772/Stiglitz-Sen-Fitoussi-Commission-report.pdf>
37. Vůjtěch, J. (2002). *Profesiogram soudce a státního zástupce*. Praha: Institut pro kriminologii a sociální prevenci.
38. Výrost J., Gillernová I.: Sociální a osobnostní činitelé celkové životní spokojenosti respondentů v datech EUROPEAN QUALITY OF LIFE SURVEY 2012 (EQLS 2012). *Československá psychologie*, 2015, č. • no. LIX, s. • p. 393-405. ISSN 0009-062X.

39. Zábrodská, K., Mudrák, J., Květon, P., Blatný, M. (2014). Work Environment and Well-being of Academic Faculty in Czech Universities: A Pilot Study. *Studia pedagogica*, 19(4), 122-144.

https://www.academia.edu/10508916/Work_environment_and_well_being_of_academic_faculty_in_Czech_universities_A_pilot_study

40. Zachová, M. (2001). Povinnost mlčenlivosti (nejen) advokáta. *Bulletin advokacie*. č. 4.

Seznam příloh

Příloha č. 1: Osnova rozhovoru

Příloha č. 2: Informovaný souhlas

Příloha č. 3: Informovaný souhlas (bez pořízení audio záznamu)